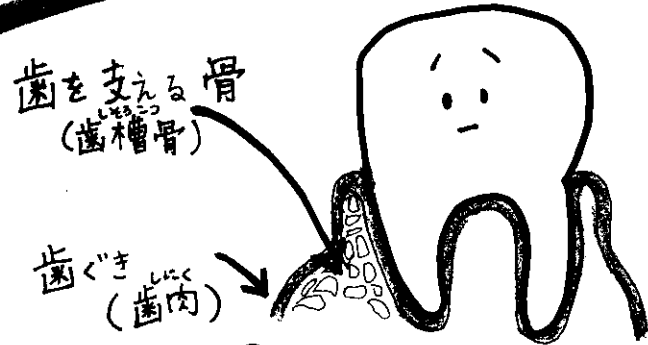


# ほけんだより 6月

貝塚市立第一中学校 保健室  
R4.6.7

6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。  
歯周病やむし歯を予防するために、原因について知る事が大切です。

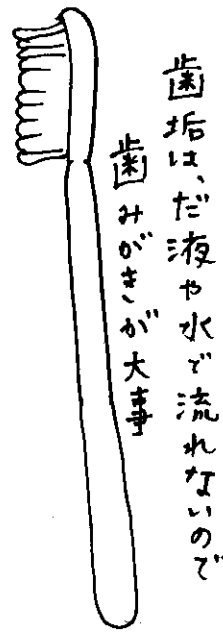
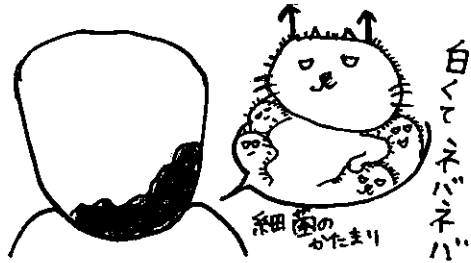
Q. 歯周病とは？  
A. 歯を支える歯ぐきや骨が破壊されていく病気です。



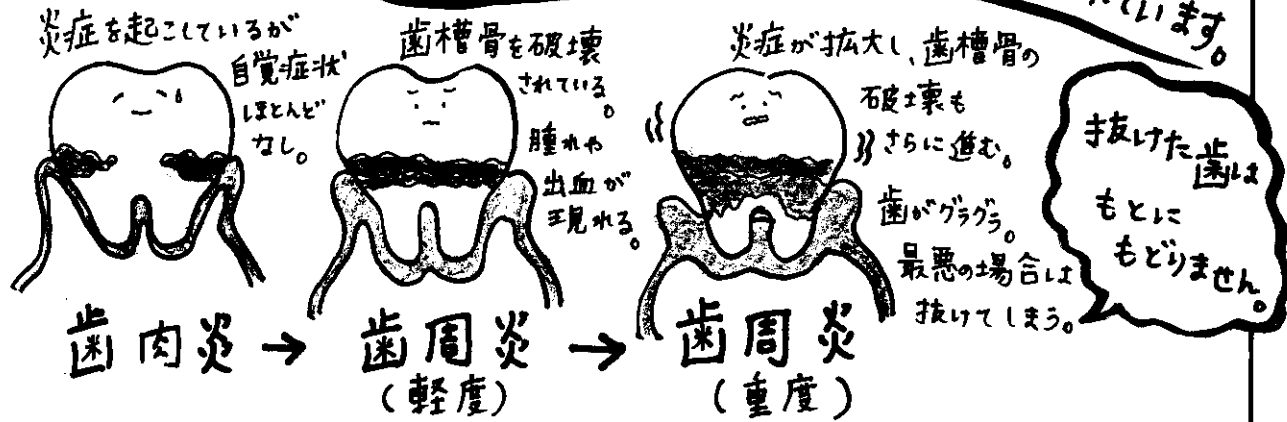
Q. 子どもは大丈夫？  
A. 大人の病気じゃないの？ 15歳以上の約40%にみられます。

Q. 何が原因？  
A. 歯垢が原因です。

歯垢は歯に付着した細菌のかたまりで、歯周病の原因となる歯周病菌も含まれます。  
歯周病菌は酸素の少ない場所を好むため、歯と歯ぐきの間に炎症を起こします。



## 痛くないの？ 静かなる病 とも呼ばれています。



- 歯周病 セルフチェック!**
- 歯ぐきが赤く腫れている
  - 歯をみがいた時に歯ぐきから血が出る
  - 口臭がある
  - 朝起きたときに口の中がネバネバしている
  - 歯と歯の間に食べ物がつまりやすい
  - 石更い食べ物がかみにくい
  - 歯がグラグラしている



