



岩小ほけんだより 6月

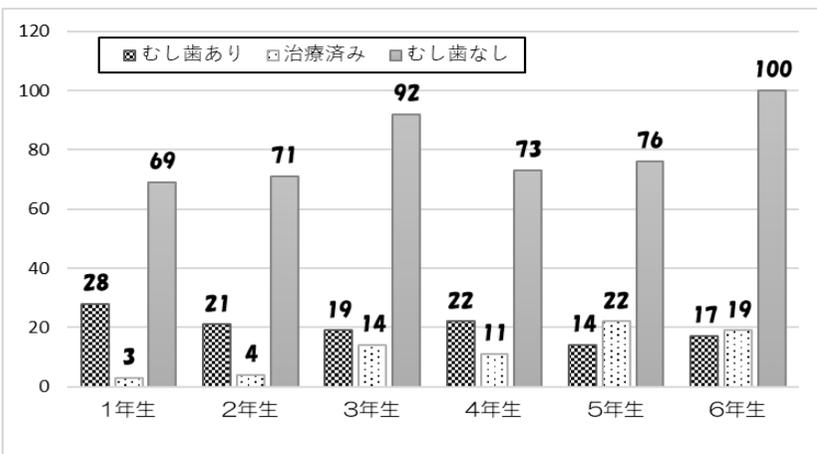
令和6年6月
岩国市立岩国小学校

※おうちのかたといっしょによんでください。

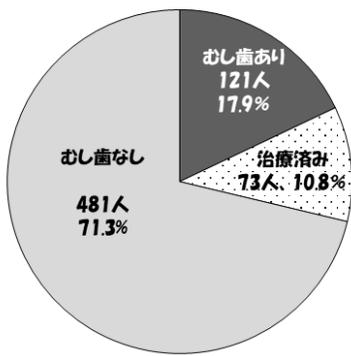
6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

歯科検診の結果は、全員にお配りしています。むし歯のなかった人（治療したあともない人）は481人(71.3%)と、よい結果でした。歯科検診の際には、低学年の頃から定期受診をする習慣があるおかげではないかとお話いただきました。引き続き、ご家庭での仕上げみがきや歯みがきの声かけ、定期受診などを通して、歯を大切にしていだけたらと思います。

下のグラフは、全校児童の結果です。むし歯があった人は早めに歯科を受診しましょう。



全校児童の歯科検診結果



歯周病やっつけ隊

～健康な歯のために～



歯周病は歯垢にいる歯周病菌が原因で炎症を起こして、歯ぐきや歯を支える骨を破壊する病気です。日本人の約80%がかかっているとも言われる身近な病気です。そんな歯周病と戦うために、人の口の中を探検する「歯周病やっつけ隊」について行ってみましょう。

軽症 ← → 重症

ケース1

歯みがきの後なのにこんなに歯垢が！

歯ぐきが赤く腫れ始めています

ケース2

1人目より腫れが大きい！

骨も溶け始めています

ケース3

もっと状態が悪いです

歯が動かし、臭い。出血もしています…

ケース4

なんて重症！歯ぐきが化膿して真っ赤です

歯を支える骨が溶けて歯が抜けています

歯ブラシのお手入れしてありますか？

歯みがきが終わった後、歯ブラシのお手入れはしていますか？ 何もしていない人は要注意！
汚れを落としにくくなったり、不衛生になったりするかもしれません。

お手入れのポイント

- 1 流水で洗い流す**
みがいた後に付いた汚れや細菌を落としましょう。根元の部分にたまりやすいので、要チェック。
- 2 風通しの良い場所に保管する**
湿ったままだとカビや菌が繁殖しやすくなります。乾きやすいように立てて保管するのもポイント。
- 3 定期的に交換する**
歯ブラシの背中側から見て、毛先がはみ出している時や、1カ月以上使っている時は新しいものにしましょう。



はみがきカードで日々の歯みがきをふりカエル！

6月3日～6月9日に、はみがきカードを実施します。朝・昼・夜の3回しっかり歯みがきをして、カエルに色をぬってあげましょう。（給食の後はぶくぶくうがいにチャレンジしてみましよう。）
ご家庭でもお声がけをよろしくお願い致します。
めざせパーフェクト！！



歯周病は歯を失う原因No.1とも言われます。でも歯周病にならないための2つの技があります。

- 技① 「毎日の歯みがき」で歯垢をきちんと落とす！
- 技② 定期的にプロにも診てもらおう

やっつけ隊 秘伝のコツ

- みがき残しが多い場所を丁寧に
- 歯ブラシはこぎざみに動かす
- 歯ぐきは45度の角度で当てる

どんなに丁寧に歯みがきしても落ちない汚れもあります。定期的に歯科に行って汚れを落としてもらいましょう。

この必殺技で歯周病から口を守ってくださいね。★