



おおさかふりつにしゅうらしえんがっこう
大阪府立西浦支援学校

ほけんしつ れいわねんがつ
保健室 令和6年11月

だんだんと日が短くなって、近づく冬を感じますね。

十分な睡眠や手あらいがいをし、風邪にまけない体づくりを

目標にすごしましょう。朝晩は冷え込むので、衣服を調節して

体調を崩さないように気をつけてください。



< 11月の保健目標 > 歯を大切にしよう



◎ おし歯を防ぐために



1. あまいものばかりのまない



2. おやつは時間をきめて



3. 食べたらはみがきをしよう



歯についてもっと知ろう!

せんげつ ひ つづ がっこうしかい よしだせんせい
先月に引き続き、学校歯科医の吉田先生より

『歯科医から歯についてのアドバイス』をいただきました。

① 銀歯や白い詰め物はむし歯にならないですか？

ちりょう ぎんば つもの 治療して銀歯(詰め物)になっていても、歯みがきが不十分でプラークがついていれば、銀歯の

まわりからむし歯になってきます。歯と銀歯(詰め物)の間には、目には見えない隙間があります。

このむし歯を二次カリエスといい、治療範囲がどんどん広がっていきます。治療後のケアが大切

です。