

学校保健給食委員会を開催しました。

2月21日(木)に学校保健給食委員会を開催し、子どもたちの「歯と口の健康」について学校医、学校薬剤師、PTA代表、職員代表で話し合いました。学校歯科医にご指導頂いた内容や、来年度から実施予定のフッ化物洗口について協議した内容を一部ご紹介します。

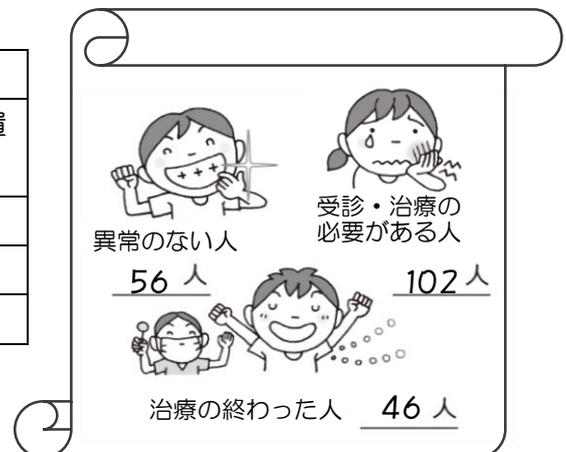


児童生徒の歯と口の状況(平成30年度歯科検診結果)

受診者	むし歯(C) 有病者	要観察歯 (CO)保有者	歯肉炎(G)	歯周疾患 要観察者 (GO)	歯肉炎はな いが歯石沈 着あり(ZS)	歯列不正 不正咬合	異常なし
小学部 85人	11人 (12.9%)	9人 (10.9%)	3人 (3.5%)	12人 (14.1%)	0人 (0.0%)	12人 (14.1%)	31人 (36.5%)
中学部 73人	12人 (16.4%)	14人 (19.2%)	14人 (19.2%)	17人 (23.3%)	6人 (8.2%)	13人 (17.8%)	14人 (19.2%)
高等部 67人	19人 (28.4%)	30人 (44.8%)	17人 (25.4%)	13人 (19.4%)	5人 (7.5%)	6人 (9.0%)	11人 (16.4%)

※表記の説明

むし歯(C)	治療を必要とする歯
要観察歯(CO)	むし歯にはなっていないが、そのまま放置するとむし歯になる可能性が高い歯
歯肉炎(G)	治療を必要とする歯肉の状態
歯周疾患要観察(GO)	歯肉に軽い炎症が見られる状態
歯石沈着(ZS)	歯の表面に歯石の沈着がある状態



歯並びについて



保護者の方からの“よく噛まずに飲み込んでしまう”という相談に対して、歯科医の津野田先生より、歯並びの悪さが原因の一つとして考えられるというご指摘をいただきました。

検診をしていて、歯並びが良くない子が多いなと感じました。
「噛まない」のではなく、「噛めない」のかもしれない。

障がいの種類によっては、矯正歯科治療が保険適用で受けられる歯科医院もありますので、お子様の歯並びが気になる保護者の方は歯科医にお尋ねください。



フッ化物洗口について

歯科医の津野田先生に、フッ化物洗口の予備調査で寄せられた質問に回答していただきました。

Q. フッ化物洗口とフッ素塗布では、どちらの方がむし歯予防効果は高いですか？

A. 歯科医院で行うフッ素塗布のフッ素濃度は、フッ化物洗口の10倍ですが、虫歯予防効果が高いのはフッ化物洗口(毎日行う場合)とされています。どちらも行うことで、むし歯予防効果を高められます。



Q. 家でフッ素入り歯磨き粉を使っていますが、フッ化物洗口もさせた方が良いですか？

A. フッ素入り歯磨き粉で歯磨きをしても、うがいをたくさんしてしまうとあまり効果がありません。その点、フッ化物洗口は漱口液を吐き出した後にうがいをしないので、フッ素がしばらく歯のまわりに留まります。



Q. フッ化物洗口を始めても、歯科医院でのフッ素塗布は続けた方が良いですか？

A. 併用することでむし歯予防効果を高められるので、続けた方が良いです。治療ではなくケアだったら、わざわざ専門医でなくても近所の歯科医院で受診できるお子さんも多いのではないのでしょうか。何かあったときに近所の歯医者さんに見てもらえる、そんな関係づくりができると良いですね。



また、「フッ化物洗口をさせたいけど、ぶくぶくうがい30秒は難しい」という声が多かったので、どのような練習をしたらよいか教えて頂きました。是非ご家庭での練習の参考にしてください。

まず、口の中に水をためられるかがポイントですね。

口笛をふく・にらめっこ・風車や吹き戻し(巻き笛)をふく等口を使った遊びで、口の周りの筋肉をきたえるといいかもしれません。



ご家庭でうがいの練習をされた保護者の方から・・・

30秒カウントダウンのタイマーを見せながらぶくぶくうがいをさせたら、タイマーを見つめながら一生懸命取り組んでくれました。

次年度からの実施は難しそうですが、中身は水でも皆と一緒にうがいをすることから始めれば“うがいは皆でするもの”という意識づけができるかなと思います。水で練習を続けて、できるようになったらフッ化物洗口を実施していただくとありがたいです。

