ゆたか小　ほけんだより

2020年　11月13日　発行　　養護教諭　安里

マスクのご提供ありがとうございました！

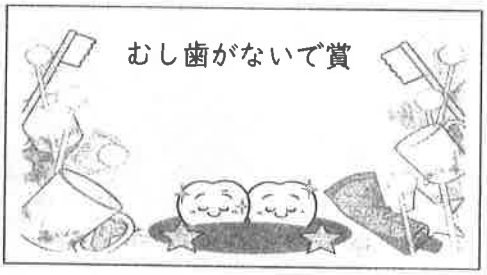
休校措置があけ、学校が再開して約５ヶ月あまりがたちました。　PTA だよりでの呼びかけで自宅で使用していない『布マスク（アベノマスク)』を合計 150 枚、22 日に校長室で受け取りました。また、それとは別に、10 月に個人の保護者から不燃紙のマスクを合計 260 枚、11 月にも 50 枚入りの児童マスク４箱を提供していただきました。保護者の皆様の善意に心から感謝です。感染予防の意識を高める指導をつづけながら、大切に使用させていただきます。ありがとうございました。

ゆたかっ子のマスクの着用もだいぶ身についてきましたが、まだまだ自分で正しく着用するには声かけが必要です。汚れたり、落としたときの予備のマスクの準備（マスク入れ）もお願いします。

沖縄県では 26 日「沖縄コロナ警報」が出され、まだまだ感染症予防の対策が続きます。

毎日の検温と健康観察、体調面での担任との情報交換・連携もひきつづきよろしくお願いします。

むし歯の治療（ばちりょう）、すんでますか?



今年は、歯科検診日の変更があり例年よりも、むし歯などの治療が必要な児童への受診勧告が遅くなりました。今年の歯科検診では、歯肉炎になりそうな児童が多く、むし歯がなかった児童もむし歯になりそうな歯が増えるなどの様子がみられました。

健診後にすぐオレンジのカードで、受診を勧め、治療するようにお願いしました。むし歯・歯肉炎が悪くなる前に、早めに受診しましょう。

歯の表彰があります。

むし歯のある人、「歯医者さんに行ってください」と病院受診を勧められている人は、まだ５ヶ月もあるので、治療したカードを出して『むし歯を治したで賞』をゲットしましょう！！

むし歯のない人　288 人

むし歯のある人　220 人

治療の終わった人　149 人

南部地区歯科医師会公式の「デンタルフェアチャンネル」
11．8（日）から　youtube　にて配信中です！
⇒ 裏面も見てね

歯ぐきをじっくり見たことはありますか?

毎日かがみで髪形を見ることはあっても、歯ぐきを見る機会はないかもしれませんね。でも、歯ぐきの状態を知るのは大切なことです。思春期はホルモンバランスや生活が乱れやすいもの。歯ぐきが炎症を起こす「歯肉炎」になりやすい時期でもあります。早速チェックしてみましょう。

健康な歯ぐき
色：うすいピンク色
形：歯と歯の間にしっかり入り込んでいる
弾力性があり、引きしまっている

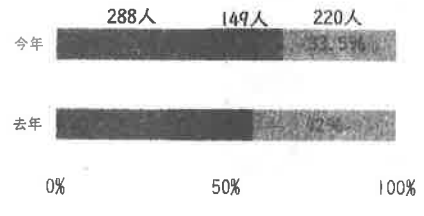
歯肉炎の歯ぐき
色：赤みを帯びている
形：歯と歯の間の三角の先が丸みを帯びている
腫れがみられる

歯肉炎にならないために

・歯と歯ぐきの間もしっかりみがこう
・定期的に歯医者さんに診てもらおう

歯肉炎になりそうな児童が増えています。理由としては、口の中をきれいにしてくれる唾液が減っていることと、歯垢や細菌で口の中が汚れていることが考えられます。むし歯と歯肉炎の原因の一番は歯垢（しこう：デンタルプラーク）です。１mg のプラークの中には１億以上の細菌がいるそうです。毎日の歯みがきと、定期的に歯医者さんで点検・きれいにしてもらって、歯肉炎が悪化して歯が抜けたりするのを防ぐことができます。また、歯みがきで舌みがきをしたり、「あいうべ体操」をしたり、食事をしっかり噛んで唾液をたくさん出して口の中をきれいに保つようにしましょう。

ゆたかっ子（こ）のむし歯（ば）、減（へ）ってきているね



［コロナに負けない］

［歯科からの感染予防］

（公社）南部地区歯科医師会
会　長　大西 満

新型コロナウイルス感染は、目や鼻、口などの粘膜から感染し、肺炎を起こします。

呼吸器系に炎症を起こすため、口や鼻、のどに、多くのウイルスが存在し自覚症状として現れる味覚障害や嗅覚障害があることからも、呼吸器器官の多くにウイルスが感染し影響を与えていることが分かります。

そのためウイルスが入ってきて居座ってしまうのでお口の中のケアはとても重要なのです。

むし歯や歯周病がある方は、特に感染しやすいので口腔ケアを十分に心がけてください。歯ブラシ、フロス、歯間ブラシを使用して、むし歯や歯周病のない清潔な状態を保つことが大切です。

歯科医院では、これまでも患者さんの安全な診療環境を守るため、徹底した感染対策を行ってきました。新型コロナウイルスのさらなる感染防止に努めています。

これからも安心して受診してください。