

ほけんだより



令和5年5月
京都市立太秦中学校
保健室

5月10日(水)は歯科検診です！

～朝の歯磨きは、いつもより丁寧に磨いてきましょう。～

< 歯科検診の目的 >

むし歯や歯周病がないか、噛み合わせなどに問題がないかを診てもらいます。



歯科検診の受け方

- ・検査の順番は、当日先生の指示に従ってください。
- ・検診は、ベッドに仰向けになって診てもらいます。
- ・自分の番が来たら、
 - ① 歯科衛生士さんに名前を伝える
 - ② あおむけで寝ころぶ
 - ③ 大きく口を開ける



待っている間は
静かにしましょう。



※記録するのは学校の先生ではなく歯科衛生士さんです。

みんなの事を知らないので、間違いが起こらないように必ず名前を伝えましょう。

自分の前の人が欠席の場合は、歯科衛生士さんに「〇〇さんは欠席です」と伝えてください。

口の中を健康に保つには、普段のお手入れが重要です！

歯みがきのポイントは…

- ① 歯ブラシをえんぴつ持ちする
- ② 毛先が広がらない程度の軽い力で
- ③ 1本ずつ小刻みにみがく



こんなところを注意してみがいてね！

- * 歯と歯ぐきの境目
- * 歯が抜けているところ
- * 奥歯のみぞ
- * 歯と歯の間
- * 生えかけの歯



みなさんの歯は今どんな状態ですか？乳歯が抜けている人、生えかけの歯がある人、大人の歯がそろった人…いろいろだと思います。生え変わりが完了する10歳前後は歯を一番大切にしてほしいときです。これからも健康な歯でおいしくごはんを食べられるように、歯科検診をきっかけとして、毎日の習慣の見直しにつなげよう！