



保健だより

令和8年4月15日

荒川区立第一中学校 保健室

4月16日（木）は、 春の歯科検診です。



明日、春の歯科検診があります。昨年度「おしらせ」を受け取った人は、受診し、治療を済ませましたか？

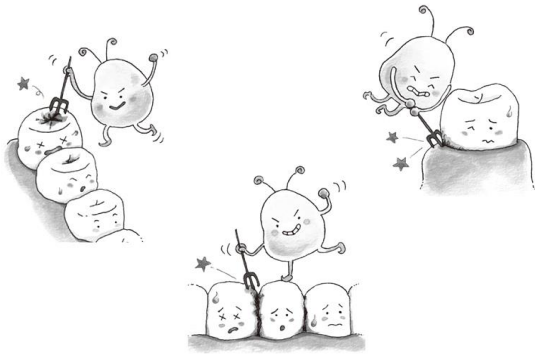
虫歯は放っておくと神経までむしばみ、自然に治ることはありません。隣の歯にひろがったり、痛みが出たときには手遅れのこともありますから、今回受診を勧められた人は必ず歯科を受診しましょう。

また、虫歯が進行していたり、虫歯が複数ある人はすぐに治療が長くかかることもあります。塾など他の予定もあると思いますが、健康な体あってこそその日常生活です。最後まで通って治療をすませましょう。

磨き残しやすい場所TOP3

★歯のみぞ ★歯と歯の間

★歯とはぐきの間



■日時 4月16日（木）8：50～

■場所 会議室・保健室
男女混合出席番号順

■診察 歯科校医 林邊先生
歯科協力医 山内先生
松本先生

■受けるときの注意

- ・朝、ていねいに歯磨きをしてくる
- ・待っているときは静かにする
- ・診察を受けるときは名前をはっきり伝える

むし歯になりやすい人
っているの？

歯並びが悪かったり、歯の質が弱かったりして、元々むし歯になりやすい人はいます。でも生活が原因で、むし歯になりやすい人もいます。そんな人たちには共通点があります。

むし歯になりやすい人の特徴

- ・歯みがきをしていない、十分ではない
- ・甘いものばかり食べたり飲んだりしている
- ・よく噛まずに食べている
- ★よく噛めばむし歯菌を倒す唾液がたくさん出ます。
- ・口呼吸がクセになっている
- ★口の中が乾燥して唾液が少なくなってしまう。

どれも生活習慣です。
気づいたらあと10回噛む、
口を閉じるなど、少し意識して過ごしましょう。

