

普通寺第一高等学校
保健室・生徒保健委員



下の表は、1学期の歯科検診の結果と現在(10/30)までの受診の状況です。むし歯や歯肉炎がなくても、定期的に歯科検診を受けることが大切です。保健室からは今後も、受診指導のための声掛けをしていく予定です。

私たちが生活していく中で、歯の役割はとても大きいものです。結果のお知らせを受け取っている生徒の皆さんは、早めに受診し保健室へ「結果のお知らせ」を提出してください。



	1年	2年	3年	全学年
未処置歯保有者の数(人)	61	62	72	200
C O 保有者の数(人)	20	10	5	35
G O 保有者の数(人)	41	41	26	108
G 保有者の数(人)	2	4	2	8
受診勧告者の数(人)	70	80	80	230
受診者の数(人)	22	16	18	54
受診率(CO, GOのみは除く)(%)	31.4	20.0	22.5	23.5

【CO：要観察歯】

今すぐ治療が必要というわけではないが、このまま放置するとむし歯に進行する可能性が高い歯です。

【GO：歯周疾患要観察者】

口の中の清掃が不十分なため、歯肉(歯ぐき)に適切な歯みがきで治る程度の軽い炎症がみられる状態です。

【G：歯周疾患要処置者】

歯肉(歯ぐき)が炎症を起こす病気です。

香川県内でインフルエンザ等が流行しています！

9月、10月にかけて、香川県内でもインフルエンザが流行し、学級閉鎖等が相次いでいます。昨年度よりも流行時期が早く、学校生活でも注意が必要です。換気や手洗い、予防接種も感染症対策として有効です。インフルエンザに感染したら出席停止となります。出席停止期間を守り、休養し、回復に努めましょう。また、ウイルス性感染性胃腸炎も流行しています。食事の前後やトイレの後は丁寧に手を洗いましょう。

インフルエンザの出席停止期間

原則 発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。



香川県 HP
感染症週報・月報

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した 場合	発症 発熱 (sad face)	発熱 (sad face)	解熱 (happy face)	解熱後 1日目 (happy face)	解熱後 2日目 (happy face)	※発症後5日 を経過して いないため 登校不可	登校可能 (happy face)	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した 場合	発症 発熱 (sad face)	発熱 (sad face)	発熱 (sad face)	発熱 (sad face)	解熱 (happy face)	解熱後 1日目 (happy face)	解熱後 2日目 (happy face)	登校可能 (happy face)
出席停止期間	→							

歯の健康を守るために何ができるだろうか？

○ 歯ブラシの選び方

(文部科学省「生きる力」をはぐくむ学校での歯・口の健康づくり)

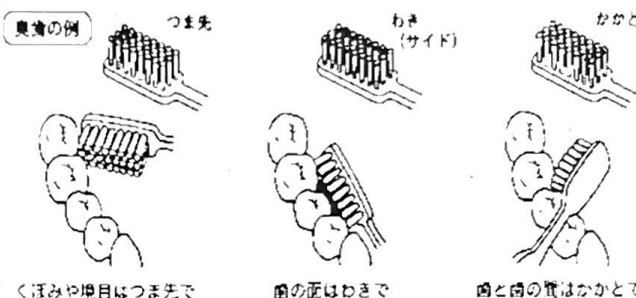
- ・力の強さや方向が直接伝わりやすいように、柄はまっすぐでしっかりと握れる単純な形のもの
- ・口の中で細かく動かせるように、ヘッドが小さいもの
- ・歯並びに関係しないように、毛先が平らにそろえてあるもの
- ・水切れのよいナイロン毛のもの
- ・毛の硬さは普通のもの

ポイント！

自分に合った歯ブラシを選ぼう！

歯ブラシの毛先を使い分けて効果的な歯磨きを

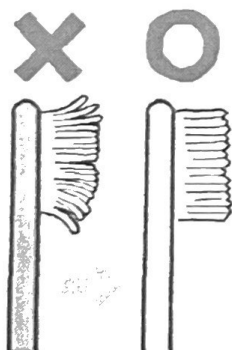
歯ブラシの「つま先」「わき」「かかと」を使い分けると、効果的に歯を磨くことができます。例えば歯茎では、歯のくぼみや裏面は歯ブラシのつま先を使って、歯の面はわきで、歯と歯の間はかかとを使うことで、しっかりと汚れを落とすことができます。



くまのり歯磨き社より

○ 虫歯の早期発見、悪化させないために...

定期健診をこまめに受けましょう！



歯ブラシが古くなつたと
思う前に新しく買い替
えて、デンタルフロス
も使いましょう。



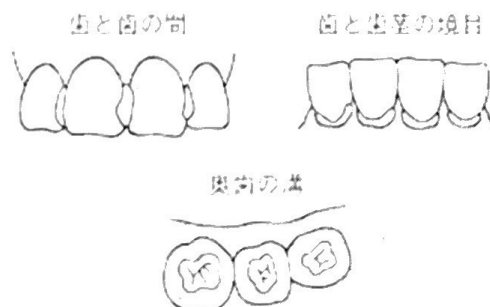
11月8日はいい歯の日

甘い物の“だらだら食べ”はやめる



甘い物をだらだらと食べていると、唾液による歯の修復が追いつかず、むし歯がでやすくなるので、だらだら食べはやめましょう

歯みがきでみがき残しが多いところ



歯と歯の間、歯と歯茎の境目、奥歯の溝などみがき残しが多いところを意識して、よくみがくようにしましょう