

ほけんだより

令和3年6月4日(金)
真地小学校
保健室

6月4日～10日は「歯の衛生週間」です。この機会に、自分の口の中や歯の健康について考えてみてください。
そして歯科検診結果のお知らせで、「むし歯がある」と言われた子は、できるだけ早く歯医者さんに行って治療をしましょう。
じめじめした天気が続きますが、こんな季節だからこそ、ニコリ笑って楽しく過ごしてみませんか？

6月4日～10日は歯の衛生週間です!

特にていねいにみがくようにしようね

歯の王様「6歳臼歯」ってなに？



●6歳臼歯は、乳歯(子どもの歯)が生えそろう後にその後ろから生えてくる永久歯(大人の歯)のことだよ。

6歳臼歯はゆっくり生えてくるから、むし歯になりやすいよ

特にていねいにみがくようにしようね

歯ぐきにかくれているからみがきづらい
歯ブラシをななめに
入れてみがこう!
歯ぐきにかくれているからみがきづらい

ちゃんとみがけているかな? はみがきチェック

<input type="checkbox"/> 毛先がふぞろいになっていたらアウト! 	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 溝 歯と歯の間 	<input type="checkbox"/> 歯と歯ぐきの間 歯ブラシが歯に届かないよ
<input type="checkbox"/> 	<input type="checkbox"/>

しかけんしんけっか ～歯科検診結果(439人中)～

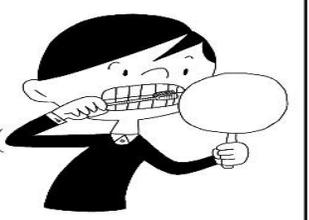
健全歯(むし歯0本)	264人
処置完了	95人

乳歯のむし歯は、「放っておけば、そのうち抜けるから大丈夫」と考えてしまいがちですが、それは違います。右の図を見てください。乳歯のむし歯が進行すると、根っこにばい菌が感染します。根っこのばい菌が、その下にある発育中の永久歯に影響して、発育不全(十分に育っていない、小さい歯)を起こすことがあります。

また、根っこのばい菌の影響で、歯が曲がって生えてしまい、歯並びが悪くなる恐れもあります。永久歯のむし歯も同様です。放っておくと、歯の神経が病気になってしまい、他の歯にまで病気が広がっていきます。気がついたときに、すぐに治療することが大切です。

歯をみがくときのポイント

鏡を使ってみがく
歯をみがくときは、鏡を見ながら、歯に毛先がしっかりと当たっているかを毎回1本1本チェックしながらみがきましょう。



力を入れすぎない
みがくときに力を入れ過ぎると、毛先が歯の面で開いてしまい、歯こぼしは落とせず、逆に歯を傷つけます。歯の表面をすべらせるようにみがきましょう。

