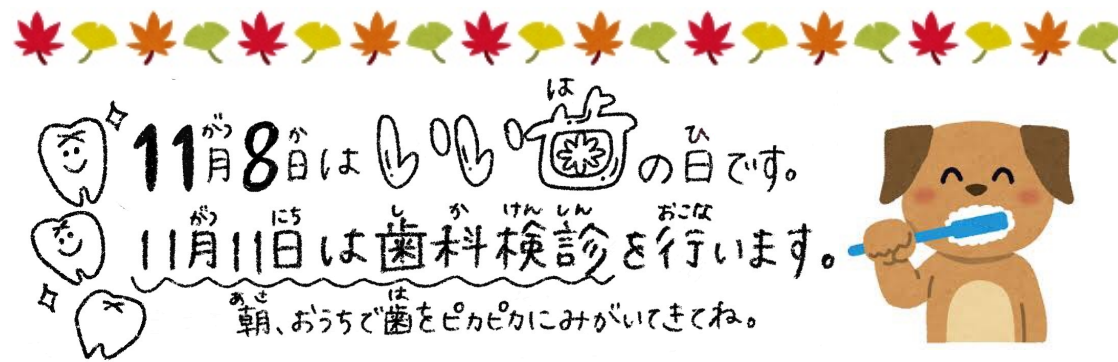


11月ほけん日より

大阪府立 茨田小学校 ほけんより 2020年度 NO.7

みなさん、朝と夜、毎日きちんと歯をみがけていますか？みなさんの歯は、大人の歯に生えかわるとも大切な時期です。むし歯にならないように、みがき残しなく、一本一本ていねいにみがくことを意識しましょう。



ば どうしてむし歯になるの？

歯の表面や歯と歯の間についている、白いネバネバしたものを「歯こう（プラーク）」といいます。歯こうは食べかすではなく、細菌のかたまり！この細菌の中にむし歯菌がいて、そのむし歯菌が作り出す「酸」によって歯がとけていく病気がむし歯です。

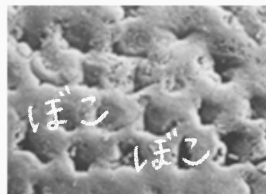


夜、寝ている時間はむし歯菌が増えやすいよ。
夜は絶対に歯みがきを忘れないようにしよう！

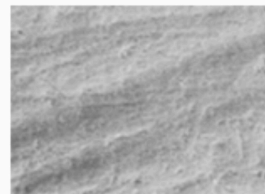
は えいきゅう し ば ほんとう 生えたばかりの永久歯は、むし歯になりやすいって本当？！

みんなの生えたばかりの永久歯は、実はまだ完璧ではなく、顕微鏡で見ると、下の左の写真のように表面がボコボコしています。そのため、むし歯菌が出す「酸」に溶けやすく、外からの刺激に弱いので、しっかり歯みがきをしてあげないと、むし歯になってしまいます。

生えたばかりの永久歯の表面

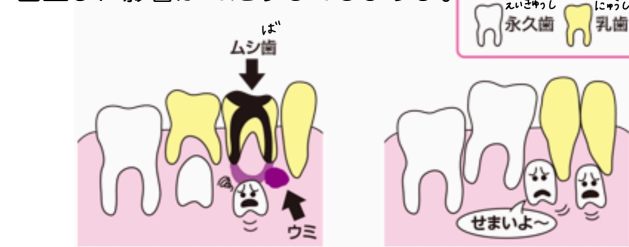


成熟した歯の表面



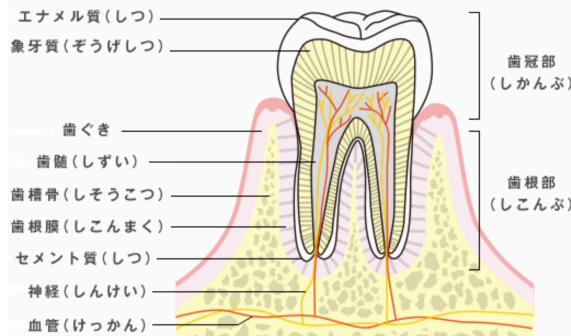
『乳歯はどうせ抜けるから、むし歯になってもいい』は大間違い！！

乳歯の下には、永久歯が出てくる準備をしています。むし歯の乳歯があるということは、口の中にむし歯菌がたくさんいるということ。せっかく生えてきた永久歯も、むし歯になりやすくなったり、歯並びに影響がでたりしてしまうよ。



は てつ ほう 歯と鉄、どちらの方が かたいでしょうか？

歯の中は、こんな仕組みになっています（右のイラスト）。エナメル質、象牙質、セメント質の部分は、なんと鉄より硬いよ！



【保護者のみなさまへ】

小学校低学年から中学年のうちは、まだ歯が生え変わっている最中で歯並びが複雑なため、自分1人では歯こうをじゅうぶんに落とせません。子どもが歯みがきをした後に、不足しているところは保護者の方が仕上げみがき（点検みがき）をすることが大切です。上手にできたところは教えてあげてくださいね。また、11月11日(水)に歯科検診を行います。後日結果をお渡ししますので「要受診」となった方は病院受診をして頂きますよう、よろしくお願いいたします。