

# 保健だより

佐賀県立伊万里実業高等学校保健室  
令和3年11月19日発行

「ワクチン接種、マスク・3密回避・換気、緊急事態宣言後も会食を控えるなど対策を一気に緩めていない点が、コロナ減少につながった。・・だが、今後の見通しはしにくく、新たな変異株の出現も考えられる。」 ☆ 専門家コメント

猛威をふるった新型コロナウイルスによる感染者は全国で140人程度になってきました。ただ、佐賀県は報告のある日があります。新型コロナウイルスが変異するうちに弱くなってきたという説もありますが、まだ収束ではなく沈静化している状態です。ワクチン接種もかなり進んで、これから3回目の接種が始まります。今後も継続して予防対策に努めましょう。そして気になるのが季節性のインフルエンザの流行です。実は、令和3年11月に入ってから佐賀県内でインフルエンザの報告がすでに上がっています。先日、保護者あてのインフルエンザ予防接種を勧めるプリントを配布しました。インフルエンザのワクチン数には限りがある・・という話も聞きますので、特に修学旅行に参加する学年は、抗体がつくのに2～3週間を要しますので、遅くとも12月上旬までには接種をされますことをオススメします。

## 新型コロナウイルス学校での対応

### 新型コロナウイルス抗原簡易キットの活用ができます。

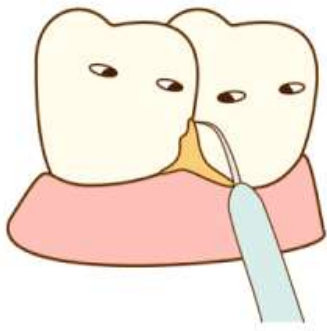
登校した後に、発熱や風邪の症状がある場合、学校では抗原簡易キットの同意書の提出があった生徒については、生徒に確認のうえ簡易キットの使用をしますが、同意書の提出がない生徒については「同意なし」とさせていただきます。

### Teamsアプリによる健康観察は継続します。

9月から導入した健康観察アプリによる健康観察は今後も継続して行いますので入力を宜しくお願いします。毎日、入力されたものを一覧表にして担任が把握しています。生徒の入力時間をみると早い人では、6時30分頃という生徒もいます。自宅での検温が習慣となっている人もいることは嬉しい限りです。入力は8時35分までです。

遅刻寸前のぎりぎりの登校では、この入力が間に合わないということになります。学校には余裕をもって登校しましょう。





## 頑固な強敵！？歯石

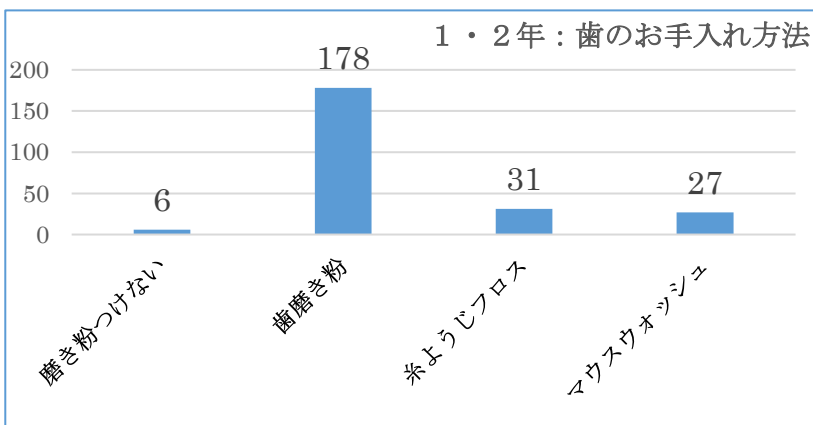
いい ほんのひ  
11月8日

どうして毎日、歯を磨いているのに歯石はつくのでしょうか。

歯石とは歯垢（プラーク）が硬くなったものです。歯みがきでみがき残した歯垢が、唾液の中のミネラルと結合して硬くなって出来ます。歯についての歯垢は、たった2日間で歯石になるようです。また、唾液の分泌が多いほど、歯垢が歯石になりやすいということです。

いきなり、大きな歯石ができるわけではなく、歯垢が再石灰化してどんどんこびりついていくことで歯石が増えていくのです。皆さんの口の中はどうでしょうか？

下の前歯の裏側は、唾液の出口に近く唾液の分泌が多いため歯石ができやすい箇所です。唾液がよりアルカリ性に近い人、唾液の質がサラサラしている人の方が、歯垢が再石灰化しやすいということです。歯科検診で配ったミラー（歯鏡）を使ってチェックをしましょう。硬くなった歯石は歯ブラシでも取れませんので歯医者さんで取ってもらう必要があります。



左の図は1年・2年生の歯科講話の折にアンケートした結果です。(複数回答)

歯磨き粉を使うことが一番多いですが、注目すべきは、去年はともな少なかった糸ようじが31人に使用されており、さらにマウスウォッシュも27人が使用していることが判明しました。

歯のお手入れのツールが広がってきて高校生も歯への関心が高くなってきたことが分かります。

歯のメンテナンスのために歯医者さんへ行った人は67人(33%)、かかりつけ歯医者さんがあると答えた人は108人(54%)でした。年に一度は、歯医者さんに行ってみてもらいましょう。

3年生には12月2日(木) LHRで上田歯科医による歯科講話を計画しています。お楽しみに。

### 1・2年：メンテナンス状況



★伊西地区高等学校保健会主催

歯と口の健康づくり標語 **入賞おめでとう！**

1年B組 藤井麻那さん

**「鏡見て 健康確認 歯と歯ぐき」**