

ほけんだより

けんこうしょん
健康診断
お知らせ号⑤

令和7年5月15日
龍ヶ岳小学校 保健室

5月16日(金)は、歯科検診です!

し カ ケン シン

歯科検診



歯鏡という器具を使って、歯や歯肉の様子、顎関節に異常がないかを見るよ。見るだけだから、いたくないよ。口を大きく開けて、リラックスして検診をうけてね。

歯医者さんが言っている言葉をよく聞いてみてね!

歯科検診の記号

| きごう 記号 | よ かた 読み方 | い み 意味 |
|-----------|----------------|---------------------------------|
| / | しゃせん 斜線 | けんこう は 健康な歯 |
| CO | シーオー | むし歯になりそうな歯 |
| C | シー | むし歯がある |
| GO | ジーオー | けいど しにくえん 軽度の歯肉炎がある |
| G | ジー | ちりょう ひつよう しにくえん 治療が必要な歯肉炎がある |
| ○ | マル | はいしゃ ちりょうず は 歯医者さんで治療済みの歯 |

*検診をうける前は……

- ・給食の後は、ていねいに歯をみがいておきましょう。
- ・タオルで汗をふいておきましょう。



*検診をうけるときは……

- ・学校医の先生に、「(自分の名前)です、よろしくお願ひします。」と「ありがとうございました。」のあいさつをしましょう。
- ・マスクをしている人は、はずしておきましょう。
- ・順番を待つときは、おしゃべりをせずに静かに待ちましょう。

むし歯になりやすい人についているの?

むし歯になりやすい人の特徴



- ・歯並びが悪かったり、歯の質が弱かったりして、元々むし歯になりやすい人はいます。そんな人たちは共通点があります。
- ・歯みがきをしていない、十分ではない
- ・甘いものばかり食べたり飲んだりしている
- ・よく噛まずに食べている
- ★よく噛めばむし歯菌を倒す唾液がたくさん出ます。
- ・口呼吸がクセになっている
- ★口の中が乾燥して唾液が少なくなってしまいます。

どれも生活習慣です。
気づいたらあと10回噛む、
口を閉じるなど、少し意識して過ごしましょう。

