

# 保健だより 6月



6月4日～  
10日は

はの衛生週間

貝塚市立永寿小学校  
平成23年6月1日発行



歯には、いろいろなやくわりがあります。まず、「ものをかむ」という歯本来のやくわり。それから、「発音をたすける」「顔の形をととのえる」などのやくわり。そして何より、歯ごたえをたのしみ、なんでもおいしく食べるために、歯はかせないものです。



6月16日(木)は、**歯科検診**です  
歯科検診は午後からなので、  
歯ブラシを持ってきて給食の後に  
歯みがきをしておいて下さい。

## どうしてむし歯になるの？



歯に食べかすがついていて、口の中にあるミュータンスという、むし歯をつくるきんがわる悪さを始めます。

ミュータンスは、あまいものの食べかすが大すぎ!!



ミュータンスは、食べかすをとりこんで、歯をとかす「酸」をつくります。

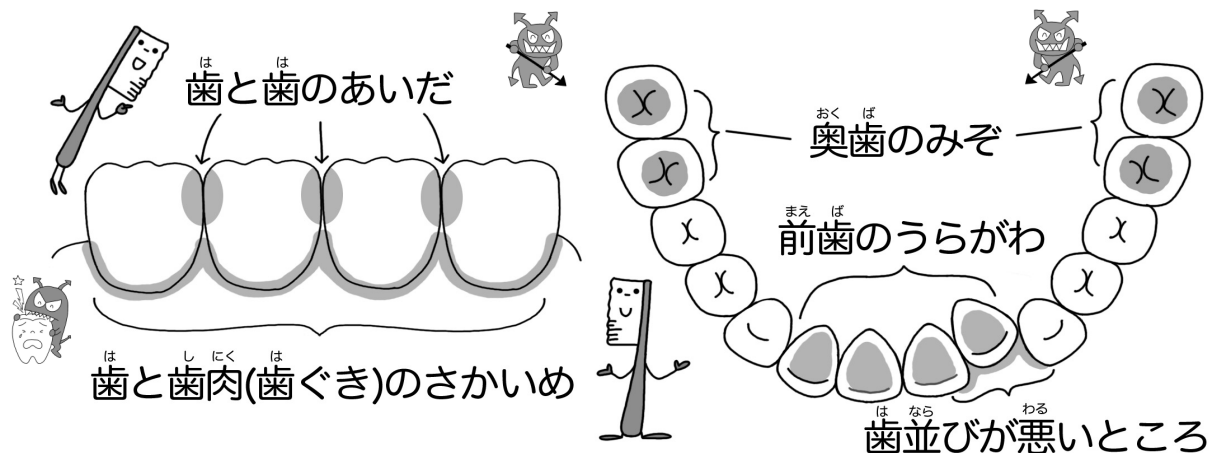
ミュータンスは、食べかすが歯についでいなければ酸はつくれなない!!



酸で歯がとかされてむし歯になるのです。



## みがき残しやすいところは、ここだよ!

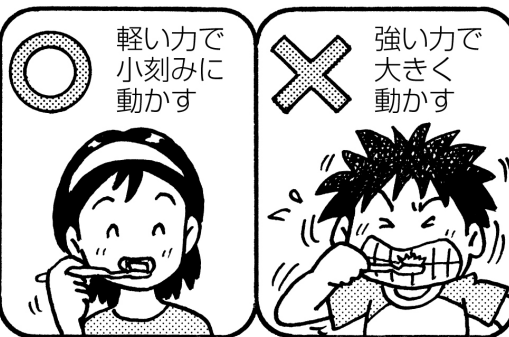


歯と歯の間は、「糸ようじ」を使うとよくとれる

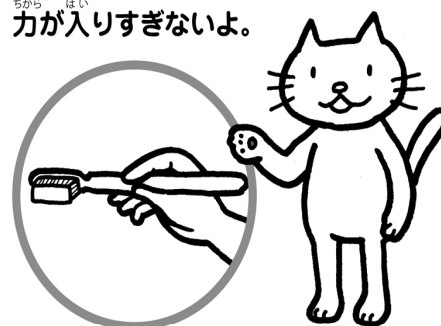
「みが④ている」から  
「みが⑦ている」へ



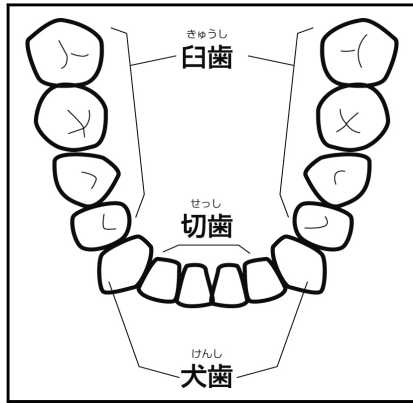
## 正しい歯ブラシの使い方は?



えんぴつと同じようにもつと力が入りすぎないよ。



# 歯(永久歯)の並び方と、名前・役割



みなさんは、自分の歯を見たことがありますよね。歯には、3種類の形があることに気づいていましたか？

この3種類の歯があることで、私たちは肉食動物や草食動物と違って、どんな食べ物でもよくかんで食べ、栄養をとることができるのです。歯の形は食べものの種類と深くかかわっているのです。

犬歯 (糸切り歯)



食べ物を「切りさく」

切歯 (前歯)



食べ物を「かみ切る」

臼歯 (奥歯)



食べ物を「かみくだき、すりつぶす」

## 永久歯は、一生使う大切な歯

5~6才になると、乳歯がぬけて、永久歯に生えかわりはじめます。さいしょの永久歯は、乳歯の奥に生えてくる「6さいきゅうし」。

「よく噛むと」「いいこといっぱい!」



この歯は、かむ力がもっとも強い、だいじな歯です。その後、前歯から順に生えかわり、13~14才ごろには、すべて永久歯になります。



## 歯の〇×クイズ10問



1. おやつはなるべく時間を決めて食べた方がいい。 ( )
2. 人間は、大人の歯がぬけてもまた生える。 ( )
3. 子どもの歯は、全部で20本。 ( )
4. 大人の歯は、全部で40本。 ( )
5. ケーキやチョコレートをいっぱい食べたら虫歯にならない。 ( )
6. 毎日ちゃんと歯みがきをしてても虫歯になることがある。 ( )
7. よくかんで食べたらひまん予防になる。 ( )
8. 歯みがきが虫歯予防に一番である。 ( )
9. 6才きゅうしは6才ごろにはえるから6才きゅうしという。 ( )
10. 虫歯は夜に作られる。 ( )

※答えは保健室の前にはっています。