

ほけんだより



令和6年6月

No. 2

綾川町立綾川中学校

梅雨が近付き、気温と湿度が上がりやすく、熱中症や食中毒が心配な時期になりました。水分補給だけでなく、生活習慣を整えたり、食品の扱いに注意したりして、健康管理に努めましょう。梅雨季節の花「アジサイ」は英語で「hydrangea」、「水の器」という意味があります。雨のしずくを受けてきらきらと輝く姿を見れば、じめじめした中でもさわやかな気持ちになれそうですね。

《6月の保健目標》

むし歯・歯周疾患の予防に努めよう！

6月4日～10日は
歯と口の健康週間です。

歯ブラシを長期間交換しないと...

歯垢の除去率が
下がる



だんだん歯ブラシの毛先が開いてくるため歯にしっかり当たらず、歯垢が取り除きにくくなります。

歯や歯肉を
傷つけやすい



広がった毛先が歯肉に当たったり、古い歯ブラシは弾力性が失われるため歯や歯肉にダメージを与えるおそれがあります。

細菌が
繁殖してしまう



歯ブラシは汚れが残っていたり乾かさなかったりすると細菌が繁殖しやすく、長く使っていると不衛生になりがちです。



「1か月に1度」を目安に、新しい歯ブラシと交換しよう！

1～2週間くらいで毛先が開いてしまう場合は、

みがく力が強すぎるかもしれないので注意してね！



これは、昨年度の歯科検診の結果です。全国と比較して、綾川中学校は未処置歯(むし歯)や歯肉炎のある人の割合が低い一方で、歯垢や歯石が付着している人の割合が高い傾向です。磨き方はもちろんですが、普段使っている歯ブラシも見直してみましょう。

順次歯科検診を実施しています。所見の有無にかかわらず、受検者全員に歯科検診の結果を配布します(3年生は配布済)。

令和5年度 歯科検診の結果



