

ひだまり

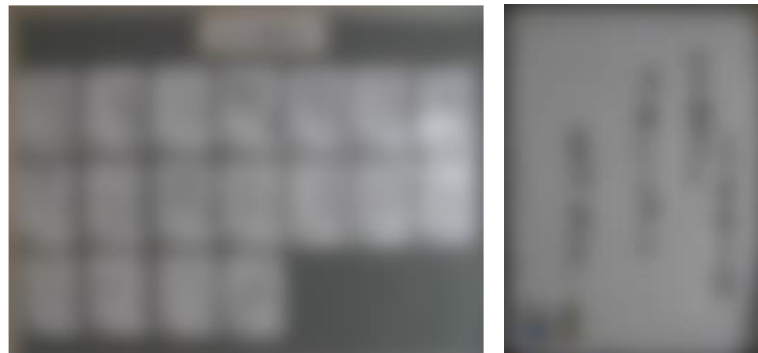
おうちの方といっしょに読みましょう。



令和6年6月21日
岸良学園 保健室

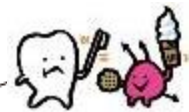
あと何年,自分の歯を使う?

6月10日(月)~18日(火)は歯と口の健康週間でした。人生100年時代と言われているなかで、一生自分の歯を使い続けるためにこの1週間で学んだことを意識して毎日を過ごしましょう。



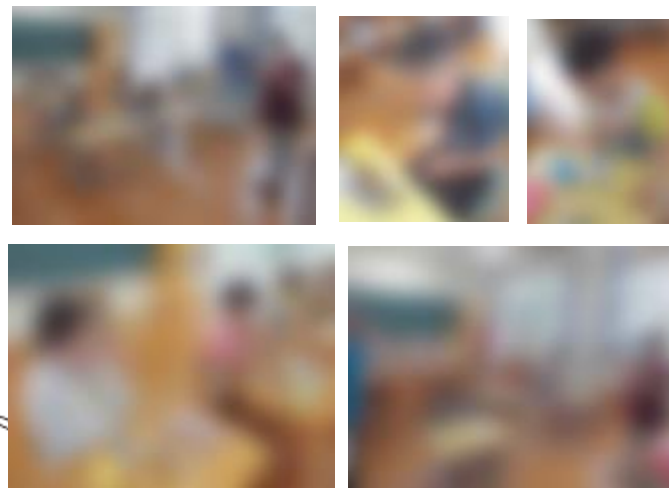
**歯と口の健康に関する標語
歯みがきカレンダー**

歯と口の健康標語を考え、掲示しました。また、発達段階に応じた歯みがきカレンダーで日々の歯みがきについて振り返りました。



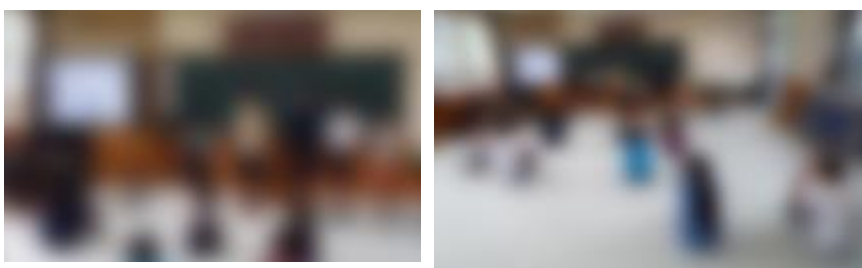
歯科衛生士さんによる 歯科指導

歯科衛生士の野元さんにむし歯や歯周病の原因や予防について教えていただきました。また、染め出し液を使って、自分のみがき残しを確認しながら、丁寧なブラッシングを実践しました。教わったことを毎日意識して、むし歯を予防しましょう。



保健給食部による 〇×クイズ大会

健康教室の時間に保健給食部による歯と口の健康クイズを行いました。楽しく歯と口の健康について考えることができました。



歯と口の健康は、毎日の積み重ねが大切です。
将来後悔しないようにしっかりむし歯や歯周病を予防しましょう。



令和6年度歯科検診結果について



1 むし歯の状態 (のべ)

	前期課程	後期課程	全体
未処置歯あり (むし歯)	45.4%	22.2%	35.0%
要観察歯あり (むし歯になりかけている歯)	36.7%	22.2%	30.0%

2 歯肉・歯垢の状態 (のべ)

	前期課程	後期課程	全体
歯垢の付着有り (1,2)	27.3%	11.1%	20.0%
歯肉の炎症有り (1,2)	18.2%	11.1%	15.0%

※歯垢の状態、歯肉の状態ともに3段階の評価になります。

《歯垢の状態》0：ほとんど付着なし 1：若干の付着あり 2：相当の付着がある

《歯肉の状態》0：異常なし 1：要観察 2：要精検

今年度の歯科検診の結果、本校全体の未処置のむし歯の保有率は**35.0%**、これは学校保健統計による全国の小中学生の未処置のむし歯のある児童生徒の割合より非常に高くなっています。

一度むし歯になってしまった歯は元に戻りません。むし歯を放っておくと、痛みが出てくる頃には、周りの健康な歯や歯肉、歯を支える骨や神経にまで影響が出て、取り返しのつかないことになってしまいます。

むし歯の治療は、1回では済まないことが多いので、計画的に早めの治療をよろしくお願いします。

また、歯垢の付着や歯肉の炎症がみられる児童生徒もみられます。これは、正しい歯みがきができていないことが原因として考えられます。正しい歯みがきを行うことで改善できる状態の児童生徒がほとんどなので、これを機に家族みんなで歯みがきの仕方について確認してみましょう。

歯科だけに限らず、健康診断で所見のあった児童生徒は早めに病院受診をして、受診や治療が終わりましたら、受診報告書の提出をよろしくお願いします。



むし歯になりやすい人

歯垢が恶かったり、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。でも生活が原因で、むし歯になりやすい人もいます。そんな人たちに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。

みがく順番を

