



11月8日は「いい歯」の日!

11月8日に秋の歯科検診を実施します



皆さん、自分の歯や歯肉など、口の中の健康について気をつけていますか?

8日には、今年度2回目の歯科検診が行われます。自分の口の中の状態を知る機会としましょう。

きちんと歯みがきできているかな?



みがきのこし
が
おいしいところ



～五十嵐の歯みがき本気で15分チャレンジ～

フロスをせず、歯みがきだけでどこまでキレイになるのか試してみました。15分間ひらすら歯を磨き続けた結果・・・

15分間ひたすら歯を磨き続けた結果・・・見事に撃沈!!

①実験内容: 1本の歯に対し、色々な側面からアプローチをする。

1本の歯に対し、最低20回以上は磨く。

磨き残しが多い部分を特に意識する。

鏡を見ながら行う。

15分間絶え間なく磨く。

1mmの歯垢も残さない! という意気込みで行いました。

②調査方法: MyミラーとMy探針を使用して、歯と歯の間や歯と歯茎の間など磨き残しの多い部分を中心に歯垢が残っているか確認。

③結果: 探針に歯垢を発見。フロスも使用してみると、歯と歯の間にも歯垢を発見。

④感想: 15分意識的に歯みがきをしても、歯と歯茎の間に歯垢は残る。歯と歯の間は、歯ブラシの毛だけでは、取り除くことはできないことを痛感。一生懸命磨いたので、この結果はとてもショックでした。



ミラー



探針

「毎日歯みがきをしてキレイにしていたつもりだったけど、あの時間だけでは、全然足りないんだな。フロスって本当に大切なんだな・・・。」と身を持って知ることができました！皆さんも試してみてもいいかなですか？



歯みがきのポイント



昔の人は木で歯を磨いていた！？

(参考:「歯の博物館」で歯みがきの歴史... (club-sunstar.jp))



江戸時代から明治時代は、写真のような木でつくった「房楊枝」^{ふさようじ}を使っていました。爪楊枝、歯ブラシ、舌ブラシの役割を持っています。しかし、歯の裏面を磨くことが難しいことに気づいた人々。ここから、現代の歯ブラシに似た形が誕生したと云われています。

また、同時期に「歯みがき粉」も流通し、約100種類以上あったそうです。



保護者の皆様へ

歯科検診後の治療勧告書の配付について

11月8日の歯科検診後、病院受診が必要なご家庭には、治療勧告書を配付します。

配付されたご家庭は、早めの受診をお願いいたします。

12月7日 性に関する指導(全校対象)を実施します

助産師 _____ 様をお招きし、全校生徒を対象に「性に関する指導」を実施します。

授業テーマは以下の予定です。1・2年生は1時間、3年生は2時間を使って、酒井様からお話を聞きます。何かご不明な点等がありましたら、養護教諭までお問い合わせください。

学年	テーマ
1	生命誕生から思春期までの過程を学び、命の大切さを実感する。
2	思春期のこころとからだの変化を学ぶ ～思春期を快適に過ごすために～
3	思春期を大切に過ごすために～10代の予期せぬ妊娠、望まない出産、性感染症、性暴力を避ける～