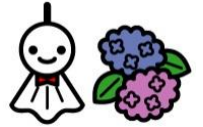


えがお

上尾市立尾山台小学校保健室
ほけんだより（家庭数配布）
令和4年 6月2日 No. 3



6月の保健目標 「歯と歯肉を大切にしよう」



6月4日～10日
歯と口の健康週間

歯科健診の結果は、どうでしたか？

むし歯のある人	要注意乳歯がある人	むし歯になりそうな歯がある人	歯垢がある人	軽度の歯肉炎の人
30	16	18	51	26

歯科健診の結果、歯垢や軽度の歯肉炎がある人がふえています。むし歯や要注意乳歯のある人は、早目に歯科医院を受診しましょう。

こんなことはありませんか？

あまいものをよく食べる



むし歯菌がよろこんでいるかも



□の中のむし歯菌は、食べものの「糖」をつかってネバネバしたものを出し、歯にくっきます。これが歯垢です。歯垢の中のむし歯菌は、歯の表面をとかす「酸」を出して、むし歯の穴を広げることができます。だからむし歯菌は糖が好き。あまいものは「糖」が多いので、とくに糖が大好きです。

食べものをよくかんでいない



むし歯になりやすい□の中かも



よくかむと、よくだ液が出ます。

- だ液は食べかすや□の中のばい菌を洗いながしてくれます。
- 食べたあとの□の中は酸性になります。酸性の□の中は、むし歯になりやすい環境です。でもだいじょうぶ。だ液が、酸性になった□の中を洗って、もとにもどしてくれます。

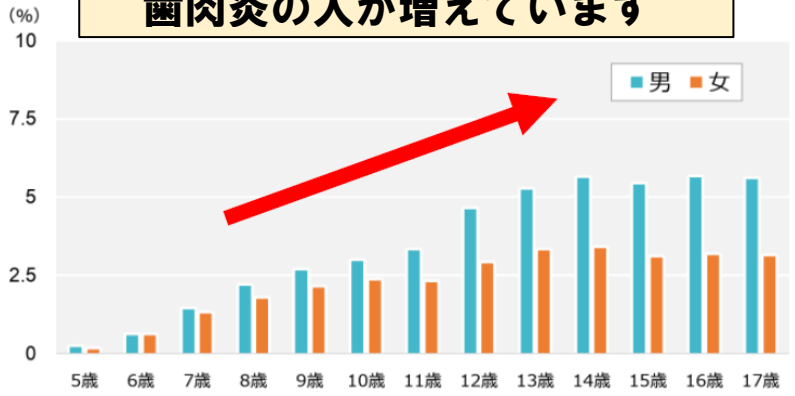
あまりかまないとだ液がへってしまうため、むし歯になりやすいのです。

保護者の方へ

小学生も歯肉炎に注意！

歯肉の病気は大人になるものと思われがちですが、子供もなります。右のグラフのように、歯肉炎の児童がふえてきていきます。小学生のうちから歯肉炎の予防もしましょう。予防するためには、歯と歯ぐきの境目の歯垢をよく落とすことが大切です。そのために、デンタルフロスの使用もおすすめします。

8～9歳くらいから歯肉炎の人が増えています



※「歯肉の状態」が2：専門医（歯科医師）による診断が必要と判定された者
出典：文部科学省「令和元年度 学校保健統計調査」

<定期健康診断がすべて終了しました！>

提出物等、ご協力いただきありがとうございました。健康診断で、疾病の疑いがみつかった人には内科（緑）、歯科（ピンク）、眼科（水色）、耳鼻科（黄色）のお知らせを配付しました。速やかに受診されますようお願いいたします。特に、耳鼻科（鼻炎・中耳炎）、眼科（結膜炎）の疑いがある人は、水泳の授業が始まる前には病院へ受診してください。なお、尿検査、心臓検診で「お知らせ」がなかった場合は、「異常なし」ということになります。ご了承ください。

<フッ化物洗口について>

上尾市では以前から「むし歯ゼロ作戦」を推進しており、その一環として、今年度から、フッ化物洗口の取組を開始することになりました。

6月9日（水）に本校で開催されます学校保健委員会（すこやか会議）で、「フッ化物洗口について」説明を行います。学校歯科医の白鳥裕一先生を講師としてお迎えし、フッ化物洗口の目的や実施方法、むし歯の予防効果等についてご講演いただきます。フッ化物洗口がアレルギーの原因になることはなく、誤って1回量の洗口液を全部飲み込んでしまっても心配ありません。7月からフッ化物洗口を始める予定です。実施にあたっては、全児童について保護者に実施希望調査をとります。フッ化物洗口を希望しない児童は、フッ化物洗口液ではなく、真水（水道水）によるうがいをします。調査は6月下旬に配付する予定です。

★学校保健委員会（すこやか会議）

令和4年6月9日（木）16時～16時30分 図書室

学校保健委員会は、2年ぶりの集會による開催となります。学校歯科医の白鳥先生をお招きし、説明をしていただきます。ぜひ、多くの保護者の皆様の参加をお待ちしています。

参加の場合は、以前に配付しました「参加申し込み」や連絡帳に記入してお知らせください。（申し込み期間は、過ぎていますが、受け付け期間を延長しています）