

# ほけんだより 10

尾道市立西藤小学校  
令和2年  
10月30日  
(No.9)

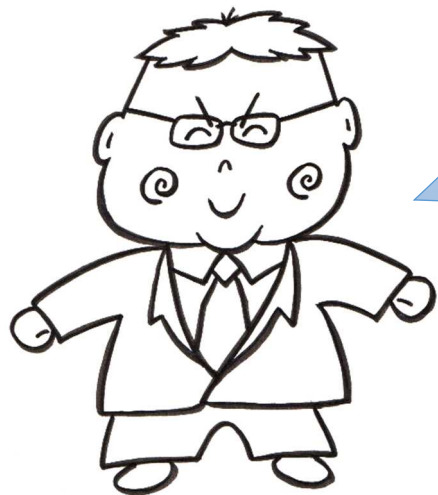
## 健康診断が終わりました！

10月30日(金)に実施した眼科健診を最後に、学校医の先生に来て頂く健康診断が終わりました。例年なら1学期中に終わる健康診断ですが、今年は、新型コロナウイルス感染症にかかる休校等があり、2学期に多くの健康診断を実施することとなりました。今年度の健康診断は、持参物をお願いすることもあり、西藤っ子のみなさんや保護者の皆様にご協力頂くことが多くありました。大変有り難うございました。

学校歯科医の橋本先生からは、虫歯になってから歯科に通うのではなく、「メンテナンス」として定期的に歯科に通うことの大切さについて話して頂きました。歯並びや噛み合わせについても同様で、治療が必要であるのに長期間放っておくと、運動能力の低下や日常生活への支障が現れるといわれています。

この健康診断の機会に、ご家庭でもお子様の健康状態についてお話し頂けますと幸いです。

ほんだうこうちょうせんせい ほけんしつこばやしせんせい  
本藤校長先生・保健室小林先生からのおねがいです。



↑本藤校長先生です

健康診断で見つかった所見に関しては、自分の健康状態を知る大切な材料として、しっかり目を通しておいてくださいね。また、特に異常が無かった場合は、今の健康状態を維持できるよう、また、今以上に健康に過ごすにはどうしたらよいかを、自分なりに考えてみてくださいね。受診のお勧めがある場合には、日常生活を無理なく健康に過ごすことのできるよう、早めに医療機関を受診してください。今後も、どうぞ宜しくお願い致します。

# は はかせ キミも歯の博士 「歯かせ」にならないか!?

10月14日(水)は、西藤小学校で歯科健診がありました。学校歯科医の先生が、「シー、バツ、6から6、シーオー、歯肉歯垢1だなあ〜…」等言われていたのを耳にしませんでしたか？

実は全て、口の中の状態を表す記号のようなものなのです。今回のほけんだよりでは、詳しく紹介します。是非この機会に記号や意味を知って欲しいと思います。来年の歯科健診が楽しみですね…。

- ★C(シー)…主に虫歯のことで、治療が必要な歯のことで。
- ★O(マル)…歯医者さんで診てもらった歯のことで。(虫歯になった後治療完了した歯等)
- ★X(バツ)…抜いた方がよい乳歯(子どもの歯)です。
- ★A, B, C, D, E(エー, ビー, シー, ディー, イー)…乳歯(子どもの歯)です。
- ★1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8…永久歯(大人の歯)です。  
(※8は親知らずです。みなさんはまだ生えてきていません。)

★CO(シーオー)…虫歯になりかけている歯です。

★歯肉(しにく)…歯茎の状態のことで。ピンクで健康なら0、赤くてぶよぶよしていたら2です。  
1はその間です。

★歯垢(しこう)…歯についている虫歯菌のうんちです。ついていなくてきれいなら0、たくさんついていたら2になります。

★歯列・咬合(しれつ・こうごう)…歯並びやかみあわせのことで。「イー」とした時に上の顎が前に出ているか等をみてもらいます。

きれいなら0、少し様子を見た方がよい(経過観察)場合は1、矯正や治療が必要な場合は2と伝えられます。



はみが 歯磨きは、歯ブラシ一本で健康を守る魔法です♪  
健康診断に使われる記号や用語を知っていると、  
自分の健康をいち早く知ることができ、  
より楽しくなりますよ。