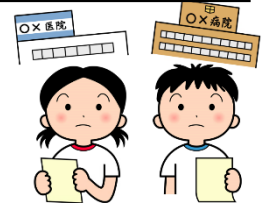


ほけんだより 6月号

令和4年6月1日
 北区立浮間小学校
 校長 宮崎史隆
 保健室 田村佳子
 藤田華子

健康診断の結果をお知らせします



定期健康診断は6月中旬まで続きます。保護者の皆様にはいろいろとご協力いただきありがとうございます。これまでに終わった健康診断では、数日以内に「〇〇結果のお知らせ」として、主に受診が必要な人に通知しています。その内容をよくお読みいただき、早めに専門医を受診してください。

学校で行う健康診断はスクリーニング検査（大勢の中から病気の疑いのある人を選別し、早期の適切な治療や病気のコントロールにつなげるための検査）で、**お知らせ=（イコール）病気**ではありません。専門医に詳しく診察していただくと、学校や家庭での日常生活で気を付けることなどの指導を受けることができます。受診後は速やかに「受診報告書」を学校に提出してください。

また、6月中旬から水泳指導が始まる予定です。（新型コロナウイルスの感染状況により変更する場合があります。）疾病によってはプールに入ることによって症状が悪化したり、人にうつしてしまったりするものもあります。内科、耳鼻科、眼科健診でのお知らせをもらった人は、なるべく水泳指導前に受診していただきますようお願いいたします。



令和4年6月1日

保護者様
 年組番氏名 _____ 東京都北区立浮間小学校長 宮崎 史隆

歯科（歯・口腔）健康診断結果のお知らせ

歯・口腔の健康診断の結果、下記の通りでしたのでお知らせします。

特に問題は見つかりませんでした。これからこの状態を保つために歯みがきや食生活に注意するとともに、定期的にかかりつけ歯科医のチェックを受け、歯・口の健康づくりに心がけましょう。

【A】要観察（歯科）の指導や継続的な管理をおすすめします。）

該当の項目	注 意 事 項	説 明
1	要観察歯（O）	歯に着色や歯垢（プラーク）の付着があります。ていねいに歯みがきをしましょう。
2	歯列・咬合・顎関節軽度異常	歯ならびの乱れや噛み合わせの状態に軽度の異常があり、定期的な観察が必要です。矯正治療中の場合は、定期的な経過観察が必要です。
3	歯垢付着	歯の表面に細菌のかたまっているプラーク（歯垢）が付着しています。ていねいに歯をみがきましょう。
4	歯肉炎	軽度の歯肉炎があり、放置すると症状が進行する恐れがあります。ていねいな歯みがきにより歯肉の状態を改善させる必要があります。

【B】要受診（歯科）の指導を求め、受診報告書を学校へ提出してください。）

該当の項目	注 意 事 項	説 明
1	う歯（むし歯） 永久歯 乳歯	治療を必要とするう歯があります。早めに治療をするとともに、食生活や口腔清掃を見直して新しいむし歯の発生を予防するように気を付けましょう。
2	歯列・咬合・顎関節中等異常	歯ならびの乱れや噛み合わせ、顎関節に異常があります。専門医にご相談ください。
3	歯垢付着（歯石）	歯垢（プラーク）がたまり、歯垢が石灰化し、歯の表面に付着した歯石（歯垢の固まり）が形成されています。歯周病の原因となりますので、早めに歯科医で除去してもらいましょう。
4	歯肉炎	治療を必要とする歯肉炎があります。専門医を受診してください。
6	その他	

主治医様
 集団検診のため見落としがあるかもしれませんが、ご高診の上ご指導お願いします。
 相談・治療が終わりましたら、その結果のご記入をいただきたくお願いします。

