

ほけんだより 5月

令和6年5月9日
神目小学校
保健室

あした
明日は、歯科検診があります！



むし歯はないか、歯ぐきの病気はないか
歯ならびやかみあわせに問題はないか
をみてもらいます。

※歯鏡という歯の鏡を使って
歯の裏を見るよ。



小山歯科医院の
小山先生にみていただきます！



- ① 明日は、とくにいていねいに歯みがきをしておこう！（朝ごはんの後、給食の後）
- ② お医者さんに、自分の名前を言って、あいさつをしよう！
- ③ 待つときは、しずかに待とうね。

お医者さんの「暗号」を聞いてみよう！！

- 「けんぜん、しゃせん」・・・けんこうな歯
- 「C(シー)」・・・むし歯
- 「CO(シーオー)」・・・むし歯になりそうな歯
- 「G(ジー)」・・・歯ぐきをはれているので治りようが必要
- 「GO(ジーオー)」・・・少し歯ぐきをはれている
- 「O」・・・むし歯になったが、なおした歯
- 「X」・・・ぬいた方がいいかもしれない子どもの歯
- 「△」・・・ぬいてなくなった歯

わかるかな？



歯のクイズ

Q. 大人の歯の本数は？

- ① 20本
- ② 24本
- ③ 28本



子どもの歯は生えそろうた状態で20本。大人の歯に生え変わっていく間に28本になります。人によって少しだけ数が違うこともあります。

A. ③ 28本

Q. 歯が抜ける原因第1位は？

- ① 虫歯
- ② 歯周病
- ③ ケガ



歯周病が進行すると歯を支える骨まで溶けて、最後には歯が抜けてしまいます。年齢が高くなるほど歯周病の人の割合は増えていきます。

A. ② 歯周病

Q. 虫歯になりやすいのは？

- ① 奥歯の溝
- ② 歯と歯の間
- ③ 歯ぐきと歯の境目



虫歯になりやすいのは、食べカスがつきやすく取りにくいところ。歯みがきをする時に意識してみましょう。

A. 全部

Q. 歯の定期健診の頻度は？

- ① 3カ月に1回
- ② 1年に1回
- ③ 3年に1回



虫歯や歯周病の進行は早いので、年に1回の受診では手遅れになっている場合も。虫歯がなくてもこまめな受診を。

A. ① 3カ月に1回