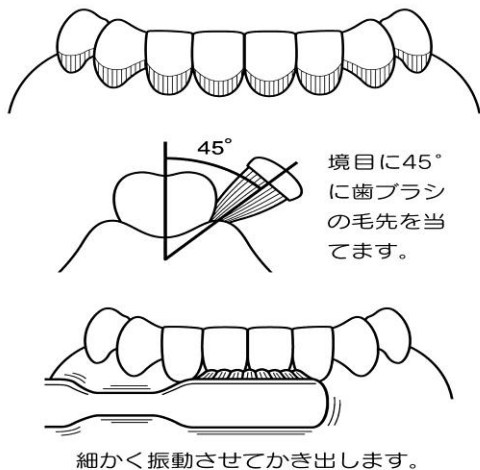
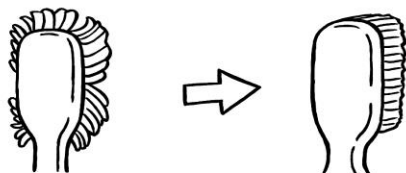
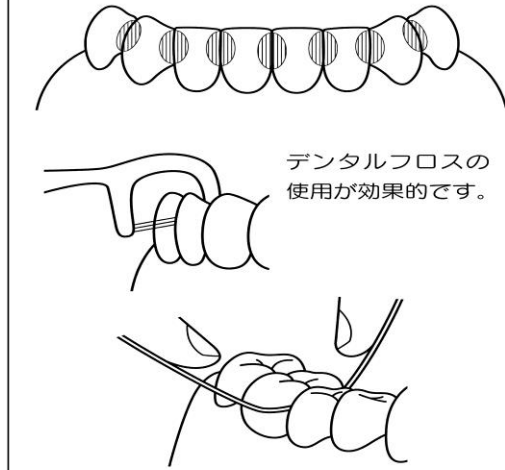


歯垢のたまりやすいところと磨き方

歯と歯肉の境目



歯と歯の間



毛先の開いた歯ブラシは取りかえよう

前歯の裏側

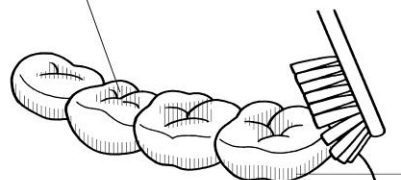


鏡を見ながら
しっかり
磨いてみよう

力を入れ過ぎず、
歯表面をすべら
せるように磨き
ましょう。

臼歯の溝

奥歯の後ろ側



少し強めにブラッシ 意識して歯ブラシを潜
ングして磨きます。 り込ませて磨きます。

健康診断の結果と受診報告書のお知らせ

4月から6月まで、みなさんは健康診断を受けました。

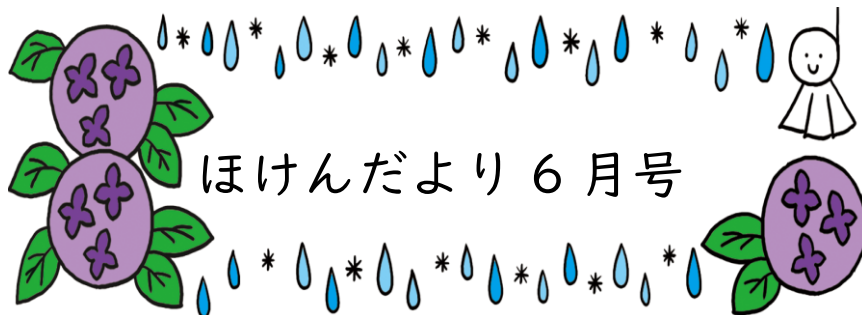
健康診断の結果は、6月下旬にお知らせします。

健康診断を受けた結果、「再度検査を受ける必要がある」と
判定された人は、検査項目ごとに「受診報告書」を配布します。

はやめに再検査を受けましょう。

再検査結果は、「受診報告書」に記入し、保健室に忘れずに提
出してください。





ほけんだより 6月号

小牛田高等学園

保健室

令和6年6月14日

あじさいが美しく咲く季節となりました。
温度変化が激しく、湿度の高いこの時期は、衣服の調整が難しい時期でもあります。
前期実習が終わり、疲れもが溜まっていると思います。
体調管理に気をつけて過ごしましょう。

今月の保健目標

むし歯を
つくらないように
しよう



むし歯をつくらないように

生活できていますか？

学校歯科医の木村 俊春先生より

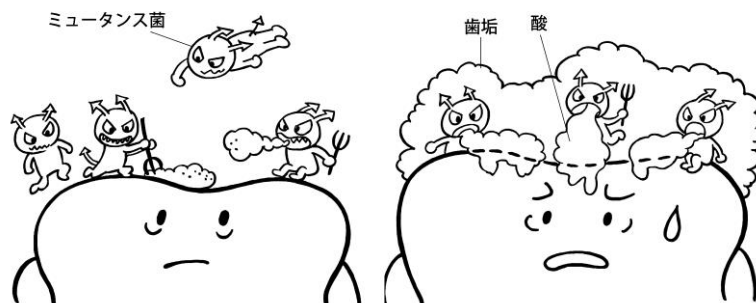
5月14日の歯科検診、おつかれさまでした。

歯の色が、白っぽい、または、黄色っぽくなってきたら
要注意です。これからも歯みがきをきちんとしましょう。

むし歯、歯肉炎、歯垢の付着が
あった人は、個別の歯みがき指
導をします。

日程は後日、お知らせします。

むし歯・歯周病の原因となる歯垢



むし歯の原因菌といわれるミュータンス菌は、食べ物の糖を利用してねばねばした物体を作り出します。これに菌がすみついたものが歯垢（プラーク）です。歯垢の中の菌が作り出す酸は、むし歯や歯周病（歯肉炎、歯周炎）の原因になります。歯垢は歯磨きでブラッシングしないと除去できません。



歯垢が、歯みがきで除去でき
ているか7月に「歯の
染め出し」をして、確認します。
(全員)

*染め出し：染め出し剤を口に
入れ、歯に付着させます。磨けて
いない歯は赤くなります。