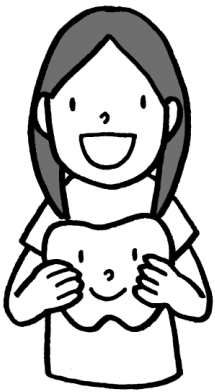




令和8年4月21日  
 歯科健診特別号  
 札幌市立啓明中学校  
 保健室

## 明日4月22日(水)は歯科健診の日です



時間 : 9:30~11:30

検診場所 : 1階多目的室①

順番 : 10組⇒2-1⇒2-2⇒3-5⇒1-5⇒2-6⇒3-6⇒1-2⇒  
 1-4⇒1-7⇒1-8⇒2-7⇒1-3⇒3-1⇒2-3⇒3-2  
 2-5⇒3-3⇒3-4⇒1-6⇒3-7⇒1-1⇒2-4

当日の進行状況によって  
 変更になる場合があります。

### 歯科健診を受ける前に・・・

1. 明日の朝は、朝ごはんを食べたあとに必ず歯をみがきましょう。歯がきれいにみがけているかどうか、健診の中でチェックします。
2. 朝学活で「歯の健康診断票」を配付します。みなさんが卒業した後、高校などの進学先へ送る大切な書類です。折ったり丸めたりせず、大切に扱きましょう。また、ぜったいに人のものを見たり、いたずらしたりすることのないようにしてください。

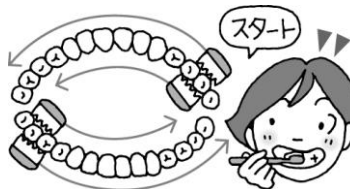


### 歯科健診の受け方

1. 自分のクラスの順番がきたら、「歯の健康診断票」を持って出席番号順に並び、1階多目的室へ静かに移動する。
2. 先生の指示に従って入る。
3. 厚生委員はクラスの最初に健診を受け、次のクラスを呼びに行く。
4. 会場の先生の指示に従って空いている列へ並び、静かに待機する。
5. 歯医者さんの指示に従って、健診を受ける。
6. 健診を受け終わった人は、静かに教室へ戻る。うがいをしてもよい。

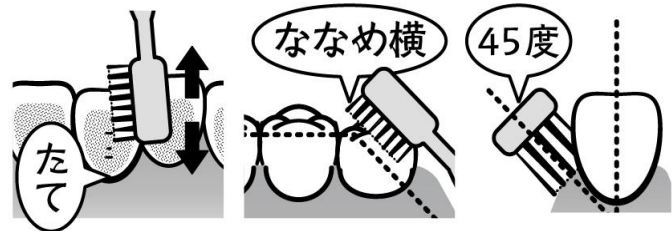


☆検診結果のお知らせは、治療や経過観察の必要な場合のみお渡しします。 ☆



順番を決めて、時間をかけて  
 じっくりみがこう！

### 歯みがきの応用編



- ☞ でこぼこしている歯は、歯ブラシをたてにあてて毛先を上下に細かく動かす
- ☞ 背の低い歯は歯ブラシをななめ横から入れて、細かく動かす
- ☞ 歯と歯ぐきの間は45度の角度に毛先を当てて、5mm幅で動かす

明日の朝は、朝ごはんの後、ていねいに歯をみがいてきてね。

# 歯科健診では、こんなところをチェックします

明日の歯科健診で歯医者さんたちが使う記号も覚えておこう。また、検診結果は学校歯科医の先生が精査してお渡するため時間がかかります。ご了承ください。






## < 歯の状態 >

／ (しゃせん) : 一度もむし歯になったことのない健康な歯です。

<p>○ : 〇 (処置歯)</p>	<p>むし歯を治してある歯</p> 	<p>〇〇 : 〇 (要観察歯)</p> <p>初期のむし歯です。白くにごっていて透明感がなくなっています。</p> 	<p>〇 : 〇 (診処置歯)</p> <p>すでにむし歯になっていて、治療が必要な歯です。</p> 
<p>このまま健康な歯を保てるように、食生活や歯みがきに気をつけましょう。</p>		<p>ちゃんとした歯みがきで治ります。毎日きちんとブラッシングしてください。</p>	<p>むし歯は放っておいても治りません。今すぐ歯医者さんへ行って、治療してもらいましょう！</p>

× (要注意乳歯) : 放っておくと、永久歯に悪い影響を与える乳歯です。歯医者さんに相談しましょう。

## < 歯肉の状態 >

<p>○ : 〇 (異常なし)</p>	<p>歯肉は健康です</p>  <p>・歯ぐきはピンク色でひきしまっている</p>	<p>〇〇 : 〇 (要観察)</p> <p>歯肉に軽い炎症があります。</p> 	<p>G : 〇 (要精密検査)</p> <p>歯周病になっています。</p> 
<p>歯肉は健康です。今後も、デンタルフロスなども使って、ていねいに歯みがきしましょう。</p>		<p>今は軽い炎症ですが、これ以上進行しないように注意深く歯みがきを続けましょう。</p>	<p>歯肉に炎症が起きています。今すぐ歯医者さんへ行って、診てもらいましょう。歯みがきもしっかりと。</p>

## < 歯列・咬合・顎関節の状態 >

(歯ならび・かみ合わせ・あごの状態)

○ : 異常なし

1 : 要観察

- 日常生活で不都合がないかどうか、気をつけてみていく必要があります。

2 : 要精密検査

- 歯医者さんで精密検査を受け、処置を受ける必要があるかどうか、相談する必要があります。



## < 歯垢の状態 > (歯の汚れの状態)

○ : 良好

- ほとんど歯垢はついていません。

1 : 少しついている

- 歯みがきが少し足りないようです。

2 : かなりついている

- 歯みがきが足りません。生活習慣を見直して、規則正しい生活を心がけましょう。

