

四小は、むし歯ちりょう100%をめざします！

ほけんしつだより 一タ フー

TOUFH



11月8日は、
「いい歯の日」

島原市立第四小学校

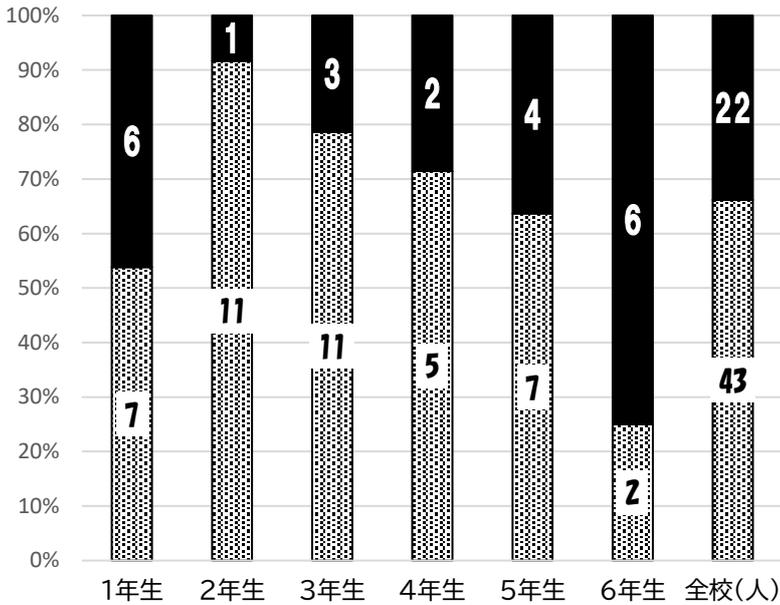
令和3年11月8日

文責 溝田

* 歯科受診をしましょう！！受診率66.2%

四小 歯科受診状況

■ 受診済10/15 ■ 未完了



1学期の歯科検診後の受診状況は、令和に入り、最も低い66.2%(昨年度は89%)です。これは、むし歯・初期病変・要注意乳歯に関する受診率です。

☆むし歯は、治療をしないと進行する恐れがあります。乳歯のむし歯は、永久歯や、今後の歯並びに悪影響を及ぼします。

☆歯肉炎で、受診が必要な児童もいます。歯科医院で、適切な指導やケアを受けることが大切です。

大人になってから、歯を失う原因の1位は「歯周病」(歯肉炎が悪化した状態)です。



* 知っていますか？食べるだけじゃない「全身に関わっている」歯の役割

食べ物をかむ

食べ物をかんで食べることで、私たちの体は、栄養をとり入れています。

むし歯があると、しっかり食べ物を噛むことができません。



発音を助ける

歯がなくなると、歯の間から空気がもれてしまい、うまく発音ができなくなります。



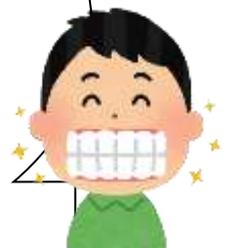
健康を助ける

歯が悪くなると、かみ合わせが悪くなることから、頭痛や肩こり、よく眠れない等の症状が出る場合があります。



顔の形を整える

歯がなくなると、口の周りの筋肉が弱くなり、顔の形が変わることがあります。子どものころにむし歯が多かったり、歯並びが悪かったりすると、顔の形に影響することがあります



*むし歯・歯肉炎を予防するポイント

「歯ブラシチェック」を
しまししょう!



相対的な汚れを落とす力(%)
(新しい歯ブラシの歯垢除去率を100%とした場合の相対値)

出典: (公財)ライオン歯科衛生研究所, 日本小児歯科学会報告書(1985)

せつかくていねいに歯みがきして
も、歯ブラシの
・毛先が広がっている
・古くなっている
と、しっかり歯垢がとれません。家の歯
ブラシの取り換え目安は、1か月です。



毎日みがき残しのないように
歯をみがく



ダラダラとあまいものを食べない



歯ごたえのあるものをよくかんで食べる



栄養バランスのとれた食事を
規則正しく食べる



定期的に歯医者さんでもみても
らう(歯みがきの仕方など)

ほかにも

- ・規則正しい生活をする
- ・自分に合った歯ブラシを使う
など

*「溶連菌感染症」「発熱」での欠席が増えています

10月末ぐらいから、咳・のどの痛み・鼻水などの症状を訴える児童が増えています。
また、発熱や溶連菌感染症での欠席も増えてきました。

新型コロナウイルス感染症は、ようやく全国的に減少してきましたが、まだまだ
感染症予防の手をゆるめることはできません。気温が下がると、かぜやインフルエ
ンザなども流行しやすくなります。これからも **マスク着用・こまめな石けん手洗い・消毒** など、感染症予
防を心がけましょう。

<溶連菌感染症について>
原因及び流行時期

*出席停止となる感染症です。
この感染症に診断された場合は、学校にご連絡ください。

溶連菌感染症は、A群β溶血連鎖球菌という細菌によって起こる感染症です。おもに11月～4月に流行し
やすい傾向にあります。

感染経路 飛沫感染(口や鼻から感染)…咳やくしゃみ等で飛び散った菌を吸い込むことで感染します。
接触感染(皮膚から感染)…菌が付いた皮膚やタオル・食器等を介して感染します。

潜伏期間 約2～5日

- ・ 一般的に2～10歳の子供に感染しやすい病気です。大人でも感染します。
- ・ 一度感染して治っても、繰り返しかかります。
- ・ 薬をきちんと服用すれば、24時間以内に感染力がほとんどなくなります。

症状 発熱・のどの痛み・腹痛・発疹・**莓舌***・吐き気・腹痛

これらの症状が全てあらわれるわけではなく、人により症状は異なりますが、高熱、のどの痛みが出て、
扁桃腺が腫れ、その後、全身に発疹が出たり、舌にイチゴのようなブツブツが現れるのが特徴です。

***莓舌…舌の表面に赤いブツブツができること。**

*医師の指示に従ってしっかり薬を飲んでおかないと、リウマチ熱や急性糸球体腎炎などの合併症
につながる可能性があります。

