

ほけんだより

舟橋小学校
令和4年11月



第12号

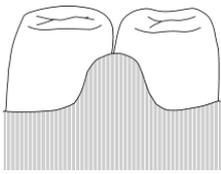
白を追うごとに寒さが強く感じられるようになってきました。朝と夜は冷えこみ、風邪をひきやすい季節です。早寝早起きなど、規則正しい生活習慣を心がけましょう。また、寒さ対策もしっかりして、残りの2学期も元気にすごしましょう。

しかけんしん 歯科検診がありました！

11月10日に歯科検診を行いました。配布した「結果のお知らせ」で、自分の口や歯の様子をお家の人といっしょに確認しましたか？治療が必要だった人は、早めに歯医者さんに行くようにしましょう。

～歯や歯ぐきの病気の～

しにくえん 歯肉炎



歯肉(歯ぐき)が赤くはれている状態です。自分でも鏡で確認できます。軽い歯肉炎なら、毎日の歯みがきをしっかり行い、食生活を改善すると、よくなるものもあります。

むし歯



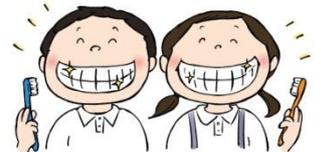
歯が溶けることで起こります。そのまましていると穴があき、痛みが強くなります。早めに歯医者さんにいきましょう。

ようちゆういにゆうし 要注意乳歯



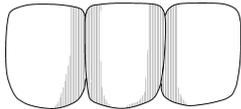
永久歯(大人の歯)が生えるのをじゃましている乳歯(こどもの歯)です。歯医者さんに相談しましょう。

いっしょうまも
一生守っていく歯
たいせつ
大切にしよう！



みがき残しをしやすいのはここだ！

は は あいだ 歯と歯の間



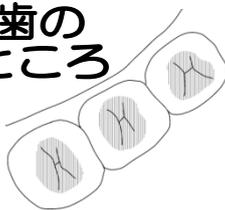
は は あいだ 歯と歯ぐきの間



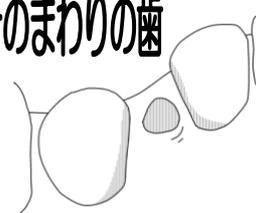
は 歯ならびが よくないところ



ば おく歯の かむところ



あたら は 新しく生えてきている歯と そのまわりの歯

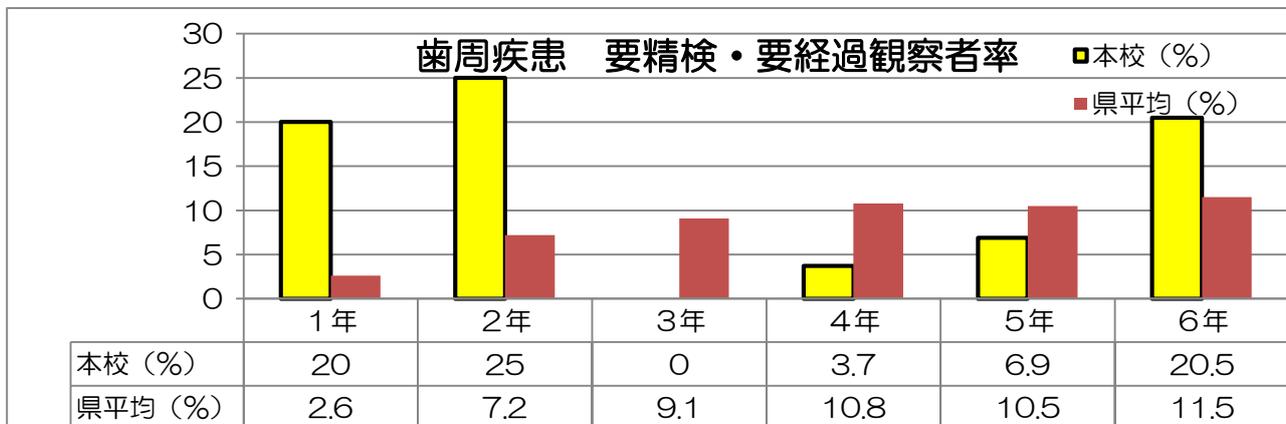


みがき残しをしやすいところは、むし歯や歯肉炎になりやすいところです。鏡を見ながら、1本1本でいいね！にみがくといいですね！



保護者の方へ

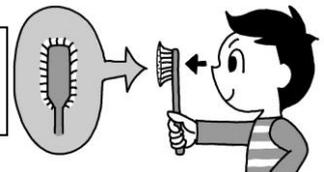
秋の歯科検診の結果



11月10日に今年度2回目の歯科検診を実施しました。上のグラフは、GO（歯肉に軽度の腫れや出血がみられる状態）や歯肉の病気、口腔清掃状態不良の児童の割合と県平均の比較です。

学年によっては、割合の低い学年もあるものの、全体で見ると高い結果でした。むし歯がない場合でも、歯肉炎などの歯周病が進行することで、将来的には健康な歯を抜くが必要になることもあります。また、歯肉炎については、6月には「軽度」の歯肉炎だったものが、11月には「治療が必要」な歯肉炎に進行している児童もみられました。治療が必要な場合は早めの受診をお勧めします。

学校に持ってきている歯ブラシのご確認
（毛先が開いてないかなど）もお願いします。



歯みがきの仕方を練習をしました！

6年生が保健の学習で歯の染め出しを実施しました。子供たちが自身の歯の汚れを確認しながら、歯みがきのポイントを意識して磨きました。子供たちは、自分の歯の形や歯並びにあった磨き方を工夫しながら、一生懸命磨いていました。また、前回までの授業で、生活習慣病やいのちと歯の関係を学んだ子供たちから、「むし歯や歯周病が命にかかわる」「これからは歯を大事にしていきたい」という感想が聞かれました。

今回の指導では、学校歯科医の佐渡先生にもご協力いただきました。今後も、地域や学校医と連携して、各学年に応じた健康教育に努めていきたいと思ひます。



しっかり磨いているつもりだったけれど、汚れが残ってる！

磨き残しをしやすいポイントを意識して、毎日磨きたい！

