

# すこやか

平成29年6月5日  
高岡市立牧野小学校

## ◆歯を大切にしよう

むし歯 **71人** (全校の 14.6%)

★むし歯があった人の内訳は・・・

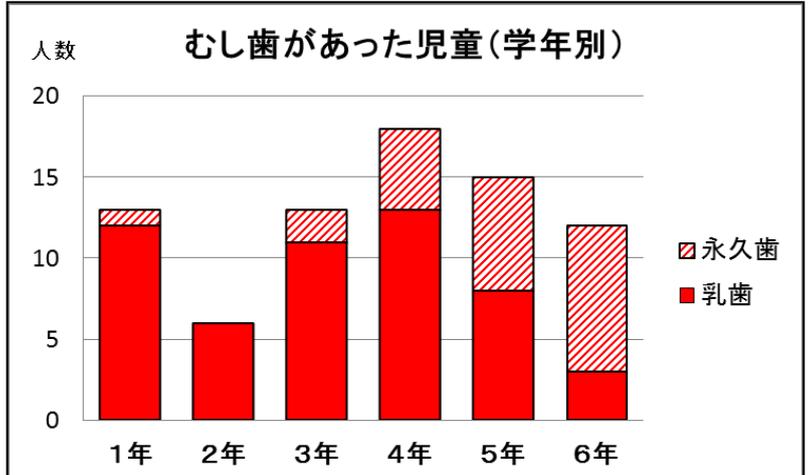
○乳歯がむし歯 **47人**

○永久歯がむし歯 **18人**

○乳歯も永久歯もむし歯 **6人**

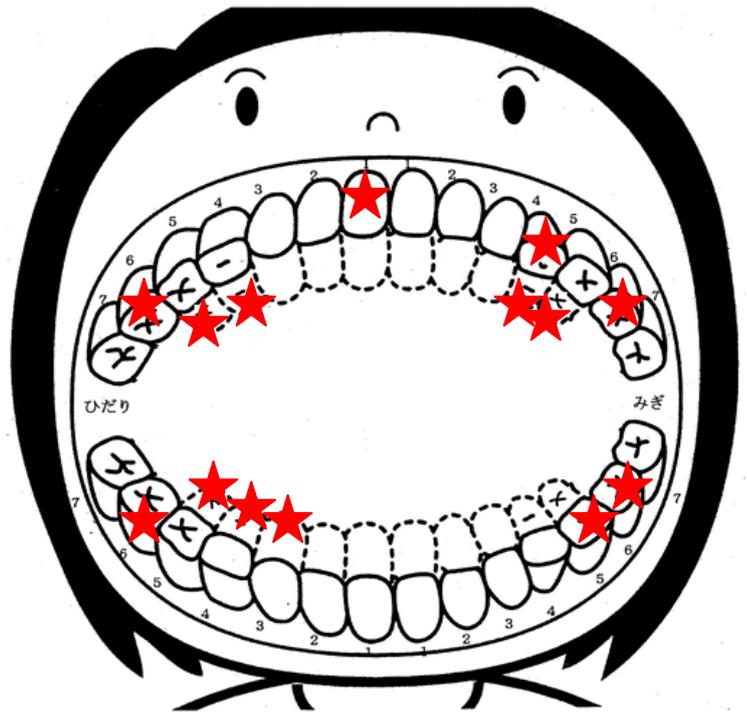
その他 **45人** (全校の 9.3%)

(要注意乳歯、歯肉炎、歯列・咬合等)

