



令和2年12月9日(水)
佐世保市立大野中学校
保健室

～歯科保健講話を開催しました～

11月24日(火)に、歯科校医の原田洋介先生（はらだ Dental Care Clinic 院長）をお招きして歯科保健講話を開催しました。

第3波と思われるこの状況下で、今年は放送室から放送での講話という形をとりました。“With コロナ”で口腔内を守るためにはどうしたらよいか、検診結果も踏まえ、自分たちの問題として考える機会となりました。

今年は保護者の方をお招きしての実施ができませんでしたので、歯科検診結果とともに、一部紹介させていただきます。（吹き出しは、生徒の感想です。）



大野中学校検診者全体 570名				
学年	検査人数	う歯なし	う歯あり	治療済
1年	198	122	36	40
2年	196	107	48	41
3年	176	94	38	44
合計	570	323	122	125
		56.7%	21.4%	21.9%

(H30大野中 40.1%)
(R1大野中 41.8%)
(R1県 41.22%)
(R1全国 35.41%)

43.3%↑

2年生、3年生はむし歯を持っている人が増えていたので、一人一人が気をつける必要があると思いました。

「歯がないと食べ物が食べられない、食べられないと生きられない」当たり前なことだけど心に響きました。

学年	CO保有(人)	CO(本)	顎関節・歯列・不正咬合(人)「2」の判定	ZS(人)
1年生	19	32	12	25
2年生	33	128	11	65
3年生	27	79	2	54
合計	79	239	25	144

(参考)	CO保有	CO	顎・歯列・咬合「2」	ZS
令和元年度	103人	273本	25	168
平成30年度	58人	105本	62	120

＼所々にユニークなスライドも／

虫歯の数が増えちゃってる～汗



※【COとは】
むし歯の一手手前の歯
※【ZSとは】
歯石がついている歯

学年別 「歯肉」の様子

大野中学校全体

学年	検査人数	GO 軽度歯肉炎	G 歯肉炎	GOとGの 合計	GOとGの 割合
1年	198	51	5	56	28.2%
2年	196	74	7	81	41.3% 中学1年時 38.5%
3年	176	62	8	70	39.7% 中学2年時 48.6%
合計	570	187	20	207	36.3%

32.8% 35.0% (R1大野中 42.0%)
(H30大野中 44.3%)

検診で歯肉炎にないかけていたので、重症の方の写真を見てぞっとしました。

自分はGOと言われたので、歯ぐきや歯のすき間を意識して磨こうと思います。

甘いもの（糖分）をとる機会が増えていませんか？

外出する機会が減り、お家で甘いものをとる機会が増えていませんか？
甘いものを食べ過ぎると、糖尿病になる可能性があります。糖尿病の入り口には、虫歯や歯周病があります。また、糖尿病になると全身のさまざまな器官に悪影響が生じます。口腔内の健康を保つことは、全身の健康状態を保つことにつながっているということを学びました。

むし歯に気をつけると、正しい生活習慣も身に着くと思います

歯から体がだんだん壊れていく、ということを知りました。

感染するかもしれないから…と通院を控えていませんか？

歯医者さんへの受診を中断したことによる口腔内の環境悪化が多く報告されているそうです。歯医者さんは元々感染対策に熱心なところが多いです。口内環境を清潔に保つことは、感染症対策にもつながりますので、安心してメンテナンスに通ってくださいということでした。

【保護者の方へ】

6月の歯科検診後、歯・口の健康診断結果のお知らせ（ピンク色の紙）を渡しています。治療のすすめがあり、まだ受診を終えていない場合は、お早目の受診をお勧めします。治療を終えたら、ピンク色のお知らせ用紙を学校までご提出ください。

マスクについて、あらためて考えてみよう

“子どもは、かかったとしても軽症のことがほとんど
だと言われているのに、
どうしてマスクをつける必要があるの？”



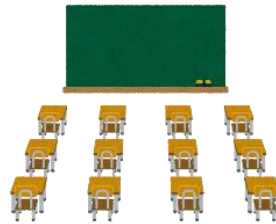
なんて考えている人が、もしかしたらいるかもしれませんね。
理由は様々ありますが、答えの一つとして、“濃厚接触者”というキーワードが関係しています。
よく聞く言葉ですが、そもそも、どのようなときに濃厚接触者になるのか見てみましょう。

濃厚接触者とは？（佐世保市保健所の指標より）

- ・同居（一緒に住んでいる）あるいは長時間車内等で接触したもの
- ・約1m以内、15分以上**マスク等の感染予防策なし**で接触したもの
- ・その他、保健所が濃厚接触者と判断した場合

もちろん、人は一人で生きているわけではありませんので、
接触する人がいるのは当然です。

しかし、**濃厚接触者が多ければ多いほど、保健所や病院は
その数だけ対応をしなくてははいけません。**



マスクをつけて日常生活（学校生活も含む）を送ることは、
自分自身やお家の人のことを守るだけでなく
保健所や医療機関を守ることにもつながっているのです。

学校内でマスクを外していいのは…

- ①体を動かす活動（体育の授業や部活動）中。ただし、できるだけ間隔をあける。
- ②給食時間中（歯みがき後はすぐにマスクをつける）
- ③その他（特別な理由があるとき ※この場合は、学校までご相談ください）



ウイルスがきらいなことって？



ウイルスがきらいなことを考えてみよう。
みんなで実行すれば、
ウイルスに負けず元気に過ごせるはず！

手洗い

石けんを使って25秒ほど洗
えば、約百万個のウイルス
を数百個にまで減らせます



マスク



しぶきと一緒に広がるウイ
ルスをとじこめます

適度な湿度

インフルエンザウイルスな
ら、湿度50～60%で感染
力が弱まります



こまめな換気



空気を入れ替えて、室
内のウイルスを追い出
します



12月から、教室でもエ
アコンの使用が認めら
れています。2方向の窓
を開け、換気を確実に行
いましょう！

わかるかな？

① ん

② ん

③ ん

ヒント

① ウイルスを追い出すた
めに1時間に1回はし
よう



② 寒くても外で体を動か
そう。体力もアップす
るよ



③ 夏はこまめにしてい
ても、冬になると忘れが
ち。空気が乾燥する冬
にも必要です



寒くても元気に！