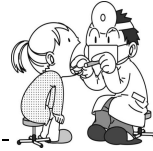


# あいあい

稚内市立潮見が丘小学校  
令和6年5月17日  
保健便り NO3

## は けんさ 歯の検査があります



「は」のけんさは  
こんなところをみます

■ 5月20日（月）

■ 開始 8時30分から

■ 場所 1,2,3,5年 保健室  
4,6年わかば 家庭科室

■ 歯科医 1,2,3,5年 遠藤 歯科医  
4,6年わかば 南波 歯科医

1. むし歯はないか、むし歯になりそうな歯はないか。

むし歯があると、C（シー）といいます  
むし歯になりそうな歯があると  
CO（シーオー）といいます  
むし歯になっていない健康な歯は、  
／（しゃせん）。なおしてる歯はO（マル）  
といいます

① 朝の歯みがきは、**ていねい**に  
**みが**いてきてください。手鏡を  
みながらみがいてくださいね。

② まっている間は、**ぜったい**に  
**おしゃべり**しないでしずかにまつ。

③ マスクをしている人は、はずして  
ポケットにいらしておきます。

④ けんさのときは、**くち** **おお**  
**口を大きくあ**けて  
ください。

2. 歯ならび、かみあわせ、あごの  
うごきかどうか。

- ① 歯ならび（歯列）
- ② かみ合わせ（咬合）
- ③ あごの動き（顎関節）

それぞれの状態をみて、0・1・2  
という数字で判定します。  
0（異常なし） 1（様子を見る）  
2（受診が必要）

3. 歯みがきは**ていねい**にされているか  
歯によごれがのこっていないかみま  
す。歯のよごれとは、歯について  
いる白くてネバネバしているもの  
（歯垢）歯によごれがあると、  
歯垢1（少しついてる）歯垢2  
（たくさんついてる）といわれます。  
ついていない時は0。

4. はぐきは、はれていないかどうか。

はぐきが少しはれているとGO（ジオー-）。はれがひどいとG（ジ-）といわれ  
ます

は なら  
歯並びをみるときに  
「カチンとかんで」といわれ  
ます。その時は**おくば**をか  
みしめ口を「イー」の形に  
してください。

