

保健だより6月

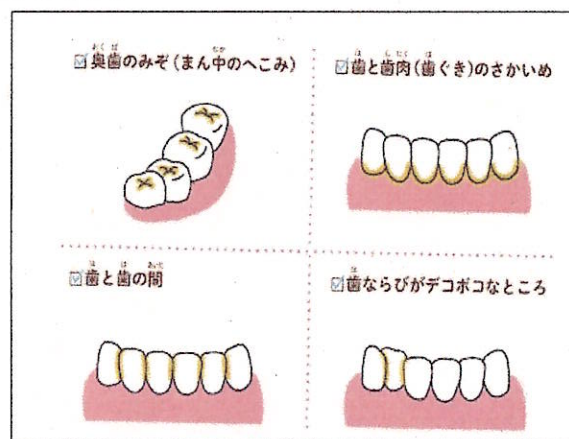
令和6年6月3日
さいたま市立文蔵小学校
保健室

6月4日(火)～10日(月)は、文蔵小学校の「歯と口の健康週間」です。7日(金)にカラーテスター錠を配付します。8日(土)～11日(火)にみがき残しを調べてみてください。調べた結果を記入用紙に記入し、12日(水)までに学校へ提出しましょう。

歯みがきカレンダーは、4日(火)から10日(月)までです。

歯のみがき残しやすいところ

どれも「歯ブラシの毛先が届きにくいところ」なので、食べもののカスや歯こう(むし歯菌のかたまり)が残りやすいのです。歯みがきをするときは、これらの場所を特に注意して、時間をかけていねいにみがくようにしてください。



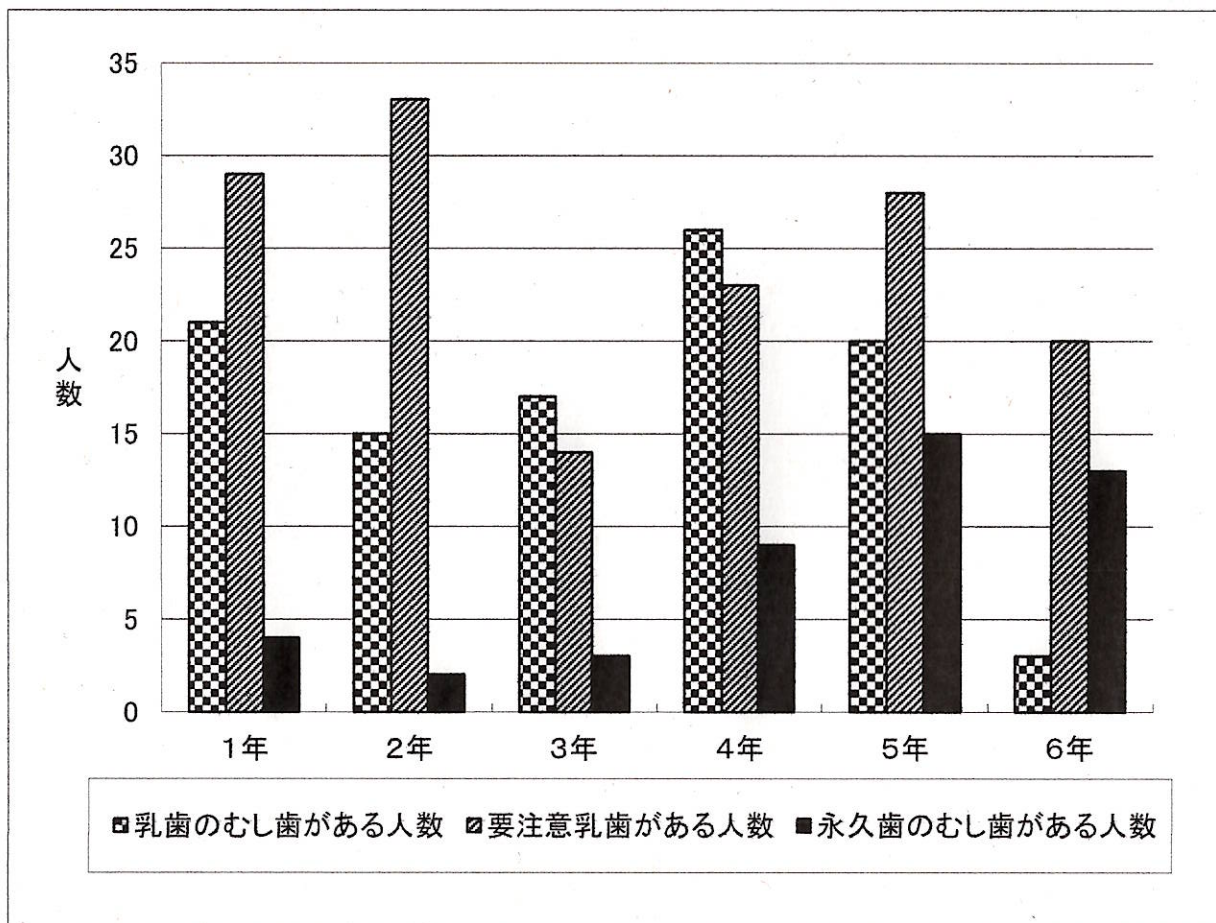
1学期の歯科健診の結果

4月25日に歯科健診を行いました。乳歯のむし歯をしっかりと治し、健康な永久歯が生えてくる

環境づくりが大切です。結果は以下のとおりです。

受診が必要な人には、ピンク色の「結果のお知らせ」を配付しましたので、早目の受診をおすすめします。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
乳歯のむし歯がある人数	21	15	17	26	20	3
要注意乳歯がある人数	29	33	14	23	28	20
永久歯のむし歯がある人数	4	2	3	9	15	13
歯科医の受診が必要な人数	42	45	29	44	46	32

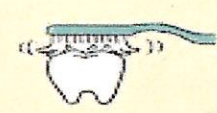
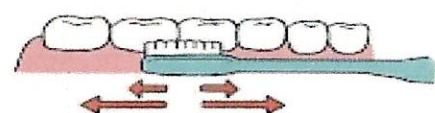


しっかり見直しを!

歯みがきのキホンQ&A

Q1 みがき方として正しいのは?

- ① 歯ブラシをこきざみに動かす
- ② 歯ブラシを大きく動かす

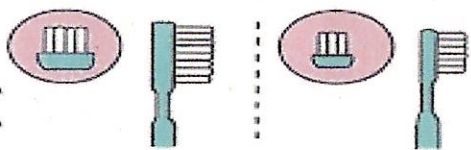


Q2 みがくときの力の強さは?

- ① できる限り力強く
- ② 力を抜いて軽く

Q3 みがきやすい歯ブラシのヘッドのサイズは?

- ① 大きめのものを選ぶとよい
- ② 小さめのものを選ぶとよい



Q4 歯ブラシはいつ取り替える?

- ① 毛先が開いてきたとき
- ② 毛が抜けてきたとき

(答え: Q1...①、Q2...②、Q3...②、Q4...①)