

ほけんだより



2019年6月5日
6月号
大阪市立弘済小学校
保健室

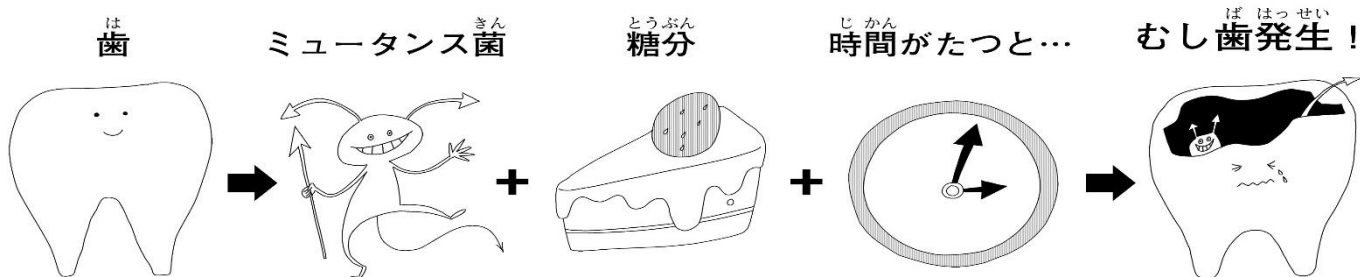


がつよっか がつとおか
6月4日～6月10日

は くち けんこうしゅうかん
歯と口の健康週間



むし歯ができる仕組み



私たちの口の中には、たくさんの細菌がいて、その中にむし歯の原因となる「ミュータンス菌」がいます。ミュータンス菌は砂糖などの糖分を取りこんで数を増やします。数を増やしていくときに、ミュータンス菌たちは酸をどんどんつくります。その酸で歯がとけて「むし歯」になるのです。

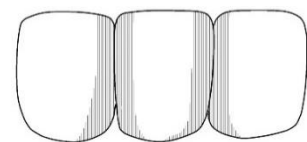
みがき残しをしやすい場所に 気を付けよう



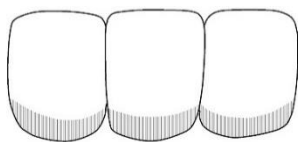
歯と歯の間や歯ぐきの境目、おく歯のかみ合わせなどは、みがき残しやすい部分です。

鏡を見ながら、毛先をきちんと当ててみがきましょう。

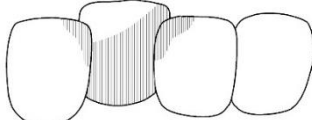
◎みがき残しをしやすい部分



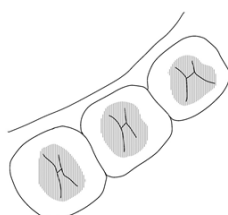
歯と歯の間



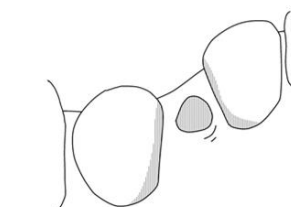
歯と歯ぐきの間



前後にずれている歯



おく歯のかみ合わせの部分



新しく生えている歯とその周り

むし歯になる
危険度は?



危険度10%

ほとんど安心。
でも油断しないで。
これからもしっか
り歯をみがこう



危険度50%

少し気をつけるだ
けでむし歯の危険
度は減らせるよ



危険度80%

もっと歯にいい生
活を心がけて。
ねる前にはしっか
り歯をみがこう



がんかけんしん あした 明日は眼科検診です!

●場所：ほけんしつ

なに しら
何を調べているのかな?

たんとうい せんせい
担当医の先生は
きたしょうじせんせい
北庄司先生です。

「見え方」を調べる 視力検査に対して、眼科検診では、目（ひとみや白目の部分）やまぶたの裏側などを片方ずつ見て、目の病気や視力にえいきょうをあたえる目の異常がないかどうかを調べます。



けんしん う とき ちゅうい
検診を受ける時の注意

- めがねを持っている人は、持って来てください。
- 前髪が長い人は、目にかからないようにきちんと止めましょう。
- 検診当日、目やにをとっておきましょう。

しかけんしん 11日(火)は歯科検診です!

●場所：ほけんしつ

たんとうい せんせい おくのせんせい
担当医の先生は奥野先生です。



なに しら
何を調べているのかな?

歯科検診では、歯や歯ぐきが健康な状態であるか、歯こうや歯石がたまっていないか、歯のかみ合わせや、あごの状態が正常かどうかなどについて調べます。



歯科医の先生が、きちんと調べることができるように、検診前に、しっかり歯をみがいて、食べかすなどの汚れを落としておきましょう。

けんしん う とき ちゅうい
検診を受ける時の注意

- 朝ごはん後の歯みがきをていねいにしましょう。
- 検診の時は、大きく口を開けるようにしましょう。