



H30. 6. 14 佐世保市立早岐中学校

梅雨に入り、雨の日が多くなってきています。ベタベタするし、外には出られなし、雨は嫌いという人もいると思います。でもちょっと目先を変えると、いろいろなところに落ちる雨の音は、自然がつくる BGM のよう。癒しの時間にするのもいいですね。その分、晴れた日は思いっきりからだを動かしましょう。



定期健診がまもなく終了します。

昨日 1 年生の眼科検診が終了しました。残りは 1 年生の耳鼻科検診のみとなりました。ほとんどの検診につきまして、専門医受診が必要な人には「検診結果のお知らせ」を配布しています。お知らせのプリントが届いた場合は、早めの専門医受診をお勧めします。

6 月の保健目標

歯と歯肉の健康に心がけよう



歯の検査も 5 月中に全学年終了し、結果については、全生徒対象に配布しています。

《今年度の歯科検診結果》＊う歯とはむし歯のことです

人(%)	う歯なし	う歯あり	う歯処置完了者
1 年	1 3 9 (67.8%)	5 (2.4%)	6 1 (29.8%)
2 年	1 2 6 (68.5%)	1 2 (6.5%)	4 6 (25.0%)
3 年	1 3 4 (68.0%)	1 9 (9.6%)	4 4 (22.3%)
全学年	3 9 9 (68.1%)	3 6 (6.1%)	1 5 1 (25.8%)

＊ う歯なしの中には、CO（う歯になりかけている）保有者もいます。CO があつた場合も治療の対象です。

(人)	歯列咬合に問題あり	歯垢に問題あり	歯肉に問題あり
1 年	6	5 1	3 1
2 年	1	4 0	2 3
3 年	0	5 0	4 2
全学年	7	1 4 1	9 6

◎ 全体的に見て、う歯保有者（う歯あり＋う歯処置完了者）は、全国と比べてもとても少ないです。《本校 31.9%（全国 37.3%）》

◎ 口腔全体をみると、歯垢や歯肉に問題がある生徒が多く、ブラッシングの仕方を考えていく必要があるようです。





歯を守りたい人のための

Q & A

むし歯編

Q1 むし歯になりやすい人っているの？

A1 います。歯みがきをサボって、むし歯菌が増えている人。それから、むし歯菌が歯を溶かすための「酸」をダラダラ作る人。つまりむし歯菌の栄養「糖」をダラダラ食べる人！



Q2 「酸」で溶けた歯は元に戻らない？

A2 表面が少し溶けたくらいなら、だ液の中のカルシウムがくっついて元に戻してくれます。でもむし歯菌が多かったり、甘いものを食べ続けると、だ液の働きが追いつかなくて、歯はどんどん溶けてしまいます。



Q3 だ液をたくさん出す方法はあるの？

A3 普段からよくかんでいると、口の筋肉がよく動き、だ液がたくさん出るようになります。1口30回が目安です。



歯周病編

Q1 歯周病は大人だけの病気でしょ？

A1 そんなことはありません。10～14歳の人の中には、歯肉から出血している人が約25%もいました。

(平成28年 歯科疾患実態調査結果 厚生労働省より)



Q2 歯肉炎と歯周病はどう違うの？

A2 歯ぐきが炎症を起こしているのが「歯肉炎」。炎症が歯の周りの骨まで広がっているのが「歯周炎」。これをひっくるめて「歯周病」です。



Q3 歯周病菌ってどこにいるの？

A3 歯周ポケットと呼ばれる歯と歯ぐきの間の溝に多くいます。歯周病が進むと歯周ポケットの溝も深くなります。歯をみがくときは、歯と歯ぐきの境目もしっかりと。



ポケットの深さ6mmで、歯はガラガラ

** お 願 い ** 《フッ化物洗口の申し込みについて》

昨日、全校生徒へフッ化物洗口の申し込み案内プリントを配布しました。

必ず保護者が確認し、希望するかしないかを記入の上 6月19日(火)までに 提出してください。期限厳守をお願いします。

