

明日は、歯科検診です。

学校歯科医の先生は、木原昭裕先生です！！

昨年度は、歯科治療が必要な子どもさんに受診を呼びかけたところ、保護者の協力の結果100%近く、受診することができました。その受診結果を踏まえ、今年度の子どもたちの歯科検診の結果を期待しています。

年を重ねる毎に、歯の健康は健康寿命と密接に関係していると実感しています。乳歯から永久歯に生え変わる小学生時代にきちんとケアをしていれば、大人になっても大丈夫だと思います。

記憶力が落ちた。もの覚えが悪くなった。人の名前が出てこない。

「なんだか最近、脳が衰えてきた気がする……」

そんな状況に歯止めをかけて、改善する方法があります。

それが、「歯を守ることで」です。

実は、「脳」と「歯」は、とても強く結びついています。

なぜでしょう？

私たちは、生まれてから死ぬまで、口から栄養を摂取し続けます。

極端な話、手足がなくても生きてはいけますが、口がなければ生きてはいけません。

つまり、「生きる」とは、「食べること」。歯を使って、咀嚼し続けることなのです。

「脳」は「生きる」ために最も必要な「食べる」機能を最重要視して、口を含む「歯」の領域を、特別に大きく設計しました。

だから、「**歯**」を使って噛むだけで、**脳の広い範囲が活性化するので！**

けれど、歳をとり、歯が抜けて噛めなくなると、脳への刺激が減っていきます。

その結果、脳が老化していきます。

しかし、しっかりと歯をケアし、噛み続けるための歯を温存すれば、いつまでも、脳を刺激し続け、脳の血流を増やし、脳を活性化することができます。

噛み続けることができれば、いくつになっても、脳は生き生きとよみがえるのです。

つまり、**歯を守ることは、脳を守ることなのです。**

脳の老化を止めたければ歯を守りなさい

長谷川嘉哉著 かんき出版 より引用

子どもだけで、歯の健康を保つことはできません。保護者の協力が不可欠です。今年度も子どもたちの歯の健康を一緒に守っていきたいです。よろしくお願ひします。

裏面に歯医者さんが言っている暗号についての資料を添付しています。歯科検診結果を、親子の話題にしてもらえたらと思います。



けんこうしんだん
健康診断

歯科医さんが 言っている暗号は どういう意味かな？



ばんごう
番号

はまえじゅんばんばんばんかぞ
歯は前から順番に1番、2番…と数えます。



斜線
しゃせん

むし歯になっ
健康な歯

○
まる

むし歯になっ
治療した歯

×
ばつ

抜いたほう
乳歯

歯医者さんへ！

CO
シーオー

むし歯に
なりかけの歯

要注意

GO
ジーオー

歯ぐきの
軽いはれ・出血

要注意

C
シー

むし歯

歯医者さんへ！

G
ジー

歯肉炎
歯周炎

歯医者さんへ！