

ほけんだより

2020年10月22日

北中 保健室
歯科検診号



明日は、歯科検診です

10/23(金) 午前中

2-3 → 2-4 → 3-1 → 3-2 → 2-1 → 2-2

…樋口 Dr

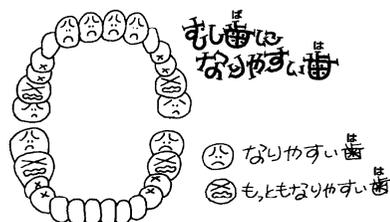
北中学校の学校歯科医さん“樋口先生”の検診です。一年に一回の歯科検診。
礼儀正しくあいさつして、気持ちの良い検診にしましょう。

う歯(むし歯)は、足の傷のように放っておいても元通りに治ることはありません。そのままにしないで、早めになおそうね。

☆☆ 検診を受けるときのPoint ☆☆

- ① 検診の朝には、**食後に**しっかり歯みがきを。
(歯みがき忘れは“歯磨き不十分”になるよ。)
- ② 名簿の順番に**保健室に5人入って**、静かに待つ。
スリッパは、入り口でそろえてぬぐ。
- ③ お医者さんの言われている言葉が聞き取れるくらい、静かに待つ。
- ④ 検診時のあいさつ・感謝の言葉は忘れずに伝えよう。「お願いします」「ありがとうございました」
- ⑤ 歯について困っていること、心配なことがあれば、検診の時に相談してみるといいね。
- ⑥ お医者さんの言われたアドバイスは、しっかり聞き、おうちの人に伝えて、早めに治療をしよう。
- ⑦ 待機中は感染予防の為、マスクは必ず着用。
自分の番になってからマスクを外してね。

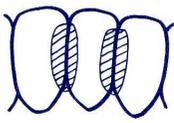
口はできるだけ
大きくあけよう



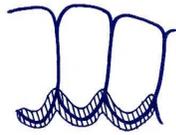
お医者さんの言われる言葉をしっかり聞いてみよう！

- C(シー) … う歯(むしば) になっている歯のこと。早く歯医者さんへ。
 CO(シーオー) … う歯(むしば) になりそうな歯のこと。これから、ていねいに歯みがきをすれば、OK。
 O(マル) … う歯(むしば) を治療した歯のこと。
 斜線 … 異常なしの意味。健康な歯です。

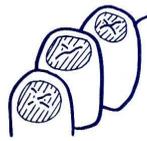
みがき残しやすい所(=歯垢のたまる所)を ていねいに みがきましょう



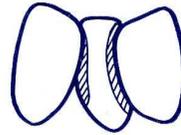
歯と歯の間



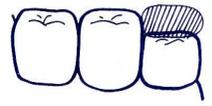
歯と歯ぐきの境目



奥歯の溝



歯が重なっている所

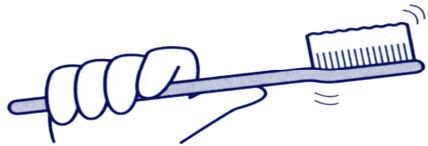


低くなっている歯

今さら聞けない？ 歯みがきのキホソクQ&A

Q1. 歯のみがき方、正しいのは？

- ① 歯ブラシを小さく動かす
- ② 歯ブラシを大きく動かす



Q2. みがくときの力の強さは？

- ① できる限り力強く
- ② 力を抜いて軽く



Q3. 歯ブラシのサイズは？

- ① 大きめのものを選ぶとよい
- ② 小さめのものを選ぶとよい



Q4. 歯ブラシはいつ取り替える？

- ① 毛先が開いてきたとき
- ② 毛が抜けてきたとき

