



練馬区立大泉第一小学校
保健室

歯を大切にしよう

受診のおすすめ、



届いたら…?

子供達が楽しみにしている水泳学習が始まります。心と体、持ち物の準備をすすめて下さい。

健康診断は続いています。お知らせを渡された人は、水泳指導前に受診し、結果を提出して下さい。提出が遅れると水泳学習に参加できないことがあります。



今月の保健行事

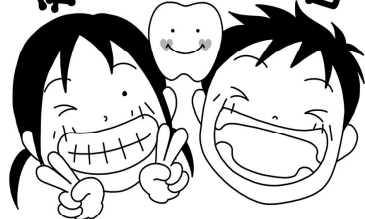


日時	検査項目	学年	準備・注意事項
3日 (水)	眼科検診	全学年	
17日 (水)	移動教室前 事前検診	5・6年	健康カード (記入済みのもの)が 必要です。忘れないよう にしてください。

～ 歯と口の健康週間～

* 6月4日～10日 *

けんこうせいかつ
健康口生活



大口あけて、わらえますか?

歯と口の健康が、生きる力(元気)を支えています。

「歯があることは当たり前」

だと思いませんか? 歯も口の中もしっかりお手入れしないと、大変なことになります。

口の中にある食べ物のカス(糖質)を使って、細菌(ミュータンス菌)が、歯垢(プラーク)を作ります。

歯垢は歯にくっついて酸を作り出し、歯を溶かしてしまいます。むし歯になります。

むし歯の原因 3つ

糖質

細菌

歯の質

今すぐできる! 細菌やカスを取り除き、歯周病とむし歯にならないようにするためには???

敵(細菌・カス)

がたまりやすい場所を

確実に

はみがきすること!

歯のよこれがたまりやすいところは4つ!

は しにく 歯と歯肉のあいだ は は 歯と歯のあいだ は おうとつ 歯ならびの凸凹 ば おく歯の「みぞ」



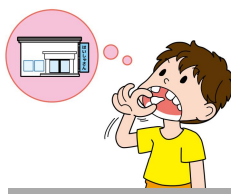
あっ! 折れた! 抜けた!! 永久歯(おとなの歯)!!

そんなとき、どうする!?

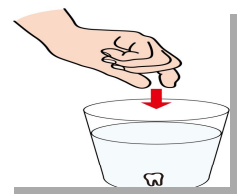
① 歯牙保存液に入れる



② 口の中に入れる



③ 水の中に入れる(水で洗う)



正解は、①か②。歯は再生する可能性があります。乾燥させないようにして、(②は飲み込まないように注意して下さい。) 歯科医さんのところに持って行きましょう。水はダメです。

- * 歯科検診を受けた人に良い歯のバッジを渡しました。(欠席した人は、受診結果を受領した際に渡せます。)
- * 6月4日の予定の歯科保健指導(4年)は2学期以降に変更します。