

ほけんだより 4月

令和7年4月16日
名張市立美旗小学校
保健室

ねんせい
1・2・3年生のみなさん、
し か けんしん
あしたは、歯科検診です！
あさ わす
朝のはみがきを忘れずに！



かっこう し か い
学校歯科医は、
ひらさわ し か ひらさわまさゆきせんせい
平沢歯科の平澤正之先生です。

し か けんしん きょうりょく
歯科検診のとき、みんなに協力してほしいことが3つあります。



- ①保健室や廊下では出席番号順にならんで、しずかに順番を待ちましょう。
- ②自分の順番が来たら、「お願いします」と言ひましょう。
- ③休みじかんなどに保健室の近くをとおるときは、しずかにしてください。

〇〇です。よろしく
おねがいします。

ありがとうございました。



あうちの方へ

- ★歯科検診の結果は、後日、全員にお渡しします。
- ★学校での歯科検診は、スクリーニング（大まかなふるい分け診査）です。器具や照明設備などが十分でないこと、短時間で一度に大勢の児童をみることから、100%正確な診断を行うのは難しく、歯科医院での診察結果とは異なることがあります。ご了承ください。
- ★異常が見つかった場合は、かかりつけの歯科医を受診しましょう。



仕上げみがきを お願いします

こ
お子さんがきちんと
みがけているかチェッ
クし、みがき残しがあ
れば、仕上げみがき
をしましょう。



にゅう し
乳歯が
は
生えてきたら
はじ
始めましょう。

注意してみがいてほしいところ

おく ば そと がわ うち がわ
奥歯の外側・内側

け さき
毛先をきちんとあて、
かる ちから
軽い力でこきざみに
みがきます。



まえ ば おもて がわ うら がわ
前歯の表側・裏側

おもて がわ うわくちびる
表側は上唇の
うら
裏の“ひだ”
にあたらな



ように、指でガードします。
うら がわ は たて
裏側は歯ブラシを縦にして
みがきます。

歯科検診

健康診断

こんなことをみています

むし歯になっていないかな？



C 1



C 2



C 3



C 4

むし歯って？

歯の表面が少し溶けたむし歯から、歯の根っこまで溶けた重症のむし歯まであります

歯周病になっていないかな？



歯周病って？

歯ぐきの炎症です。放っておくと歯を支えている骨まで溶けてしまいます

あごの関節に異常はないかな？



歯並び・かみ合わせの異常はないかな？



歯みがきでじょうずに歯垢が取れているかな？



寝る前の歯みがきが

クイズ

むし歯や歯周病が最も進行するのはいつ？

- ① 食後 ② 昼間 ③ 寝ている時

答えは③。日中は殺菌作用のあるだ液が、むし歯や歯周病の原因となる細菌の活動を抑えてくれています。ところが、寝ている時はだ液の分泌量が減るため、細菌が活動しやすい状態になるのです。



寝る前の歯みがきで食べカスをしっかり取ったり、歯垢（細菌のかたまり）を除去すれば、細菌が活動できなくなり、むし歯や歯周病の進行を防げます。ぜひ毎日の習慣にしましょう。



大切なワケ