



# ほけんだより

令和7年11月号

社会福祉法人温和会  
ひだまり認定こども園  
理事長：阿嘉 よね子  
園長：阿嘉 複貴  
看護師：富田 孝幸



11月です。朝晩は、だいぶ涼しくなりようやく秋らしい季節になってきましたね。寒暖差が大きくなる時期ですので、引き続き体調管理には注意していきましょう！

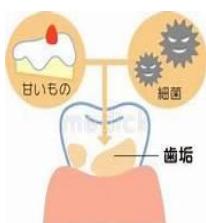
今月は、歯科検診があります。むし歯にならないためにはどうしたら良いか、知ることが予防の第一歩になります。むし歯ゼロを目指しましょう。

## 11月8日は、いい歯の日



むし歯を防ぐためには、むし歯になりやすい状況を知ることが大切です。

### ①食事のたびに、歯が溶けている（脱灰）



むし歯菌がだす酸により、歯が溶けだしていきます。



### ②時間とともに、歯が元の状態に戻る（再石灰化）



だ液の力や時間とともに、酸が中和されて元の状態に復活します。

つまり、むし歯を予防するには、再石灰化の時間を多くすることが大切と言われています。（歯が元の状態に戻る時間を多くしてあげるため）



## 内科検診・尿検査のお知らせ

### ・内科検診

12月4日（木）9時半～

### ・尿検査（後期）提出日

12月24・25日

全園児対象です。ご協力よろしく  
お願いします！

## 10月の感染症情報

- ・伝染性紅斑（りんご病）：2人
- ・インフルエンザ：19人
- ・手足口病：2人
- ・突発性発疹：1人
- ・アデノウイルス感染症：1人

