



流山市立
西深井小学校
No. 3

だんだんと暑さが厳しくなる季節です。暑さに慣れていないうちは熱中症に特に注意が必要です。
また、晴れて暑い日もあれば雨が降り肌寒い日もあります。衣服で調節できるようにしましょう。

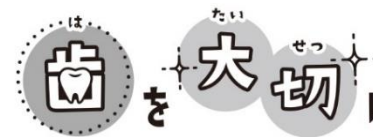
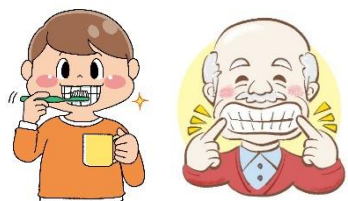
6月4日～10日は歯と口の健康習慣です

クイズ 歯の役割はどれ？



これ全部！なんと……全部！

おいしくごはんを食べること、家族や友達と話したり
笑ったりすること、走ったりスポーツをすること……
これらは全部、歯がないといつものようにはできなくな
ります。いつまでも自分の歯で元気にすごせるように、
歯を大切にしましょう。



6月5日に歯科検診があります

歯科検診で歯科医の先生はこんなことをみています

①むし歯や歯周病(歯ぐきの病気)がないか



②歯並びやかみ合わせ、
顎の関節に異常がないか



③歯みがきで上手に歯垢が取れているか



「歯垢」は、歯についた細菌のかたまりのこと。
むし歯や歯周病の原因になる細菌もたくさんいます。
ネバネバしていてもうがいでは取れないので、
歯みがきが必要なんです。

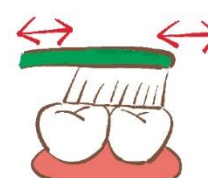
むし歯になってしまうと、歯医者さんで治療してもらわないと治りません。むし歯になってはじめて
歯の大切さがわかった……ということにならないように、毎日の歯みがきで予防しましょう。
検診の結果、むし歯のお知らせをもらった人は、早めに治療を受けてください。

できているかな？ 正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多く
なって口の中でむし歯菌が増えてしまいます。次の4つを意識してみましょう。



かる ちから
軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
動かす



歯ブラシの毛先を
歯の面にあてる



鏡を見ながらみがいて、
みがき残しをチェックする



各検診が終わり次第、所見のあったお子さんには結果の
お知らせを配付しています。受け取りましたら早めに受診を
していただき、受診報告書の提出をお願いします。