

おうちのかたとよんでね

ぐんぐん

キラキラきれいな雨の季節

6月になると、雨の日が多くなります。みなさんは、雨は好きですか？雨にぬれたあじさいのいろどり。雨上がりの木々の緑のあざやかさ。水たまりにうつる青空も、どれもキラキラ輝いてとてもきれいです。豊郷南小学校の校庭にも、雨の季節ならではの「きれい」や「ステキ」がたくさんあるでしょう。雨が降る日も明るい気持ちで過ごせるといいですね！



保護者の皆様へ 暑さ対策について（熱中症予防）

今年は4月後半から夏日に近いような日もあり、今後さらに気温の高い日が増えることが予想されます。現在も保健室に体調不良を訴えて来室する子が増えてきており、特に暑さへの対策には気をつけていく必要があります。

熱中症になりやすい子の特徴としては、

- ・睡眠不足（寝る時間が遅く朝なかなか起きられない）
- ・栄養不足（偏食気味）
- ・水分をとる習慣がない
- ・普段運動をする機会が少ない

上記のような特徴に留意され、お子様の日常的な体調管理をお願いいたします。



健康診断の結果について

随時健康診断結果をお渡ししています。歯科以外は受診が必要な児童を対象に渡しておりますので、ご確認をお願いいたします。受診については、すでに定期的に管理している等ありましたら記入欄にその旨をご記入ください。ご不明なことがありましたら、保健室までご連絡ください。



6月は歯の健康月間

歯を大切にしよう♪

6月は、『歯と口の健康月間』です。豊南小では、歯に関する取組をいくつか行います。みんなで良い歯になれるよう、歯への意識を高めていきましょう。

- ・給食時の歯に関する放送（保健委員会・給食委員会）
- ・図書室に歯に関する本の展示
- ・歯に関する豆知識、クイズの放送（保健委員会）
- ・1年生へのフッシング指導（養護教諭）
- ・豊南小のむし歯地図作成（歯科検診すべて終了後）



★どうしてむし歯になるの？
 歯質・糖質・菌(微生物)・時間の4つの条件がかさなったとき、むし歯になります。歯質は遺伝的な要素もあり、変えることはできませんが、それ以外の要因は、正しい習慣を身につけることでクリアできるものです。特に夜寝る前の歯みがきは重要です。

むし歯菌から歯を守ろう！

ごはんやおやつを食べると、むし歯菌によって、口の中は歯がとけ出すほどの強い酸になります。すぐに歯みがきをすれば、口の中の状態は元にもどりますが、歯みがきをしないと歯が少しずつとけていいきます。とても危険な状態です。特に、夜そのまま寝てしまうのはむし歯を作る原因に！

「寝る前はとくに必ず歯みがき！」

