

ほけんだより 5月

佐賀商業高等学校(定時制)

No.2

2024年5月7日

5月の保健目標:

- ・疾病の予防と早期発見に努めよう
- ・規則的な食習慣に努めよう

佐商定時制 歯科検診の結果

4月に歯科検診を行いました。個人の結果は、検診直後に緑色の封筒に入れて配りました。今年の皆さんの口の中の状態は、どうだったでしょうか。

明らかにむし歯あり	6人
むし歯疑いあり	2人
むし歯なし	20人

みがき残しが多い	15人
みがき残しが少ない	13人

歯石がついている	7人
歯石がついていない	21人

健康な歯ぐき	20人
歯ぐきに軽い炎症	5人
歯ぐきの炎症	3人

みていただいた歯医者さんがおっしゃっていたこと

一人ひとりにあわせてアドバイスを言われていましたよ。

「歯石」という歯ブラシでは落とせない汚れがついているので、歯科医院に行って取ってもらいましょう。

去年と同じ状態なので、歯科医院に行きましょう。

歯並びが複雑なところは、みがきにくいと思うけど、歯ブラシを縦にしてみがきましょう。

よくみがけています。糸ようじも使っているので、とても良い。

歯と歯の間は、歯ブラシで汚れを落とせないなので、糸ようじを使って。

歯の根元に汚れが白く残っているので、鏡を見ながらみがくといいです。

奥歯のみがき残しが多いです。