

ほけんだより

令和7年5月30日

第4号

川口市立幸町小学校保健室

歯と口の健康に気をつけよう

6月4日～6月10日は、「歯と口の健康週間」です。みなさんは、きちんと歯をみがいていますか？

物を食べたり飲んだりすると、むし歯菌が糖質をエサにして酸を作り出します。むし歯菌が活発になりやすいのは、食事と食事の間です。ですから、食べたらずぐに歯みがきすることが大切です。

むし歯のほかに、歯周病にも注意しましょう。歯周病は、歯と歯の間や、歯と歯肉のさかい目などにたまったプラーク（歯垢）が原因で起こります。歯周病になると、歯肉が赤くはれたり、ぶよぶよしたり、血が出たりします。口の中がそんな状態になったら、困りますよね？

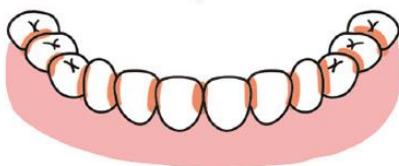
歯周病を予防するためにも、ていねいに歯みがきすることが大切です。



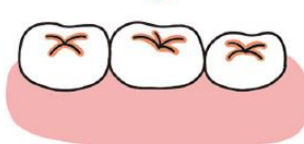
6月5日（木）第5校時、体育館にて、1年生親子歯みがき教室を行います。学校歯科医の先生・歯科衛生士の方々に歯みがきのポイントなどを教えていただいたり、歯について気になる事を講師の先生方に質問するコーナーがあります。お子様の隣に保護者席を用意しておりますので、ご参加よろしくお願いいたします。

みがきのこしが 起きやすい場所

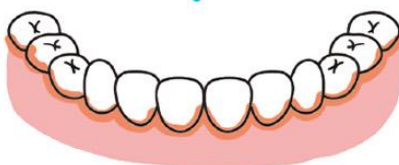
歯と歯の間



奥歯のみぞ



歯と歯肉のさかい目



歯のうら側



歯の高さが違うところ

