



令和6年5月31日
 船橋市立宮本小学校
 おうちの人といっしょに
 読みましょう。

こんげつ ほけんもくひょう
 今月の保健目標
 は たいせつ
 歯を大切にしよう

歯周病やっつけ隊

～健康な歯にいるために～



近年、宮本小では歯肉炎の人が増えてきています。歯肉炎が進むと歯周病になり歯周病が悪化すると、歯が抜け落ちてしまいます。日本人の約80%がかかっていると言われていたとても身近な病気です。そんな歯周病と戦うために、人の口の中を探検する「歯周病やっつけ隊」について行ってみましょう。

軽症 ← → 重症

ケース1	ケース2	ケース3	ケース4
<p>歯みがきの後なのにこんなに歯垢が！</p> <p>歯ぐきが赤く腫れ始めています</p>	<p>1人目より腫れが大きい！</p> <p>骨も溶け始めています</p>	<p>もっと状態が悪いです</p> <p>歯が動かし、臭い。出血もしています…</p>	<p>なんて重症！歯ぐきが化膿して真っ赤です</p> <p>歯を支える骨が溶けて歯が抜けています</p>

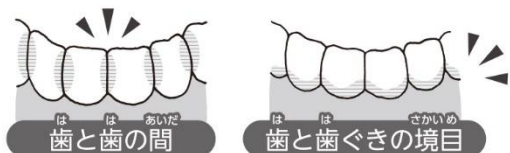
歯周病は歯を失う原因No.1とも言われます。でも歯周病にならないための2つの技があります。

技① 「毎日の歯みがき」で歯垢をきちんと落とす！

技② 定期的にプロにも診てもらおう

やっつけ隊 秘伝のコツ

- みがき残しが多い場所を丁寧に
- 歯ブラシはこきざみに動かす
- 歯ぐきは45度の角度で当てる



どんなに丁寧に歯みがきしても落ちない汚れもあります。定期的に歯科に行き汚れを落としてもらいましょう。



6月の予定

日にち	項目	学年・クラス
6/6 (木)	耳鼻科検診	1・6年
6/11 (火)	歯科検診	1・5年・2年1～4組
6/19 (水)	歯科検診	3・6年・2年5～6組
6/20 (木)	歯科検診	4年

歯科検診当日、忘れずにしっかりと歯みがきをしてきてくださいね。



保護者の皆様へ

- 6/25 より水泳学習が始まります。持病をお持ちの方やお子様の身体のご不安な点等ある場合には、主治医の先生にご相談いただき、担任へ相談内容等お知らせください。安心安全な水泳学習のため、ご協力をお願いいたします。
- 各検診における受診報告書（保護者様記入）のご提出ありがとうございます。昨年度まで受診報告書をけんこうカードに貼っておりましたが、今年度より保健室保管とさせていただきます。お控えが必要な場合には、ご提出前にコピーや記録をとっていただきますようお願い申し上げます。
- 湿度が上がる梅雨の時期に入ります。気温が上がらずとも、湿度が上がると熱中症のリスクが高まります。引き続き熱中症対策へご協力ください。
- 例年と比較し、高熱等体調不良者が目立っております。朝、体調が思わしくない場合には、無理をせずおうちの様子をみることもご検討ください。

