

# 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
- ③1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！