あてはまる項目が多い人は歯周病の疑いが大きいです。

### 学校歯科検診のおしらせ

- 3年生 & 2年生 1〜3組 6/2 (木) でした。
- 1年生 & 2年生 4〜7組 6/9 (木) 予定。

所見のあった人には「お知らせ」を渡します。  
むし歯がなくても歯肉の状態が届いたら歯医者さんに診てもらいましょう。

# 1年生時の耳鼻科検診があります。

6月16日(木) 1・2組  
 6月17日(金) 3・4組  
 6月20日(月) 5・6組

前日の夜は耳そじをしておきましょう。

6月7日に西配布13日しめきり

保護者の方には耳鼻科アンケートのご協力をお願いします。

## 検診の受け方

## 耳 → 鼻 → のど

① あいさつ



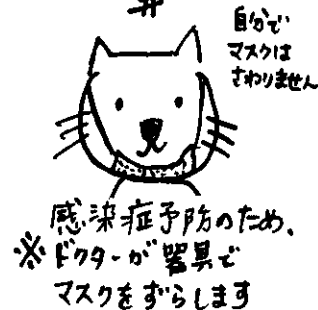
② 左耳



③ 右耳



④ 鼻



⑤ のど

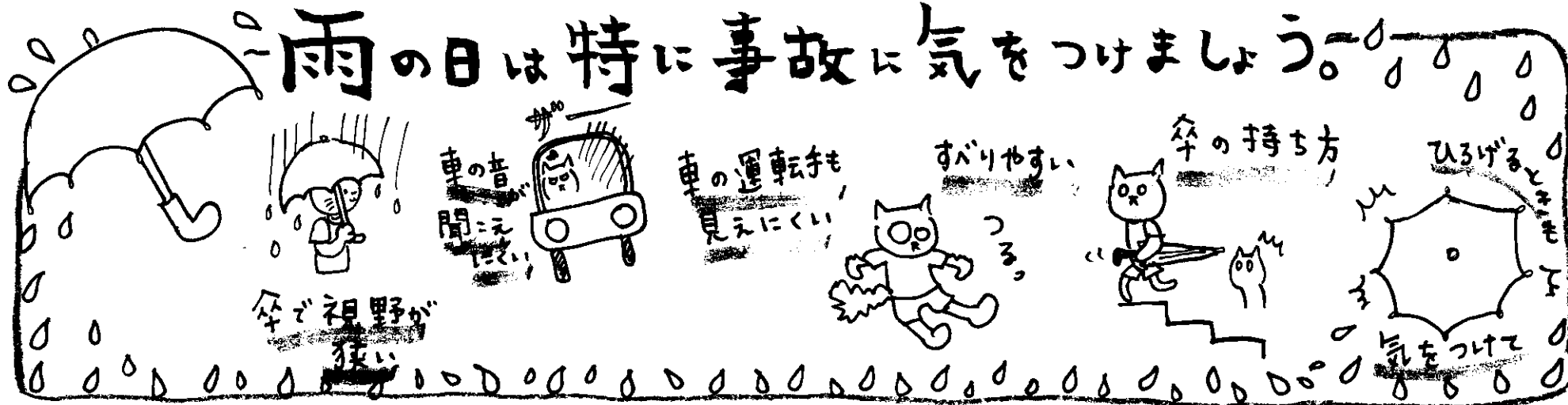


⑥ お礼



眼科検診は6月23日(木)です。希望される方に行きます。希望者のみ回収します。6月16日しめきり  
 後日配布する眼科検診前アンケートをご覧ください。

## 雨の日は特に事故に気をつけましょう。



## みなさんががんばってくれています!! しずかな検診

授業の時間に行う検診はいつもとちがうドキワクワク感。そんな気持ちを1人1人がおさえてくれて、静かな移動と整列を心がけてくれるおかげで、安心・安全な検診が成立しています。

学校医の先生からも、「静かにしてくれていますね。」とほめてもらいました。

3年生のあるクラスでは、並んでいることがわからない位静かだったクラスもありました。すごいです!! これからもこの意識を持ち続けてくれるとうれしいです。

