

ほけんだより



令和元年6月5日
6月号
大阪市立弘済中学校
保健室



は くち けんこうしゅうかん
が つよ がつと お か
6月4日～6月10日 歯と口の健康週間



は いっしょういっしょ
歯は一生一緒に
いっしょに いっしょに
一本一本を知って



み	が	い	て	い	る	から
み	が	け	て	い	る	へ

せつし 切歯

やくわりの
役割

はさみのように、上
下の歯で
食べ物を
かみ切り
ます。



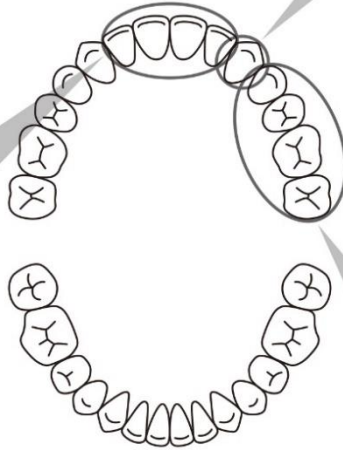
かたち
形

ひら 平べったい形で、裏
は凹んでいます。



は みがき
ワンポイント
アドバイス

うらがわ へに
裏側の凹みは、
歯ブラシを縦にして
よこ 汚れを掻き出すイメージで。



けんし 犬歯

やくわりの
役割

た もの
食べ物をちぎったり
引き裂いたりします。



かたち
形

まえ かぞ
前から数えて3つ目。
きば 犬のよう
すんと に鋭く尖
っています。



は みがき
ワンポイント
アドバイス

けんし わず
犬歯を忘れないように
いっしょに 一本ずつみがきましょう。

きゅうし しょうきゅうし だいきゅうし 白歯 (小白歯・大白歯)

やくわりの
役割

た もの
食べ物を細かくすり
潰したり
かみ砕い
たりしま
す。



かたち
形

かみ合わせのところ
がごつごつしていて、
みぞ 溝にな
っています。



は みがき
ワンポイント
アドバイス

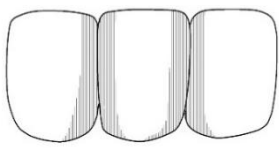
かみあ 意識して
合わせは しっかりみがきましょう。

のこ ばしよ き つ みがき残しをしやすい場所に気を付けよう

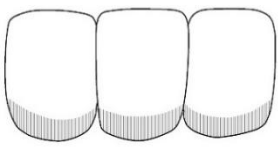


は は あいだ は さかいめ おく ば あ
歯と歯の間 や歯ぐきの境目、おく歯のかみ合わせなどは、みがき残しやすい部分です。
かがみ み は けさき あ
鏡を見ながら、歯ブラシを毛先にきちんと当ててみがきましょう。

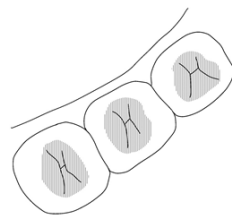
のこ ぶぶん ◎みがき残しをしやすい部分



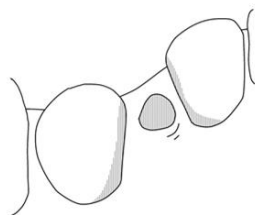
は は あいだ
歯と歯の間



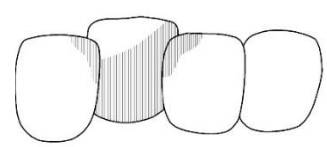
は は あいだ
歯と歯ぐきの間



おく ば あ
おく歯のかみ合わせの部分



あた 新しく生えている歯とその周り



ぜん 前後にずれている歯

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

- 昼食後、丁寧に歯みがきをしましょう。
- 検診の時は、大きく口を開けるようにしましょう。