

ほけんだより

令和8(2026)年6月
第六中学校 保健室

歯科健診の
お知らせ



6/3(水)1年, 6/11(木)2年, 6/18(木)3年
歯科健診です!

★歯と口の中の健康
をチェックします →



- *むし歯や、むし歯になりそうな歯はないか
- *むし歯の元になる汚れ(歯垢)がついてないか
- *歯ぐきは健康かどうか
- *歯並びやかみ合わせはどうか など

朝食後に
しっかり歯みがき
をしてきてね!

むし歯知らずの生活習慣を身につけよう!

治療の前にまず予防! むし歯になって痛い思いをしてから治療に通うのではなく、むし歯にならないように気をつけることが大切です。ずっと健康な歯でいられるように、むし歯の予防について、身近な生活習慣から見直してみてください。



<p>①基本は食べたらすぐに歯みがき!</p>	<p>②おやつなど甘いものを食べすぎない</p>	<p>③しっかりよくかんで、ゆっくり食べる</p>	<p>④定期的に歯科検診を受ける</p>
<p>歯ブラシを 持ちかえろ</p>	<p>むし歯の原因となる細菌は糖分が大好き</p>	<p>唾液には口の中をきれいにする効果があります</p>	<p>歯垢・歯石をチェックして歯周病を予防しよう</p>

歯医者さんが言っている 記号はどういう意味かな?



ばんごう 番号 歯は前から順番に1番、2番...と数えます。

永久歯

乳歯

乳歯

永久歯

斜線 しゃせん	むし歯になったことがない 健康な歯
○ まる	むし歯になったけれど 治療した歯
× ばつ	抜いたほうがいいかもしれない 乳歯
CO シーオー	むし歯になりかけの歯
GO ジーオー	歯ぐきの軽いはれ・出血
C シー	むし歯
G ジー	歯肉炎 歯周炎

歯医者さんへ!

要注意

歯医者さんへ!

要注意

歯医者さんへ!

歯医者さんへ!