



あけましておめでとうございます。冬休み中はご家族みなさんでゆっくり過ごせましたでしょうか。また体調も変わりなく、元気に過ごせましたか？冬休み中に大きなケガや病気をされた方は、治療が済んでいる場合でもお知らせください。今年も園で元気いっぱいにご過ごせるよう体調管理に留意し、病気をよせつけない丈夫な体をつくっていきましょう。

看護師 萩原



## 口腔機能発達不全症 ってなあに？



2018年に保険適用になった歯科の病名で、15歳未満の子どもで、生まれつきの病気がないのも関わらずかむ・飲み込む・食べる、話す・呼吸をする等のお口の機能が十分に発達していない、うまく使えない状態をいいます。

食べる（咀嚼・嚥下）と話す（発声・構音）は、どちらも口・舌・顎・喉などの器官を使い、連携して行う機能です。これらの器官の動きは、食べる時も話す時も密接に関わっており、相互に影響し合っています。

食べ物を噛む（咀嚼）動きは、舌や顎の動きを伴います。これらの動きは、発声に必要な舌や顎の動きにも影響を与えます。例えば、咀嚼がうまくできないと、発声時に舌の動きが制限され、滑舌が悪くなることがあります。

食べ物を飲み込む（嚥下）際には、喉の筋肉が使われます。この喉の筋肉の動きは、声の高さや音色を調整する構音にも影響を与えます。

柔らかすぎるものだけでなく、適度な硬さのあるものをバランスよく食べる、歯みがきや治療で口腔内を清潔に保つ等が大事になってきます。

また、くちびるをしっかりと閉じるということも大切です。口がぽかんと開いたままになっていませんか？口を閉じてうがいをする、あっぷっぷをする、風船を膨らませる等で練習することができます。

噛めない、噛まない、食べ物をうまく飲み込めない、口をぽかんと開けていることが多い、言葉が不明瞭等、気になる症状がある場合は、口腔機能発達不全症かもしれません。歯科医院を受診、相談してみましょう。

（参照：公益財団法人 8020 推進財団 8020 読本 口腔機能発達不全症ってなあに？）



## 身体測定日



0～3歳児 1/14（水）



4～5歳児 1/15（木）



当日はパンツ(オムツ)と肌着を着て測定します。



髪は頭の上には結ばないようお願いします。



## 感染症拡大防止に引き続きご協力をお願いします

寒い日が続きます。お子さんとご家族の登園前の体調チェックや体温測定、健康連絡カード（たんぽぽ組さんは連絡帳）の記入について、引き続きご協力をお願いします。

○熱がある場合や熱が下がった後も24時間はご家庭で様子を見ていただくようお願いします。

○咳、鼻水等の風邪症状がある場合は早めに受診し、ひどくなったり、長引いたりしないようにしましょう。症状がひどい場合は、家庭保育にご協力をお願いします。

○同居のご家族も検温を行い、体調に変わったことがあればお知らせください。ご家族やきょうだいも、無理な登園は控え、家庭保育にご協力をお願いします。

○検査や診察の結果が分りましたら、早めに園にご連絡ください。