

ほけんだより



勝田二中 NO.7
R5.11.1 発行

インフルエンザの流行に伴い、10月に1・2年生で学級閉鎖となったクラスがありました。今週、ようやく全クラスが揃いました。あとは皆が元気になるのを願うのみです。11月8日は立冬で、暦の上では冬が始まります。

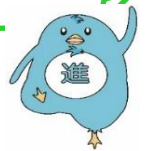
〈今月の保健目標〉

歯を大切にしよう



先日まで半袖で過ごす日もあったのに、急に寒い日もあり、気温差が激しい季節の変わり目となっています。

朝晩を中心に冷え込む日が多く、まだまだ感染症予防に気が抜けません。自分でしっかりと体温調節をし、体への気配りを大切にしましょう。



11月8日はいい歯の日

11月8日

食後の歯みがきしていますか？

右のグラフは、9月に行った夏休み明け健康調査（保護者対象）の結果です。77%の人が（歯みがきを）していた、またはほとんどしていたという回答でしたが、それ以外の23%の人は、歯みがきを「していない」ということでした。これはかなり心配な結果です。

歯みがきの最大の目的はプラーク（歯垢）を落とすことです。

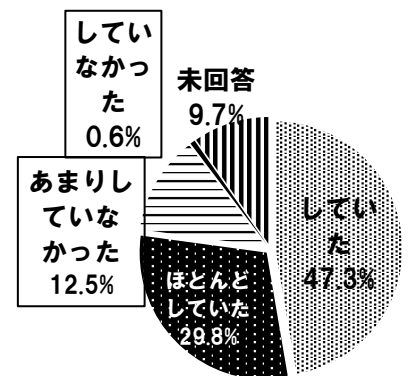
プラークは生きた細菌の塊で、むし歯・歯周病などの原因になります。歯と同じような乳白色をしているため、注意してみがかないとみがき残してしまいます。さらに、水に溶けにくく、歯の表面に粘着しているため、うがいでは取り除くことができません。プラークをわかりやすく例えると、お風呂場などの排水溝のヌルヌルです。口の中のプラークは、歯ブラシでこすり落とすしかありません。

歯みがきによって、プラークを取り除きむし歯や歯周病などにならないようにすることが大切です。ぜひ自分の行動を振り返ってみてください。食べたらみがく習慣をつけましょう。給食後の歯みがきも忘れずに！！

朝晩の歯みがき状況

～設問「夏休み中、おさんは朝晩の

歯みがきをしていましたか？」～



【三者面談時に再勧告します！】

前期に実施した健康診断で受診の必要があると判断された人の中で、眼科・歯科の受診報告書が提出されていない生徒について、三者面談時に再度お知らせを配付いたします。ぜひ早めに受診してください。受診した際は、必ず「視力管理カード」「歯科受診報告書」を担任までご提出願います。

二中の歯科受診状況



一学期の歯科検診後の受診率は29.5%(10/31 現在)です。

むし歯のある人、歯列咬合で専門的な診査が必要な人、歯垢が相当付着・歯肉に相当の炎症ありの人などを対象に受診を勧めています。

まだ受診していない人[105人(70.5%)]の皆さんは、早めに受診されることをおすすめします。受診した際は、報告書の提出をお願いします。

むし歯は放置して治ることはありません。 専門医の治療や指導を受けてください。