受 診 報 告 書

1. 相談及び治療が終わりました。 2. 経過観察中です。 3. その他（ ）

医療機関名 _____

令和 年 月 日 医師名 印

なお、すでに受診済みの場合や、受診しない理由がある場合は、その旨を保護者の方が記入して提出してくだされば結構です。

歯科健診の結果は、**全員**に左のような「歯科（歯・口腔）健康診断結果のお知らせ」〔黄色い紙〕をお渡しします。内容をよくご確認ください。

一番上の欄に〇が付いている場合は、すぐに受診する必要はありません。定期的に歯科医でチェックしてもらいましょう。

【A】や【B】の数字に〇が付いている場合は、歯科医への受診をお勧めします。時に【B】の場合は早めに受診してください。





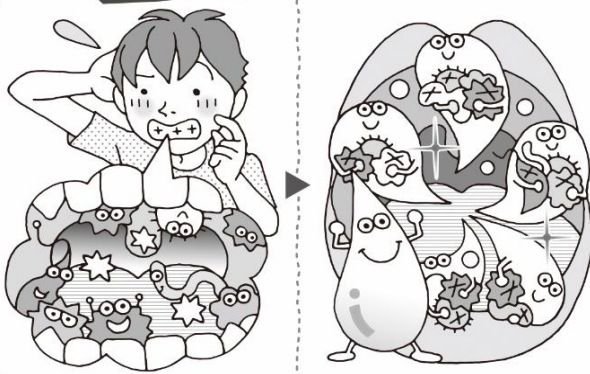
6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。むし歯や歯周病を予防するためには、原因となる細菌やウイルス、歯垢や歯石などについて

正しく知り、「歯を守る習慣」をつくることが何よりも大切です。

おうちでも、家族と一緒に歯をみがいたり、お子さんの口の中を時々覗いたりして、歯みがきへの意識を高めていただけると効果的です。



細菌 vs だ液



口の中にはたくさんの細菌がウヨウヨ

だ液がたくさんの細菌を洗い流してくれる！

◆だ液はこんなにスゴイ！



- 細菌や食べかすを洗い流して、口の中を清潔にしてくれる
- 初期のむし歯なら、自然に修復してくれる

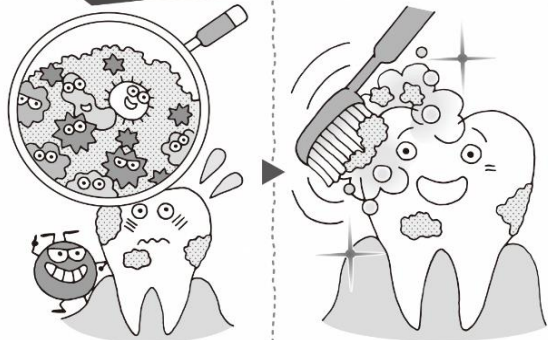
だ液はかめばかむほど分泌されるので、よくかんで食べることが大切！

ここ2～3年は、新型コロナウイルス感染症の感染状況を鑑み、学校での歯みがき指導などは行ってきませんでした。今年度は5年生を対象に歯科保健指導を行う予定です。

また、他の学年でも歯の健康に関する活動を計画中です。



歯垢 vs 歯みがき



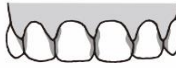
だ液で流れなかった細菌が増殖し、白くネバネバした「歯垢」になる

歯垢はだ液や水で流れないので歯みがきで取り除こう！

◆歯みがきのポイント！

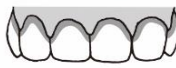
歯と歯の間

奥歯の溝



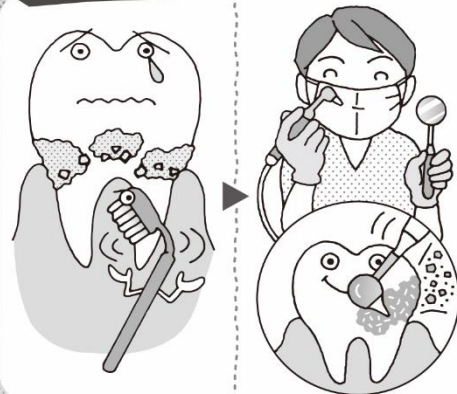
歯と歯くきの境目

歯が重なったところ



- 歯垢が得意な場所を特に注意してみがこう
- 歯ブラシが届かないところはフロスや歯間ブラシを使おう

歯石 vs 歯医者さん



取りきれなかった歯垢が石灰化し、硬い「歯石」になる

歯医者さんで取ってもらおう！

◆定期的なプロケアを！

半年に1回は行こう！



歯石になってしまうと、歯みがきでは取り除けないので、歯医者さんで定期的に取りってもらいましょう