

健康診断

大阪市立住吉第一中学校保健室

～自分のからだを知ろう～

歯科健診

学校歯科医 辻本憲吾先生来校

日時：6月19日（月）3-1・3-2・2年

6月23日（金）3-3・3-4・1年

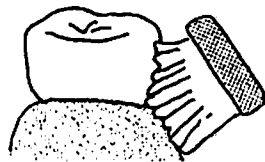
じょうずな歯磨きの“コツ”！！

場 所：保健室

持参物：歯ブラシ（昼食後各自で歯を磨いてください）

※忘れた人は、必ず、フクブクうがいをしてください

歯と歯ぐきの間は、
歯ブラシを45度に



【こんなことをしられます】

★自分の口の中を知る、大切な健診です。歯科の先生の言葉を聞きましょう。

○ むし歯があるかな？

（むし歯→C・むし歯になりやすい歯→CO）

○ 歯ぐきの状態や歯垢や歯石はついていないかな？

（歯肉炎→G・軽い歯肉炎→GO）

○ 要注意乳歯はないかな？

（歯医者で抜いた方がよい乳歯→X）

○ 歯並びやかみ合わせはどうか？

○ 治療が終わっている歯→○

◆ 健診時はイーとして、次に大きく口をあけましょう。

◆ 治療が必要な人は、受診票をもらったら早めに歯医者に行きましょう。



【歯・かむことは大切！】

① 成績アップ 「脳の発達をたすけます」

→かむ刺激によって、脳への血流が増え、
脳の動きがよくなります。

脳の発達を
助けます



② あごを発達させます

→永久歯の生えるスペースが確保され
歯並びがよくなります。

あごを発達
させます



③ 口の中を清潔にします

→唾液がたくさん出て、口の中の食べかすや細菌を洗い流します。

口の中を清潔に
します



④ 味覚を育てます

→硬さや歯ごたえを感じ、味わうことが身につきます。

⑤ スポーツにも深く関係

→かむ力が強い人ほど、瞬発力・持久力など
運動能力がアップします。



⑥ 長寿にも関係→自分の歯で、しっかりかんで味わって
食べる習慣こそ、長生きできるポイントです。



などなど、健康と深い関係があります。