

# ほけんだより

亦楽小学校保健室  
令和5年6月12日(月)  
No. 5

ほけんちくひょう  
6月の保健目標

歯を大切に  
しよう。

6月に入り、学校では健康診断が一通り終了しました。再検査や治療の必要な人には治療勧告書をお渡ししております。疾患によっては、時間が経つとより重い症状へと悪化するものもあります。

プール学習も始まりますので、なるべく早めに専門医での受診をお勧めいたします。



おうちの人か知りたい情報が分かる歯科Q&A集

## 子の歯イロハ

### Q QUESTION

仕上げみがきはいつまで  
続けられればいいの？

### A ANSWER

目安として小学校3年生までは  
続けてあげてください

小学生になったら一人でみがけるようになるのが目標ですが、  
低/ 中学年のうちはまだ歯が生えかわっている最中で 歯並びが  
複雑な為、子ども一人では歯垢を十分に落とせません。目  
安は、小学3年生ころ(9歳ごろ)までそれ以降の年齢になっ  
ても必要があれば確認と点検は続けてあげてください。

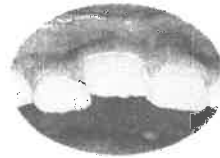
### Q QUESTION

生え始めの永久歯は  
むし歯になりやすいってホント？

### A ANSWER

未熟な状態で生えてくる永久歯はむし歯になりやすい！  
生えたての永久歯は注意したケアが必要です。

生え変わりの  
最中の歯並びは  
デコボコで歯垢が  
残りやすいです



歯垢1mgあたり、約2億個の細菌が含まれています。

### Q QUESTION

デンタルフロスは  
子どもも使った方がいいの？

### A ANSWER

子どもにもフロスのケアが必要です。  
歯と歯の間のケアを家族みんなの習慣にしましょう。

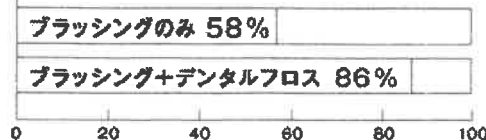


歯と歯の間は歯垢がつきや  
すく、歯ブラシだけでは  
60%程度しか歯垢を取り除  
けません。でも一緒にデンタ  
ルフロスを使えば、90%近  
くの歯垢を取り除くことがで  
きるのです。



歯垢(しこう)=フラー

歯と歯の間の歯垢清掃率



山本池 日食周誌 1975を改題