

<h1>保健だより</h1> <p>2023. 6月号 玉川中 保健室</p>	<p>はじめまして おはよう やあ 友だちづくりは元氣? あいさつから お疲れ こんにちは またあした</p>	<p><b>今月の保健目標</b></p> <p><b>歯の健康を考えよう</b></p>
---	---	---

歯科検診について

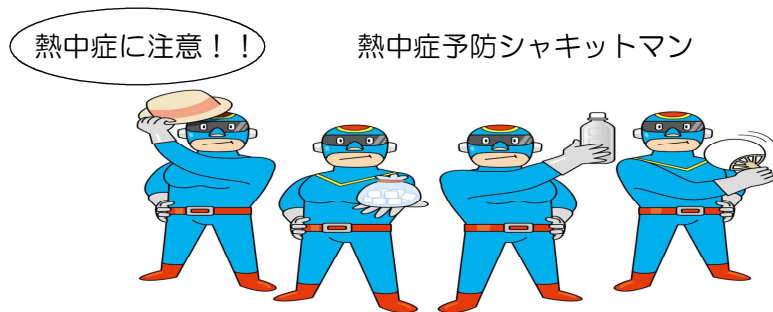
5月15日に歯科検診を実施しました。集計をしてみると、歯垢の付着や歯肉炎の症状が多く見られました。歯みがきはデンタルフロスや歯間ブラシを上手に使うと歯と歯の間の歯垢を取ることができます。下の図を参考にして活用してみてください。今年度は歯科校医さんによる2年生対象の講話がありました。お話の中で、飲み物に含まれる糖分の量が思った以上に多かったと驚いた人が多くいました。

令和5年度歯科検診の結果

	1年	2年	3年
受検者数	101人	96人	109人
う歯有り(永久歯)	11人	11人	13人
う歯なし(永久歯)	86人	67人	58人
CO保有者	29人	31人	42人
DMFT	0.22	0.86	1.30
歯垢(若干・相当付着)	35人	36人	53人
歯肉炎(要観察・要精検)	5人	28人	31人

CO・・・う歯になりかかっている歯  
DMFT・・・一人当たりのう歯の平均本数  
う歯なし・・・永久歯のう歯なしの人数

熱中症について



- ★喉が渇く前に水分補給
- ★適度に日陰で休憩
- ★帽子をかぶる
- ★体調の悪い時は無理をしない
- ★水筒のお茶は多めに準備

保健行事

6月13日(火)・・・内科検診2年女子 13:15

22日(木)・・・プール水質検査

歯みがきの仕上げにデンタルフロスや歯間ブラシを使ってみよう!毛先が届かないところに有効です。

歯間ブラシ  
←歯と歯の間にブラシを入れると隙間に挟まった歯垢が簡単に取れるのでオススメです。

保健委員会で、歯みがき強化期間を設けました。6月19日～26日に昼食後の歯みがきをした人が多いクラス上位3クラスを表彰する予定です!