



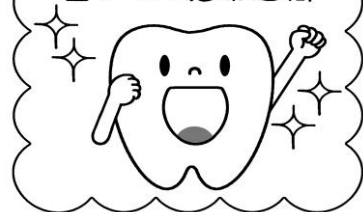
ほけんだより 6月

松橋支援学校

保健室

平成 27 年 5 月 29 日

6月4日～10日
歯と口の健康週間



6月4日～6月10日は歯の衛生週間です。

一生お世話になる歯です。まず、

・むし歯や歯肉炎にならないこと

次に、むし歯は歯医者さんで治療しないと絶対になおらないので

・むし歯を早く見つけて早く治療すること

が大事です。歯科検診がおわった後、むし歯や歯肉炎があった人は治療をしましょう。

むし歯や歯肉炎にならないためには・・・

むし歯菌はふだんは寝ていますが、お菓子など甘いものを食べると、起きてみんなの歯に穴をほり始めます。穴が大きくなるとむし歯になってしまいます。そこで、

① 食事をした後は、すぐに歯をみがこう！

→歯みがきをしてむし歯菌をやっつけよう。

② 甘いものをだらだら食べないようにしよう！

→だらだら食べるとむし歯菌が歯の穴ほりをする時間も増えます。

③ 歯を強くしよう！

→好き嫌いなく食べて歯を強くしよう！

④ 歯医者さんに行って歯を点検、治療してもらおう！

→むし歯は放っておいてもなおりません。早めに治療しましょう。



保護者の皆様へ

今月はむし歯について取り上げました。歯については保護者の方もいろいろ工夫をされたり、ご意見・ご質問等もあると思います。何でも構いませんので下欄に記入していただき担任にお渡しください。よろしくお願いします。

きりとり

() 学部 () 年 () 組 ご氏名 ()

※担任の先生・・・保健室にお願いします。