

ほけんだより

6月

R5.6.8 伊勢小ほけんしつ

6月の保健目標は右のとおりです。→
 みなさんの歯や口の中の様子は
 どうか？ 口の中には、さま
 ざまな細菌がいて、その細菌が
 歯の表面につくすけかか
 「**歯垢**」です。歯垢がたまり、

全国で6月4日～10日は「**歯と口の健康週間**」



むし歯 や **歯肉炎** などの**病気** にかかりやすくなります。

それを防ぐために、**歯垢を落とすことができるのが、歯みがき**です。

歯垢があるか、ないか、また**他の口の中の様子**について、4月に**全員に通知**してあります。

むし歯がなかった人は、新しくむし歯を作らないように、むし歯があった人は、ひどくならないうちに、**早めに歯医者さんで診てもらいましょう!!**

今年度むし歯があった人 **48人** → このうち、6/6現在で、**15人** 完了した人は、**15人** **むし歯は、治療しないと治りません!!**

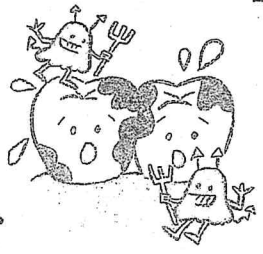
六月 歯や口の中の健康に気を付けよう。

おうちの方へ
 伊勢っ子... **247人** ... これは何の人数でしょう？
 正解は... 伊勢小学校の**健全歯**の児童の人数です。
 全校児童のうち、半分以上が**健全歯**ホトすばらしいです!
 (あこがれをさそ... うらやましいです!! すーっと大事にしてください by とだ)
 保護者のみなさんの見届け、すばらしいです!!
 親子で**「8020」**めざしましょう! :D



歯垢 (プラーク) って何?

「**歯垢 (プラーク)**」は、歯にくっついた細菌のかたまり。歯垢にはいろいろな細菌がいて、むし歯の原因のミュータンス菌も含まれます。
 ネバネバしていて、うがいただけでは取れないので、歯みがきで取りましょう。



◎はじめに書いただけ...
 だじなうでもう一度!

放っておくと、こんなことになるかも

ミュータンス菌が糖分をエサに歯に穴を開け、**むし歯**になる。

歯ぐきが腫れて**歯周病**になる。
 ひどくなると歯が抜けることも。

むし歯にするぞ~! **ミュータンス菌**はこんな子が大好き

食後に歯をみがいていない
 酸性の環境がさらさらになる。
 快適で活動しやすいから

食べ物をよくかんでいない
 洗い流されなくてラッキー

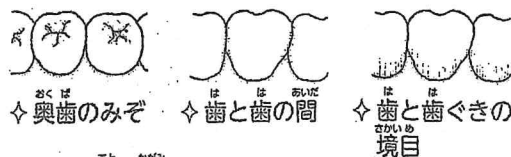
お菓子をよく食べる
 だ液が少ないうえに、

大好きな糖分がたっぷり! 酸を出して歯を溶かすぞ~

生活習慣と歯みがきで、ミュータンス菌をやっつけよう!



- ✓ 食事の後に歯みがきをしている
- ✓ 歯ブラシを持つときは「えんぴつ持ち」をしている
- ✓ 歯ブラシは軽い力で、こきざみに動かしている
- ✓ みがき残しやすい場所もみがけている



- ✓ みがいた後は鏡でチェックしている

毎日チェックして、いつもきれいな歯でいよう!

ポイント

この3つの場所は、歯を磨くときの大切な場所!!

おうちの方へ♡
むし歯は、治療可能な病気です。それでも、毎年治療率百パーセントになりません。

歯を守れ! 怪盗ハヌケからの予告状

怪盗ハヌケ

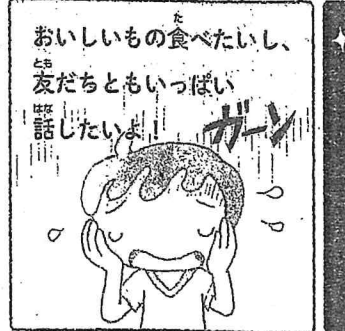
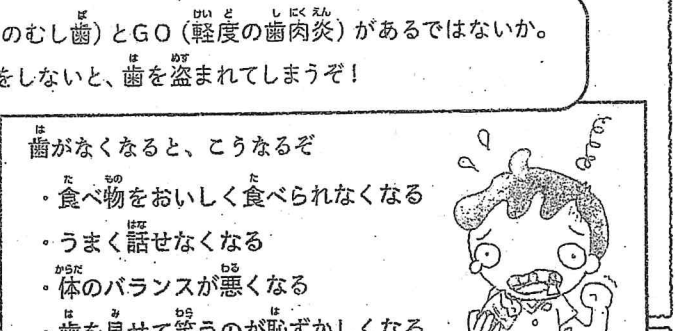
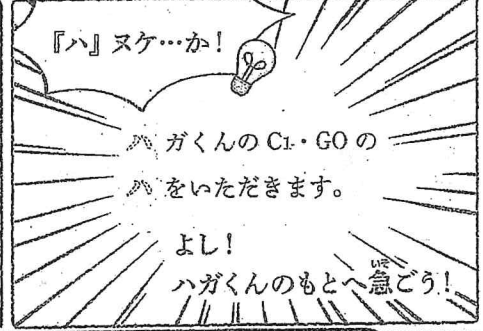
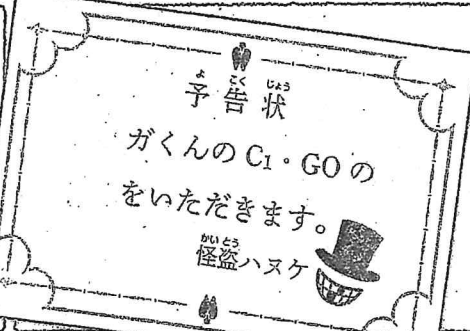
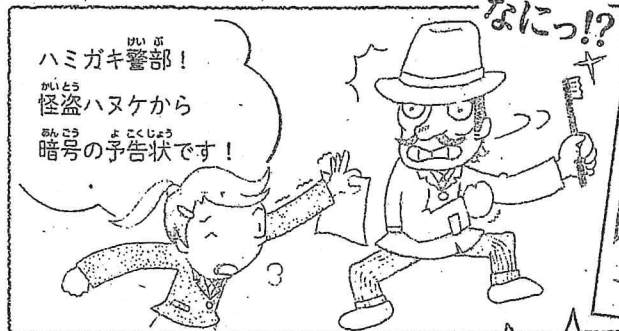
歯みがきしてない子の歯を盗む

ハミガキ警部

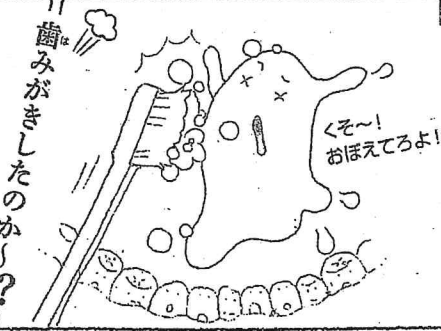
子どもたちの歯の健康を守っている

歯垢

細菌のかたまり。歯にくっついて、むし歯や歯肉炎を起す



歯みがきする!



みんなも毎日きちんと歯をみがこうね

おうちの方へ♡
むし歯は、治療可能な病気です。それでも、毎年治療率百パーセントになりません。