

6

月

保健だより

令和7年6月
調布市立神代中学校
保健室



雨の多い梅雨の季節に入ります。湿気で校舎内の床が滑りやすくなるため、普段以上に気を付けて生活していきましょう。また、自転車通学の生徒は、雨の時にはレインウェア着用のため、前が見えにくかったり、路面が滑ったりしてケガや事故につながる恐れもあるためより注意してください。

歯の健康に関心を持とう
6月保健目標

歯科検診 6/25(水)

学校の歯科検診では、歯・歯ぐき・歯垢の付着、顎関節・歯並び・かみ合わせを診ており、歯科医院での検査や治療、相談をおすすめする人にお知らせが配布されます。このお知らせは、単に受診が必要かどうかだけではなく、注意が必要な状態があれば、それを知ることができるため「予防」に役立てることができます。検診後、お知らせが配布されたら、内容をよく見てみましょう。

異常なし

これからも、食生活や口腔清掃に気をつけて健康な状態を保ちましょう。

*異常なしの人は、用紙の配布はないです。

定期健康診断(歯科)結果のお知らせ

継続的な管理が必要

歯みがき・食生活に十分注意！継続的な指導・管理を受けましょう。

歯科医師による診断が必要

早めに歯科医院で精密検査・治療を受けましょう。受診結果は学校へ提出します。

シーオー

COとは、明らかなむし歯ではないものの、放っておくと、むし歯に進行してしまう歯のことです。適切なブラッシングと生活習慣により、もとの健康な歯に戻る可能性があります。

どうしたらいいの？



どの歯がCOなのか？ 知っておくことが大切です。そのため、歯科医院での指導を受け、**適したブラッシング方法**や歯と歯の間をきれいにする**デンタルフロス**の使い方を教えてもらいましょう。

また、「フッ素」には再石灰化を促進する働きがあります。フッ素配合ハミガキを使用するのも一つの手です。

むし歯菌が活発になりやすいのは、食事と食事の間です。**食べたらずく**に歯磨きする習慣をつけましょう。

“異常なし”“継続的な管理が必要”であっても、歯科医院に行かなくてもよい、ということではないです。定期的に歯科医院で歯科指導を受け、自分の歯の健康をチェックし、食べる楽しみ、自分の歯で食べ物を噛める幸せ、で人生を豊かなものにしてください。



保護者の方へ

尿検査(一次)の提出について

学校での検体回収は、**6/4(水)が最終**(9:00まで)です。何らかの理由で、学校提出が一度もできなかった人は、6/12(木)~30(月)の期間中に、下記会場に検体を持参いただくと、検査可能です。

会場：保健会館 2階健診センター (平日) 9:30~11:00
東京都新宿区市谷砂土原町1-2

