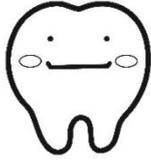


ほけんだより 7月

門真市立第二中学校
保健室
2024年7月12日



なつやす はいしゃ い 夏休みは歯医者さんへ行こう！！

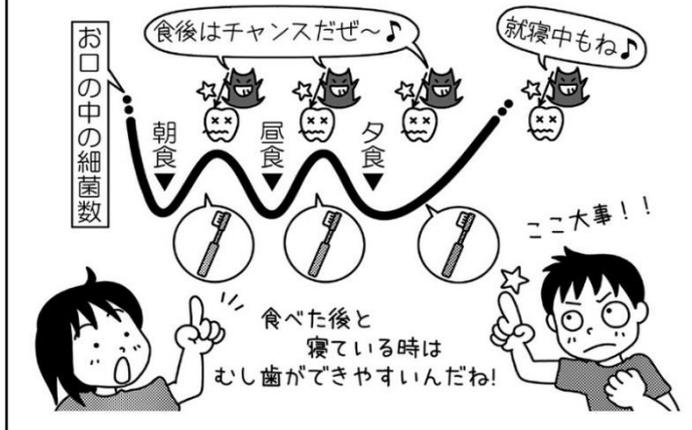


日本歯科医師会が全国で行った調査によると定期的に歯科医院を受診している人は虫歯が少ないだけでなく、「何でもおいしく食べることができる」「睡眠がよくとれる」「風邪をひかない」など健康生活の満足度が高いという結果がでています。

歯が痛みだしてから歯医者に行く人が多いですが、症状が出た時はすでに重症になっている場合があります。定期的に歯医者に通えば、虫歯や歯周病の早期発見につながり、重症になってから行くよりも通院回数が減ります。さらに、歯の状態にあわせて歯石除去や歯みがき指導をしてくれるので虫歯予防になります。治療が必要な人はもちろん、特に治療の必要がない人も夏休みに歯医者さんへ行きましょう！！

自分でできること(セルフケア)

食べたら、みがく



自分ではできないこと(プロケア)

半年に1回は歯石とり

毎日ていねいにみがいても、残った汚れは歯石になっていきます。定期的にきれいにしてもらいましょう。



保護者の皆さまへ【健康診断の結果について】

1学期に受けた健康診断の結果は、お子様を通じて渡しています。検診結果を受け取った場合は、早めに受診していただきますようお願いいたします。学校の健康診断は、「スクリーニング」といって、学校生活に支障のあるものや病気の疑いのあるものを選び出すものです。受診の結果「異常なし」になることもありますのでご理解ください。

なお、健康診断の結果をもらっていない場合は「異常なし」です。

