



令和6年6月4日
東京都立大泉特別支援学校
校長 花田 妙子
保健室

先月、中・高等部の歯科検診を行いました。これまで検診が苦手だった生徒が、検診中に口の中を見せられる時間も長くなり、学校歯科医の大塩先生もとっても褒めていました！

歯ブラシの仕方は、続けているうちにどうしても自己流になってしまったり、たまには手を抜いてしまったりする日もありますね。定期的に歯科を受診して、適切なブラッシングの確認や、口腔ケアのチェックもしてもらいましょう。

6月の予定

- 5日（水）プール診【小】 9：30～
- 6日（木）歯科検診【小】 9：30～
- 7日（金）尿検査予備日【対象者】10時までに提出
- 10日（月）プール診【中・高】13：30～
- 11日（火）整形診【中・高の該当者】13：35～
- 12日（水）小児科診【対象者】9：15～
- 13日（木）整形診【小の該当者】10：00～
- 18日（火）摂食巡回指導【対象者】
- 19日（水）宿泊前診【中2】9：30～
- 28日（金）宿泊前診【小5・6年】13：30～

- ◆ プール診・宿泊前診は内科校医の原先生が診察します。
- ◆ 小児科診・整形診・摂食巡回指導の予定者には、個別にお知らせしています。

6月4日～10日は



7月の保健行事

本校では、毎月、小児科診、摂食巡回指導を行っています。

小児科診の大澤先生、摂食巡回指導の歯科医の先生に御相談のある方は保健室までお知らせください。

小児科診	7月17日（水）
摂食指導	7月18日（木）

を予定しています。

プー^ルが
始^{はじ}まります



いよいよ6月17日（月）からプールが始まります。プールに入るには、主治医の許可（主治医意見書）、校医による「プール診」「耳鼻科診」「眼科診」を受ける必要があります。耳鼻科診、眼科診が受けられなかった人や、治療が必要と言われた人は「水泳参加の可否」について医師に判断してもらう必要があります。対象となる人へは、個別にお知らせします。御協力よろしくお願いたします。

< 6月の保健目標 > 歯を大切にしよう！



本校では、毎年、小学部1年生、中学部1年生、高等部3年生及びその保護者の方を対象に、学校歯科医による歯科保健指導を行っております。今年度は秋以降に予定しております。ぜひ御参加ください。

これまでの歯科保健指導で保護者の方から質問が多かったものと、学校歯科医の大塩先生からの回答を載せます。ぜひ御家庭でのケアの参考にしてください。

保護者からの質問とその回答

Q歯ブラシを噛んでしまうので、磨きにくいです。

→古い歯ブラシや、テントルフロックを咬ませて、開口を維持するのが良いです。大塩先生からいただいたテントルフロックの見本が保健室にありますので、気になる方はぜひ見に来てください。

Qうがいが難しいです。

→歯ブラシで磨いたあと、スポンジタイプの歯ブラシや、ウェットティッシュで拭き取りましょう。

Q歯肉から出血しやすい。

→やわらかい歯ブラシを長い時間当てながら磨いてください。

Q経口摂取はないが、何か気を付けることはありますか？

→お口から食べている・いないに関わらず、口腔内にはたくさんの細菌がいます。歯石は歯ブラシが触れていない部分にできやすいです。口腔内ウェットティッシュを併用して拭うなど、1日1回、口の中全体を磨く・触ることで、口腔内にいる細菌を減らせるので歯石・歯肉炎の予防につながります。

歯ブラシだけで落とせる歯垢は6割!

むし歯や歯周病の原因

は、歯にくっついた

白くてネバネバした歯

垢(細菌のかたまり)。

予防の基本は毎日の歯みがきですね。

でも実は、“歯ブラシだけ”では歯垢を約

6割しか取り除けません。理由は簡単。歯垢

がたまりやすい歯と歯の隙間に歯ブラシの毛

先が届きにくいからです。



そんな歯と歯の隙間には、デンタルフロス

が活躍します。細い糸なので隙間の奥まで入

れられ、歯垢を落とせます。歯と歯の隙間が

広い場合は、歯間ブラシがオススメです。

これらを併用することで、歯垢の約9割を

落とせるといわれています。

歯みがきにデンタルフロス

や歯間ブラシをプラスして

みましょう

