



すこやか

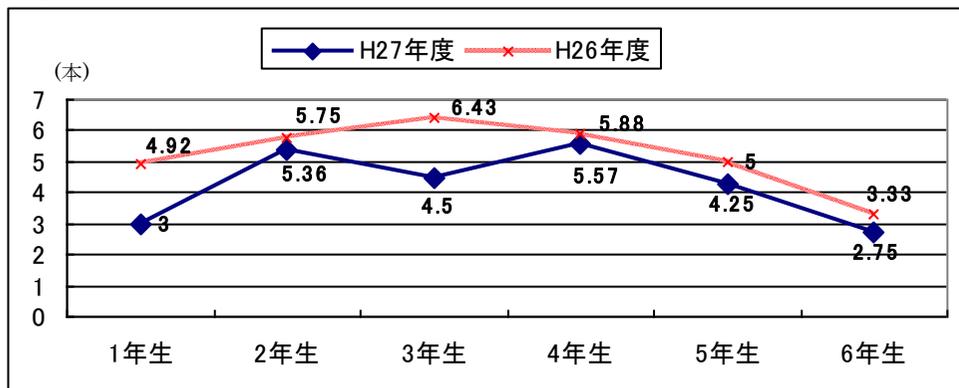
平成27年6月2日 (No.4)
要田小学校保健室 文責 小川佐稚子



6月4日～10日は「歯と口の健康週間」になります。全国的にみると子どものむし歯は年々減少しています。本校でも少なくなっています。歯・口の健康に対する意識が高まり、歯みがきや食事などの生活習慣に気を配るようになった成果かもしれません。今後も学校と家庭が連携して歯と口の健康を目指しましょう。

保健目標：歯を大切にしよう。

<今年度のむし歯の状況（一人平均の乳歯と永久歯のむし歯の数）>



<要田小のむし歯地図>

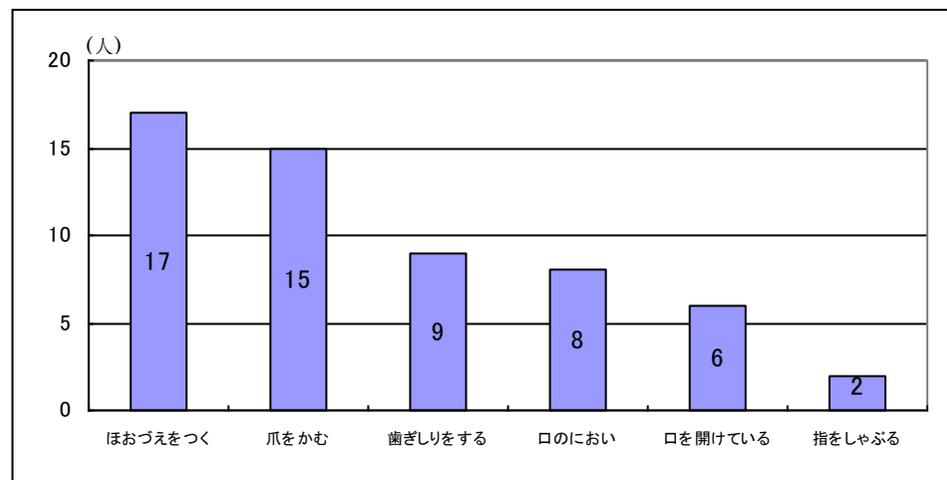


今年度こそは、むし歯の治療率100%を目指しています。むし歯は歯の病気です。治療をしなければ治りません。児童の皆さんは、歯科検診の時に配付された自分のカードをもう一度見て、治療が必要なかどうか確認してください。

★ むし歯が1本もなかった皆さんの紹介 ★

- ※むし歯ゼロのみなさんは、日頃どんなことに気をつけているのでしょうか？
みなさんの歯と口の健康の参考にしてください。これからもがんばって続けてね！
- 1年 **おおうち さん**⇒はにしこうがのこらないように、いっしょうけんめいはみがきをしています。
 - 1年 **かねつか さん**⇒すみずみまでおとなのはみがきこをつかってみがいています。
 - 2年 **橋本 さん**⇒あさ・ひる・よるにきちんとみがいています。
 - 2年 **丸山 さん**⇒まい日きちんとはみがきをして、さいごにおうちの人にしあげみがきをしてもらって、はみがきをがんばっています。
 - 2年 **本田 さん**⇒あさ・ひる・よるにみがいて、しあげみがきをしてもらっています。はのあいだやはのおくまでみがくのをがんばっています。
 - 4年 **佐藤 さん**⇒夜にむし歯になりやすいので、夜だけいつもより5分歯みがきの時間をふやしています。
 - 5年 **梅原 さん**⇒歯をすみずみまでみがくようにしている。むし歯になったらすぐに歯科医のところに行くようにしています。
 - 6年 **鈴木 さん**⇒歯みがきをした後は、食べないようにしています。

●要田小の歯科保健調査票より●



このようなくせはからだにどんな影響があるのかな？ ~回答は裏面へ~

◇その他の歯科検診結果◇

| | 歯列・咬合 | | 顎関節 | | 歯垢 | | 歯肉 | |
|----|-------|-------|-------|------|-------|------|-------|------|
| | 要観察 | 要精検 | 要観察 | 要精検 | 少し付着 | 相当付着 | 要観察 | 要精検 |
| 1年 | 25.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% |
| 2年 | 18.2% | 18.2% | 0.0% | 0.0% | 18.2% | 0.0% | 9.1% | 0.0% |
| 3年 | 50.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 25.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% |
| 4年 | 14.3% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 28.6% | 0.0% | 0.0% | 0.0% |
| 5年 | 37.5% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 25.0% | 0.0% | 12.5% | 0.0% |
| 6年 | 50.0% | 8.3% | 25.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% | 0.0% |



★学校歯科医に聞きました★

爪をかむ⇒前歯に大きな力がかかるので、歯の根っこが短くなって強度がおちる。

歯ぎしり⇒ひどくなると歯がけずれてしまう。心配な時は歯科医に相談してください。

指しゃぶり⇒永久歯が生え始める頃まで続いていると、前歯が噛み合わなくなったり、前歯が極端に出ちゃったりする。

ほおづえ⇒あごの関節がゆがんでしまい、顔のゆがみにつながる大きな原因になる。

口を開けている⇒唾液が減少して口臭の原因にもつながる。

元気ですか？ あなたの歯ぐき

- 色を見ると赤？
 ピンク？
- 形を見ると丸みがある？
 ない？
- さわるとぶよぶよ？
 ぴちぴち？
- 歯をみがくと血が出る？
 出ない？

最近増えている歯ぐき（歯肉）の病気・歯肉炎は、症状がすすんでいくと歯のまわりの骨がとけ、歯がぬけてしまうこともあります（歯周炎）。そうならないためにも、まずは歯みがきで予防、そして歯ぐきのようすをチェックしてみましょう。

◆どうしても欠かせないのが保護者の協力◆

子どもたちの歯と口の健康は、むし歯の有無だけではありません。今年は歯垢の付着や歯肉の腫れ、歯列咬合異常がみられた児童が多かったようです。お子さんの歯科検診結果を確認されて、治療や指導の必要な場合は、お早めに歯科医を受診されますようお願いいたします。保護者の皆様の協力がないと子どもだけでは治療に行けません。どうぞよろしくお願いいたします。

歯と口の健康は、生涯の健康につながる第一歩だと思います。『歯と口の健康も継続は力なり！！』