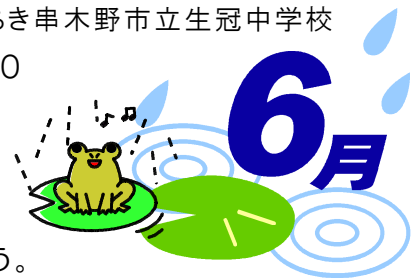


保健便り

ひかり





いちき串木野市立生冠中学校
H30



梅雨の季節となりました。水泳学習も始まります。
睡眠・朝食をきちんと摂り、体調管理に気をつけましょう。

6月は歯と口の健康週間です

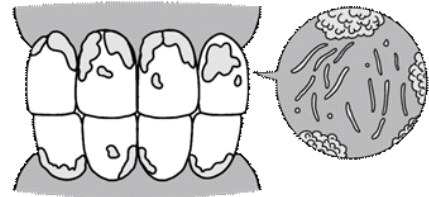
生冠中の歯の実態！ (まだ！まだ！歯みがきで改善できます。レッツ！トライ！)

<p>【口の中がきれいな人】 (むし歯も治療した歯もなくきれい)</p> <p>全体 51.6%</p> <p>1年 68.8%</p> <p>2年 55.6%</p> <p>3年 33.3%</p> 	<p>【むし歯のなかった人】 (健全歯・治療済みの人を含みます)</p> <p>全体 70.3%</p> <p>1年 81.3%</p> <p>2年 63.0%</p> <p>3年 71.5%</p> 
<p>【歯垢がついている人】</p> <p>全体 30.3%</p> <p>1年 25.0%</p> <p>2年 37.3%</p> <p>3年 28.6%</p> 	<p>【歯肉炎になりかかっている人】</p> <p>全体 19.8%</p> <p>1年 25.0%</p> <p>2年 29.6%</p> <p>3年 4.8%</p> 

★毛先の開いた歯ブラシは、そろそろ交換時期です。治療が終わった人はカードを提出してください。

歯垢って何？

歯についた磨き残しに、口の中の細菌がすみつき、繁殖したものです。歯垢1ミリグラムに1億以上の細菌がいます。放っておくと「むし歯」や「歯肉炎」を引き起こします。



「むし歯」や「歯肉炎」を予防するには、歯垢のできやすいところをしっかりと磨いて、歯垢を取り除くことが大切です。

歯垢のできやすいところ

