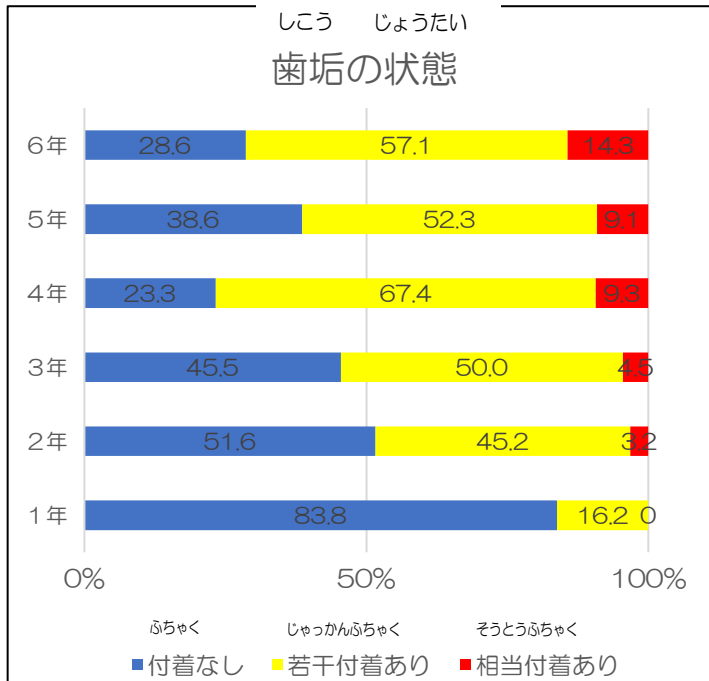




令和7年6月9日
浅井北小学校
保健室

歯科検診の結果より



歯科検診でみていただいた『歯垢の状態』について学年ごとにグラフにまとめました。学年が上がるにつれみがき残しのある児童が多くみられます。自分では「きれいに磨けた」つもりが、実際は汚れを落としきれしていない児童が高学年に多いようです。ご家庭でもぜひお子さんのみがきの様子を確認していただけたらと思います。

6月4日（水）に『歯科検診結果のお知らせ』をお渡ししました。※5月15日に欠席した児童はお渡ししていません。治療・相談の必要がある場合は、早めの受診をおすすめいたします。

歯みがきの後のうがいは何回？

歯みがきの後のうがいの回数は、少なくとも10回です。むし歯を抑えるフッ化物が含まれる歯みがき粉を使っている場合、何回もうがいをすると効果が薄れてしまうので、1回で十分。そのほうがむし歯予防になります。



フッ化物の3つの働き

初期のむし歯を治す

むし歯菌が歯から溶かしたエナメル質を歯に戻します（再石灰化）。



歯の質を強くする

歯を覆うエナメル質を酸に溶けにくい性質にします。

むし歯菌の働きを弱める

むし歯菌の増殖を抑えます。

ていねいな歯みがきの後は、うがいの回数も意識してみましょう。

熱中症にならないために・・・



普段から軽い運動をしよう



湯船につかりよう



エアコンの温度を下げすぎないようにしよう



こまめに水分補給をしよう



涼しい服を着よう