

歯の指導を受けました



19日(木)5時間目に、小島歯科医院の安名孝江院長先生においでいただき、全学年「歯の指導」を受けました。

1～3年生は、午前中、自分の口の中の様子を知るために、「むし歯のなりやすさ」をみるR Dテストを行いました。R Dテストは自分のだ液(つば)から、口の中にあるむし歯菌(ミュータンス菌)の量を調べるテストです。

菌の量は食事などで常に変化します。今多かったからと言っても、歯みがきや食事のとり方などで少なくなります。人と比べることなく、自分の口の状態をしっかりとって、むし歯を防ぐ方法を考えましょう。

アルティ
R Dテストで、
むし歯のなりやすさを確認

慎重にだ液(つば)を指示薬につけています。



肘の内側で培養します。



何色になったかな?



保健委員会が歯に関する劇やクイズを発表しました!



お菓子が大好きで、歯みがきが嫌いな「ゆうたくん」歯みがきをしないで寝てしまったら...どうなったのでしょうか。



痛い、痛い...痛いよう。

歯みがきをしないまま寝てしまいましたよ。



「ミュータンス菌」いったい、
だれの口の中に住んでいるの?

安名先生からのお話



だ液(つば)は大切な働きをしています。食べ物や飲み物と一緒に飲み込んでおくだけでなく、口の中の菌をきれいに洗い流してくれます。また、眠っている時は、ほとんどだ液(つば)は出ません。だから、寝る前には、むし歯にならないよう、ていねいに歯をみがいてください。

むし歯菌の数はどのくらいだと思いますか?



《おうちのかたへ》 よろしくお願ひします!

1～3年生については、RDテストの結果(指導票)と安名先生からのお便りを持ち帰ります。児童にも話をしていますが、菌の多さ、少なさには個人差があり、食事やおやつのとおり方、歯のみがき方で、その都度変化します。お子さんの口の様子を知るという意味で参考にしていただければと思います。

ご家庭におかれましては、日頃から、ていねいな歯みがきや食生活に気をつけること、規則正しい生活習慣で毎日を過ごせるようにご指導いただければと思います。