

☆ほけんだより☆6月

今月の保健目標

歯や歯肉を大切にしよう

令和4年度

さぬき市立長尾小学校



一生を 共に歩む 自分の歯



6月4日「むし歯予防デー」、6月4日～6月10日「歯と口の健康週間」にちなんで、下記のようなことに取り組みます。

《保健委員会の活動》

6月3日（金）～10日（金）までの給食の時間、歯と口を健康に保つためのポイントを放送したり磨き方の動画を視聴したりします。

今年度も、感染症予防のため、歯ブラシチェックは実施しません。各ご家庭で歯ブラシの確認をお願いします。チェックポイントは、①毛先が広がっていないか②歯ブラシのヘッドが大きすぎているかです。

また、保健委員会が作成した標語を、保健室前に掲示しています。

子ども用の歯ブラシを使ってね。



《歯みがきカレンダーの実施》

6月3日（金）に、歯みがきカレンダーを全校生に配布します。4日（土）から10日（金）までの1週間は特に1日3回歯をみがくように、ご家庭でお声かけをお願いします。

*歯みがきカレンダーは、6月13日（月）に担任まで提出してください。

《全国小学生歯みがき大会》

5年生が参加します。本来であれば、DVD を視聴しながら、歯みがきをしたりデンタルフロスの使い方を実際を試してみたりしますが、今年度もDVD の視聴のみとします。視聴後、歯ブラシなどの教材を持ち帰らせますのでご家庭で活用ください

むし歯・歯周病の原因 プラークはこうやってできる!



そのため、食後の歯みがきがとても大切です!

熱中症にご用心



熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響しておこります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高かったり、風が弱かったりと、特に注意が必要です。本校では、次のような対策を取りたいと思います。

①屋外での活動について

長尾小学校の屋外に熱中症指数モニターを設置します。また、環境省の熱中症予防情報サイトなどを参考にし、高温時には体育の授業時間の短縮や中止、また昼休み教室で過ごすなどの対応をします。

②水分補給

こまめに水分補給をするように声かけを行います。水筒に十分な量のお茶か水を入れて持たせてください。ペットボトルを持参する場合は、カバーをしておいてください。

また、水筒のまわし飲みは絶対にしないように学校で指導します。ご家庭でもお子さんにお伝えください。

③マスクの着脱

運動時や登下校時など、熱中症の危険がある場合はマスクを外すなど、適切に着脱を指導していきます。

