



6月の保健目標「健康な口腔内（歯と歯ぐき）を保とう」

6月4日の「6(む)4(し)」にちなみ、6月4日～10日までの一週間を「歯と口の健康週間」と定められています。この機会に、改めて自分の歯や口の健康に関心を持ち、むし歯や歯周病の予防に心がけていきましょう。



6月の保健行事

- 3日(木) 成人教育講演会（生徒のみ）
「コロナの3つの顔を知ろう」
- 4日(金) 1年生心臓検診 9:00～
- 10日(木) 2年生歯科検診 13:40～
- 17日(木) 3年生歯科検診 1組 9:40～
2組 13:40～
- 23日(水) 3年生内科健診 13:40～

一生を共に歩む 自分の歯 (2021年標語)



保健委員会では、6月の活動で「歯みがきキャンペーン」を実施します。内容は、
①学級で、むし歯と歯周病の予防について発表します。

2日の帰りの会で、クラスの人に歯みがきの大切さやみがき方のコツを伝えました。

人が歯を失う原因ベスト3

- 1位 歯周病 (歯肉炎・歯周炎)
- 2位 むし歯
- 3位 外傷

歯こうの細菌が原因

- むし歯 歯こうの中のむし歯菌
- 歯周病 歯こうの中の歯周病菌

虫歯になる原因 虫歯菌 【ミュータンス菌】
歯周病になる原因 歯周病菌 【トレポネマ菌】

むし歯・歯周病から歯を守るために...

歯みがき 三大原則

- ① 朝起きたとき、食べた後、夜寝る前にみがく！
- ② よこれをしっかり落とす！
- ③ 毎日続ける！

歯みがきのコツ

みんなできているかな？

ただみがけばいいというわけではありません。
汚れを落とすためには「みがき方」が大切！

わしづかみはダメだよ
1本ずつやさしく
ていねいに
歯ブラシを
ななめに当てよう

- ②給食後の歯みがき調査を行います。(6月4日～17日までの2週間)
- ③歯ブラシ点検を行います。 みなさんご協力をお願いします。

