

6月のほけんだより

6月4日～10日
歯と口の健康週間

令和4年6月1日 中南小 保健室

中南っ子の歯の様子 ～歯科検診の結果～

『むし歯なし』：むし歯が全くなかった人
『治療済み』：むし歯の治療が済んでいる人
『治療が必要』：治療が必要なむし歯がある人



	人数	むし歯なし 	治療済み 	治療が必要 
1年	18	8	3	7
2年	12	4	3	5
3年	14	0	11	3
4年	15	1	8	5
5年	17	6	10	0
6年	16	4	4	8



歯科検診の結果のお知らせは、4月の家庭訪問で担任から個別に配付をしています。ご確認ください。治療が必要なむし歯がある人のうち、すでに6人が治療が済んでいます。(5月31日現在)むし歯は自然に治ることはありません。治療が必要だった人は、なるべく早く治療を始めるようにしましょう。

生活アンケートより



朝の歯みがき かならずみがく **65.2%**



夜の歯みがき かならずみがく **82.6%**

朝は、歯みがきと洗顔をセットにするなど時間の使い方を工夫してみましょう。
夜寝ている間は、だ液が出にくくなり虫歯や歯周病の原因となる菌が口の中で増えてしまいます。寝る前は歯みがきで口の中をきれいにしましょう。

続けよう!! むし歯になりにくい生活習慣



食後の歯みがき



ゆっくりよくかんで食べる



甘いものの食べすぎに注意

※定期的に歯医者さんで歯科健診を受けるのも、むし歯予防に効果的です。



現在、学校では、それぞれの机にプラスチックシールドをつけて感染対策をしながら給食後の歯みがきを行っています。

学校で使っている歯ブラシが開いてしまっている人は、とりかえましょう。週末持ち帰ったときに確認をお願いします。



歯ブラシ
毛先が開いたら
交換のサイン

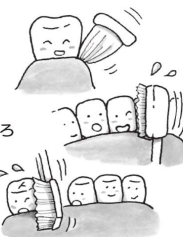
上手に歯みがき

ポイントは…

- えんぴつ持ち
けさき ひろ
毛先が広がらない
ていどかる ちから
程度の軽い力で
- 1本ずつ小刻みにみがく

注意してみがきたいところは…

- 歯と歯ぐきの境目
- 奥歯のみぞ
- 歯が抜けているところ
- 歯と歯のあいだ
- 生えかけの歯



できるかな?