



6月ほけんだより



我孫子市公立保育園 令和8年6月発行

最高気温が 40℃以上となる日が『酷暑日』に決定!!

(2026年4月17日気象庁の発表により)

2026年の天気は「猛暑・多雨・台風」に注意と予想されています。(日本気象協会)
今年も暑い夏が予想されます。早めに暑さに体を慣らすこと(暑熱順化)に取り組みましょ
う。

- 最高気温が
- ・40℃以上の日『酷暑日(こくしょび)』
 - ・35℃以上の日『猛暑日(もうしょび)』
 - ・30℃以上の日『真夏日(まなつび)』
 - ・25℃以上の日『夏日(なつび)』

- 夜間の最低気温が
- ・30℃以上の夜『超熱帯夜(ちょうねったいや)』
 - ・25℃以上の夜『熱帯夜(ねったいや)』

守ろう!! 歯と口の健康

それぞれの歯にも特徴と役割があります

- 切歯(前のほうにある平べったい形の歯です)
食べ物をかみ切るのが得意です
- 犬歯(刺さりやすいように先がとがっています)
食べ物を切り裂くのが得意です
- 臼歯(奥のほうにある歯で、かみ合う部分が広がっています)
食べ物をすりつぶすのが得意です

歯を守るために必要なのは

毎日の歯みがき

||

セルフケア

と

定期的な歯医者さんへの受診

||

プロのケア!