



## 3月の食育放送「歯と食べ物のクイズ」

今日の食育放送はクイズでしたね。出題は1年の保安委員、回答者は4人の先生方でした。どれくらい正解したかな？答えをふり返ってみましょう。

### 第1問



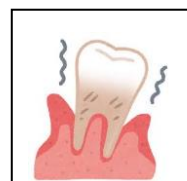
歯を失う要因として、むし歯と歯周病は同じくらいである。  
○か×か？

答えは×です。

歯を失う原因として多いのは歯周病です。

歯周病では、歯を支えている骨が溶けるために、歯がグラグラして  
抜け落ちてしまいます。

そしてなんと、七中生の3人に一人は歯肉に問題があるのですよ。



### 第2問



大人の歯は、「親知らず」を入れて32本である。○か×？

答えは○です。「親知らず」は10代後半から生えてくる奥歯です。

中学生のみなさんは、永久歯が全部そろって28本です。あなたは何本ありますか？

### 第3問



しこう  
歯垢（プラーク）は歯についた食べカスである。  
○か×か？

答えは×。歯垢は食べものの残りカスが歯の表面につき細菌が繁殖したもので、  
白くネバネバしています。むし歯や歯周病の原因となります。

第4問

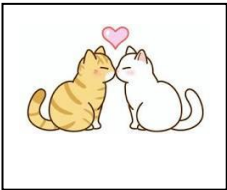


歯みがきや歯間ブラシなどのセルフケアを行えば、<sup>しこう</sup>歯垢は自分で除去できる。  
○か×か？

答えは×。

年に数回、歯医者へ行ってきれいにしてもらうことが必要です。  
(ちなみに養護教諭の石浦は3か月に1回行っています)

第5問

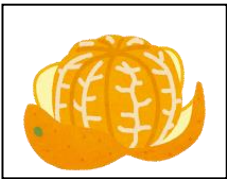


キスをしたらむし歯がうつることがある。○か×か？

答えは○です。(全員正解！)

なぜうつることがあるのか考えてみよう (\*^\*)

第6問



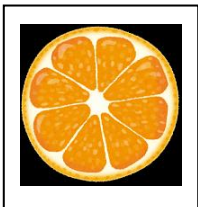
みかんの白<sup>すじ</sup>い筋には<sup>えいよう</sup>栄養がある。○か×か。

答えは○。

豊富な食物<sup>しょくもつせんい</sup>繊維と「ヘスペリジン (ビタミンP)」がたくさん含まれています  
(早和果樹園のHPより)。

それって何？どんな栄養？って思った人は調べてみてね。

第7問



みかんに種がないのはなぜでしょう？

- A. 突然変異 (とつぜんへんい) でできた
- B. 食べやすくするために開発された
- C. 実は目に見えない小さな種が入っている

答えはA。

正解したのは村上先生だけでしたね！

今回の食育放送はどうでしたか？クイズの答えは全部分かりましたか？  
食育放送を通して、歯や食について知っていただけたらうれしいです。

1年保健安全委員より