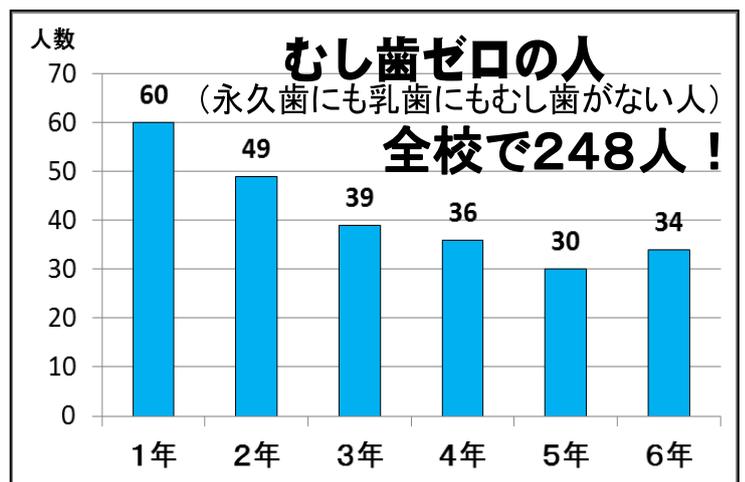


上の表とグラフは歯科検診の結果です。前年度は、むし歯があった児童は全体の63人(13.8%)で、今年度は前年度に比べてむし歯があった児童は増加しました。

右の絵の★印はむし歯があった歯です。実線は永久歯、点線は乳歯です。



歯科検診の結果、むし歯になりやすいのは、乳歯も永久歯も奥歯に多いことが分かります。奥歯は、噛み合わせの溝が深いため、歯垢がたまりやすく、むし歯になりやすい場所です。また、奥歯に生える第一大臼歯(6番目の歯)は、始めから永久歯として生えます。永久歯の中で一番大きく、噛む力が大変強い歯です。奥歯がむし歯にならないように、奥歯までしっかり歯ブラシを届かせて磨かせてください。



— 歯と口の衛生週間 6/4～6/10 —  
**「おいしい」と「元気」を支える丈夫な歯**



治療が終わったら、  
受診カードを学校に  
出してください。

15人がむし歯の治療を終えました。  
(6/2現在)

## 正しい歯みがきで、健康な歯に!

❌ ゴシゴシと強くみがく。

軽い力で、こざざみに歯ブラシを動かすことが基本です。

❌ 毛先の開いた歯ブラシを使う。

うしろから見て、毛先がみ出ししている

歯に毛先がきちんと当たらず汚れが落とせません。開いてきたら交換を。

❌ 歯ブラシだけでみがく。

歯ブラシが届かない歯と歯の間は、デンタルフロスを使うとよいです。

## ◆食中毒に気を付けましょう

食中毒に注意 6月から9月は食中毒が増える時期です

- 食事の前やトイレの後には必ず石けんで手を洗う。
- 食品は、消費期限を確認し、なるべく早く食べる。

**菌をつけない!**

手や洗える食べものは、しっかり洗おう。

**菌を増やさない!**

冷蔵庫へ

料理はすぐに食べて、残った分は冷蔵庫や冷凍庫に入れて保存。

**加熱して菌をやっつける!**

中心までしっかり火を通そうね

しっかり加熱しよう。電子レンジを使うときは中まで火が通っているか確認を。調理器具も熱湯などで消毒しよう。

<保護者の方へ(お願い)>

- ・感染症、食中毒の予防に、洗濯した清潔なハンカチを毎日持たせてください。
- ・爪が長い人は短く切ってください。爪が長いと、爪の中に汚れがたまり、不衛生です。
- ・水筒は毎日持ち帰り、よく洗って清潔にしてから使ってください。



目の病気

耳の病気

鼻の病気

皮膚の病気

プールの前に **まみ** てもらおう

6月16日(金)にプール開きがあります。目、耳、鼻、皮膚等の病気がある人で、受診カードをもらった人は、治療を済ませ、プール学習への参加許可欄を主治医に記入してもらい、受診カードを学校に出してください。

## ◆6月の保健行事

6月6日(火) 耳鼻科検診(5、6年)

8日(木) 高岡市よい歯の児童生徒コンテスト(代表になった6年児童が参加します)

## ◆皮膚を健康に保ちましょう

子供は大人に比べて新陳代謝が活発で、汗をかきやすく、あせもができやすくなります。汗をかいた後は、汗をふいたり、毎日入浴したりして皮膚を清潔に保ちましょう。

お風呂に入って、せいけつに!

