



ほけんだより 11月号



11月9日は「いい空気の日」、11月10日は「いいトイレの日」など11月にはいい日がたくさん！

心と体にいいことやって、健康にすごしましょう。

11/8 いい歯の日

検査の結果を

そのまましていませんか？



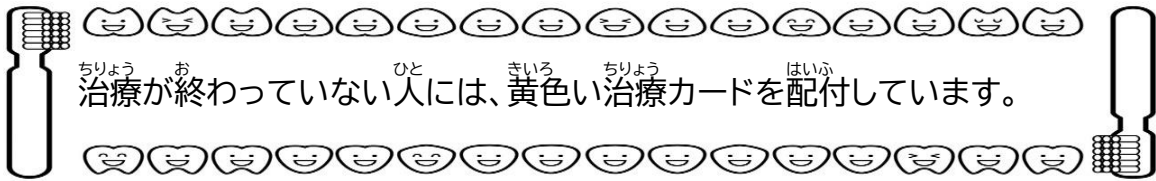
< 楓の森小のむし歯の治療の様子(10.31現在)>

治療が終わっていない人

97人



検査では、180人の人に治療が必要なむし歯がありました。しかし、まだ治療が終わっていない人もいます。むし歯は放っておいてもなおりません、早めに治療しましょう。



治療が終わっていない人には、黄色い治療カードを配付しています。

「みがいた→みがけた」にレベルアップを



むし歯がなかった人の中にも、歯肉炎(歯ぐきが病気)という人もいました。歯を失うのは、むし歯だけではなく歯周病も原因となることがあります。どちらもていねいな歯みがきで予防できます!「みがいた」ではなく「みがけた」と言えるように、ていねいにみがきましょう。

歯ブラシの部位を上手に使い分けてみがこう

<p>ぜんめん 全面</p>	<p>さき つま先</p>	<p>わき わき</p>	<p>かかと かかと</p>
<p>例: 歯の表面、 かみ合わせなど</p>	<p>例: かみ合わせの小さな凸凹、 奥歯と奥歯の間など</p>	<p>例: 歯と歯肉の境目、 前歯と前歯の間など</p>	<p>例: 前歯の裏側、 奥歯の手前側など</p>