

ほけんだより 6月



2025年6月 一宮市立朝日西小学校 (高学年用)

年 組 番 名前

5月に歯科検診を受けましたね。その際に、歯医者さんの先生に言われたことを覚えていますか？「ばっちりだね」「合格だよ」と言われた人もいれば、「もう少し歯みがき頑張って」と言われた人もいないでしょうか。この機会に今までの自分の歯のみがき方をふりかえり、もっと健康な歯と口を目指しましょう。



歯と口の健康に気をつけよう

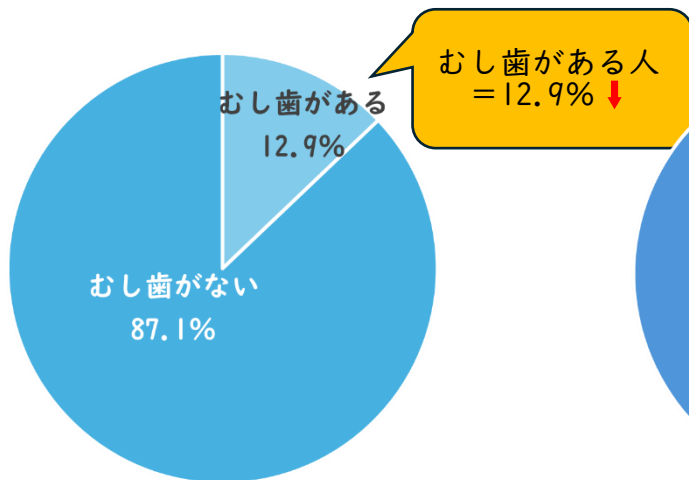
物を食べたり飲んだりすると、むし歯菌が食べかすをエサにして酸を作り出します。むし歯菌が活発になりやすいのは、食事と食事の間です。そのため、食べたらずくに歯みがきすることが大切です。

☆5月の歯科検診の結果☆



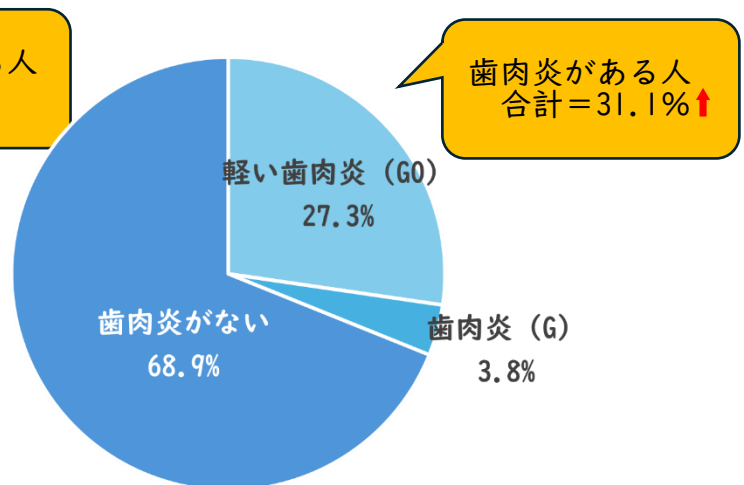
2025年朝日西小学校

【むし歯がある人の割合】



2025年朝日西小学校

【歯肉炎がある人の割合】



5月の歯科検診の結果では、全校児童のうち、むし歯のある人は12.9%、歯肉炎のある児童は31.1%でした。むし歯のある児童は昨年より減っていますが、歯肉炎のある児童は昨年より増加しています。歯周病を予防するためにも、ていねいに歯みがきすることが大切です。

歯周病ってなあに？

歯周病 = 歯の周りの病気
(歯肉炎や歯周炎)

歯周病とは、歯そのものではなく、歯の周りの歯肉（歯ぐき）と歯を支える骨（歯槽骨）の病気です。歯周病は、歯と歯の間や、歯と歯肉のさかい目などにたまったプラーク（歯垢）が原因で起こります。歯周病になると、歯肉が赤くはれたり、ぶよぶよしたり、血が出たりします。さらにひどくなると将来歯が抜けることも！？

歯周病の進み方



☆歯周病の予防

1. 自分で歯肉を観察すること。歯肉炎の早期発見が大切。
2. 歯と歯肉のさかい目のプラーク（歯垢）を丁寧に取り除くような歯みがき（歯間ブラシやデンタルフロスを使って歯の間にきれいにみがく）

鏡を使って観察しよう！

自分の歯肉を観察しよう

自分の歯ぐきに当てはまるところに○をつけ、自身の歯肉の状態を把握しましょう♪

	健康な歯肉	歯肉炎
①色はどうか？	うすいピンク色	赤っぽい
②さわってみて？	ひきしまってピン！	はれてぶよぶよ
③形はどうか？	歯と歯の間は三角形	まるくふくらんでいる
④血はでそうかな？	でない	でる