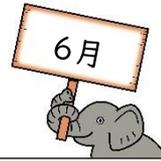




ほけんだより



令和7年6月18日発行
長崎県立鶴南特別支援学校
五島分校 高等部

6月4日～6月10日は「**歯と口の健康週間**」です。

「**寝る前の歯みがき**」が大切だと言われたことがある人は多いと思います。なぜ寝る前なのでしょう？

理由は、むし歯が進行しやすいのが寝ている間だからです。寝ている間はだ液が減るため、寝る前に歯みがきをして

いないと、食べカスや糖分が口の中に残ったままになり、むし歯が進行してしまいます。

「**食べたり飲んだりしたら歯みがきをする**」を習慣にしていれば、歯みがきを忘れて寝ることはなくなりますね。

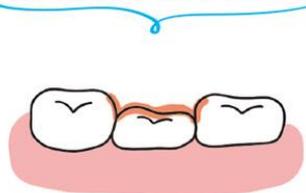
6/4～6/10



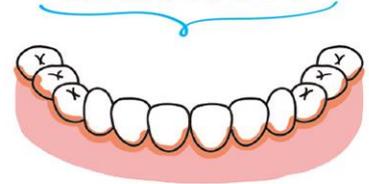
歯と口の健康週間

みがきのこしが
起きやすい場所

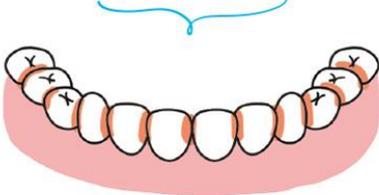
歯の高さが違うところ



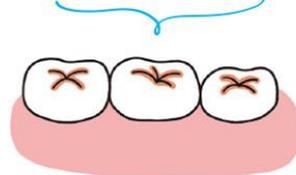
歯と歯肉のさかい目



歯と歯の間



奥歯のみぞ



歯のうら側



健康



歯周病

あなたの歯肉は健康ですか？

昼食後の歯磨きのときに、みなさんの歯磨きの様子を見回っていると・・・歯肉が赤く腫れて、歯磨きの刺激で出血しやすい人を見つけました。これは歯肉炎と言われ、進行すると、歯と歯肉の溝が深くなり、歯が抜けてしまうこともあります。

歯と歯肉の境目に歯ブラシの毛先をしっかりと当てて、細かく動かしながら丁寧に歯垢を落とすことが予防のポイントです。

健康診断の結果について

4月から行ってきた健康診断の結果をお知らせしています。その中で疾病や異常の疑いがあった人には「受診のお勧め（治療勧告書）」もお渡ししていますのでできるだけ早めに専門の医療機関に行くようにしてください。



「お話ルーム」を開設します

学校や子育てのことでご要望はありませんか。日頃から感じていること、誰かに話すと気持ちが楽になる、解決しそうなことなど、「お話ルーム」を活用してみませんか。

開設の曜日・時間帯は次の通りですが、できるだけ保護者の方々のご都合にお応えできるように調整したいと思います。通常の曜日・時間帯以外のご希望は、連絡帳または電話でお知らせください。7月1日（火）より開始します。担当者にお声掛けください。



「お話ルーム」のご利用を
お待ちしております。

開設の曜日 第1・3火曜日

利用時間帯 小中学部（15:35～16:35） 高等部（15:40～16:35）

担当者 小中学部（坂井、林田） 高等部（大窄、菊谷）