

ほけんだより

平成25年7月
紫雲寺小学校

～6月26日(水)のむし歯・歯肉炎予防教室から～

大変です!!

低学年から歯肉炎になりかかっている人が大勢いました!

1～5年生の教室には、健康推進課の歯科衛生士さんが指導に入ってください、児童一人一人の口の中の状態や歯の磨き方を観察していただきましたが・・・低学年のうちから歯ぐきが赤く腫れていたり、歯を磨くと血が出たりする子がいたため、むし歯予防に気をつけることはもちろんですが、**歯肉炎予防にもっと力を入れないといけない**と指摘されました。事実、歯科検診の結果からも紫小は歯肉炎になりかかっている子が多いことが分かっています。



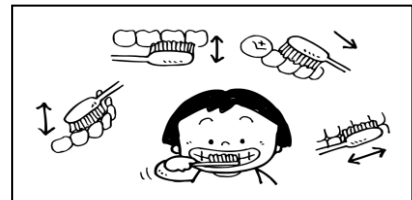
また、6年生は、学校歯科医の木戸先生から電子黒板を使って講義を受けました。色々な動物の歯の特徴やむし歯から引き起こされるさまざまな病気があることなど、専門的な内容を分かりやすく説明していただきました。

むし歯・歯肉炎予防のポイント

★歯科医先生や歯科衛生士さんの指導内容の中からいくつか抜粋しました。

- ① **小さい歯ブラシ**を使う。(毛先が広がった歯ブラシは買い換えてください。)
- ② **最低1日3回**(朝・昼・夜)歯みがきをする。**夜は特にていねい**にみがこう。
- ③ 小学生のうち、夜自分でみがいた後で、**おうちの人から「仕上げみがき」をしてもらう。**

*まだうまく歯ブラシを動かせない子が多いので、仕上げ磨きをしてもらうかどうかで、むし歯や歯肉炎にかかる割合が大きく違ってきます。お子さんとの絶好のスキンシップの時間ととらえて、是非取り組んでください。



★小学生に適した歯ブラシの大きさです。(実物大です) 次に購入するときの目安にしてください。

①1～3年生用→

②4～6年生用→