

—ほけんだより—

えがおだいすき



平成29年4月12日
西横野小学校 ほけん室
—NO. 2—

し か けん しん 歯科検診

あす 4月13日 (木) 午前9:00~ 4・5・6年

「^は歯・^{しにく}歯肉・^{けんこう}あごの健康のようす」を
学校^{しかい}歯科医の小林先生にみていただきます。



朝は…

- 歯科検診は、午前中です。
- 朝ごはんを食べたあと、家でかならず
ていねいにはをみがいてきてください。



受け方…

- 初めに名前を言って、口を大きく開けてください。
- 先生の言うとおりに、口を開けたり閉じたりしましょう。
…「むしば」「^{しにく}歯肉」「かみあわせ」「あご」をみます。

歯科検診の記号をおぼえよう！



は 歯のようす

C ; むしば
すぐ^{はいしやく}歯医者さんへ

CO ; むしばになり
そうなのは
ていねいにみがいて
ようすをみる

O ; ちりょうが
してあるは
はみがきをつづける

しにく 歯肉のようす

0 歯肉は
けんこう

少しはれている
ていねいにみが
いてようすをみる

GO **G** 歯石やはれ、出血
すぐ^{はいしやく}歯医者さんへ

ABCDE・・・子どもの歯(乳歯)

1234567・・・おとなの歯(永久歯)

7つのまちがいさがし

こたえはほけんしつ前にあります



健康クイズ どっちが正しい？

Q 1 にひん 人間の歯は鉄よりもかたい

①はい ②いいえ

Q 2 歯みがきは、ちから 力いっぱいみがいたほうがよい

①はい ②いいえ

Q 3 まえ歯よりもおく歯のほうがむし歯になりやすい

①はい ②いいえ

Q 4 だ液が多いとむし歯になりやすい

①はい ②いいえ

〈答えと解説〉

Q 1……①：ひっかき傷などに対する強さで、ダイヤモンドを10とすると、人間の歯（エナメル質）は7、鉄は4になります。歯は人間のからだの中でいちばんかたいのですが、むし歯の細菌による酸にとっても弱いので大切にしたいですね。

Q 2……②：力いっぱいみがくと、歯の表面や歯肉を傷つけてしまうことがあります。あまり力を入れず、リズミカルに、1本ずついいねにみがくようにしましょう。

Q 3……①：おく歯はでこぼこしていて、食べもののかすが残りやすいので、むし歯になりやすいです。歯をみがくときは、そのことを考えながら、しっかりみがくようにしたいですね。

Q 4……②：だ液は、口の中のよごれを洗い流してきれいにしたり、むし歯の菌が出す酸を中和したりします。よくかむことで、だ液がたくさん出ます。ひとくち30回以上、かむようにしましょう。