



6月は「歯と口の健康週間（6月4～10日）」です。この期間を中心に、ご家庭では「親子カラーテスト」と「歯と口の歯っぴーカード」に取り組んでいただいています。ご協力よろしくお願いたします。

学校のみなのようすはお休みも少なく元気いっぱいですが、急な暑さに体が慣れていないので熱中症には十分に気を付けてください。水分をしっかりとること。水筒の中身は下校前には空っぽになるくらいに、気にするようにしてください。また、コロナ（新型コロナウイルス感染症）、溶連菌感染症も出ていますので、体の調子が悪いときは無理をしないようにしてください。

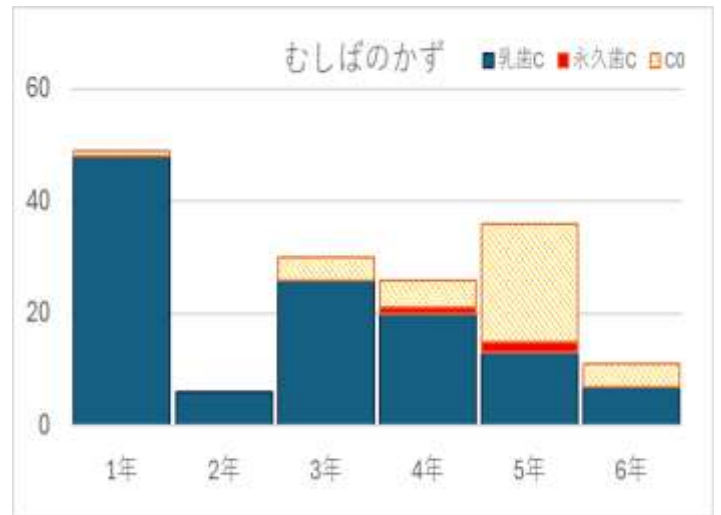
はくちけんこう 歯と口の健康

～歯科検診より～

末広小の児童全員のおし歯を足すと123本でした。

歯垢（プラーク）の付着で注意が必要なのは29人、歯肉の炎症がある子は16人でした。いずれもお知らせを出しました。

おし歯予防は毎日のていねいなブラッシング（はみがき）のくりかえしです。ほとんどの子は毎日頑張っていて、末広小の87%（410名）はおし歯ゼロでした。



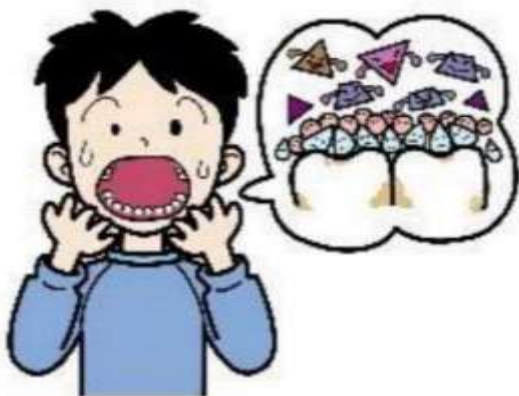
プラークコントロール



口の中には、300～500種類もの細菌がすんでいるといわれています。ブラッシング充分でなかったり、砂糖を取りすぎたりすると、細菌がねばねばした物質を作り出し、歯の表面にくっきます。

これをプラーク（歯垢）と言います。プラークはうがいした程度では落ちません。ひどい状態になると歯を支えている骨も溶かされてしまい、歯を失ってしまう恐れもあります。さらに放っておくと「歯石」に変化して、ブラッシングでは取り除けなくなります。

歯科を受診して取り除いてもらいましょう。



「はみがきはだいじだね」



「そめだしががんばろう」

