

●歯科健診●

- 日時 6月10日(木) 8:45~
- 場所 保健室 ● 医師 長谷部先生
- 順序 2A→3年→1年→2B2C



朝食後はしっかりと
歯みがきをしてきて
ください。

こんなことを調べます。

- ・むし歯がないか
- ・歯垢(歯の汚れ)がついていないか
- ・歯肉(歯ぐき)ははれていないか
- ・歯並びやかみあわせ・あごの関節の状態

私たちは食べることで、生きていくのに必要な栄養を取り入れています。栄養を十分取り入れるためには、歯・歯肉・あごの健康が大切です。

身体計測の平均値ができました。

	身長 cm		体重 kg		計測人数	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1年						
A組	154.4	152.2	46.2	41.5	17	13
B組	150.6	154.8	42.3	44.9	20	13
C組	156.7	154.6	47.5	46.4	18	13
D組	156.0	154.4	45.4	49.3	19	14
学年平均	154.4	154.0	45.3	45.5	74	53
2年						
A組	161.1	156.1	50.8	47.1	20	19
B組	160.4	155.9	50.4	47.9	19	19
C組	157.7	157.0	47.7	44.9	20	19
学年平均	159.7	156.3	49.6	46.7	59	57
3年						
A組	164.0	157.9	52.4	53.8	17	14
B組	164.6	157.9	51.5	47.9	17	14
C組	166.0	158.8	51.8	51.3	15	13
D組	166.2	158.2	55.3	50.2	15	14
学年平均	165.1	158.2	52.7	50.8	64	55

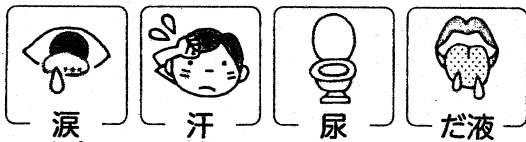
何て言われるかな?~記号の意味~

- / (斜線) 健康な歯
- O (マル) 治療済みのむし歯
- C (シー) 受診が必要なむし歯
- CO 初期むし歯の疑い
- X (バツ) 要注意乳歯

健康診断の受け方

- ①連絡がきたら、男女別出席番号順に並んで保健室へ。
- ②少し間隔をあけて並び、静かに待ちます。
- ③自分の番になったら名前を言います。
- ④終わったらすみやかに教室に戻りましょう。

1日に出る“だ液”はペットボトル2本分



この4つはどれも体から出る水分。1日の量が多いものから順に並べてみましょう。

答えは ①尿(約1,500mL) ②だ液(約1,000mL) ③汗(約500~1,000(*) mL) ④涙(約1 mL)

(*) ふだんじっとしているとき

だ液が意外と多いですね。そんなに多くのだ液はなぜ必要なのでしょう? じつはだ液にはたくさんの働きがあります。主なものは、消化を助ける、口の中のむし歯菌や病原菌を洗い流す、口の中をむし歯にな

りにくい環境に保つ、むし歯になりかけの歯を元に戻すなど。

大事な働きをするだ液を増やすコツはよく噛むこと。ひと口30回以上が目安です。

