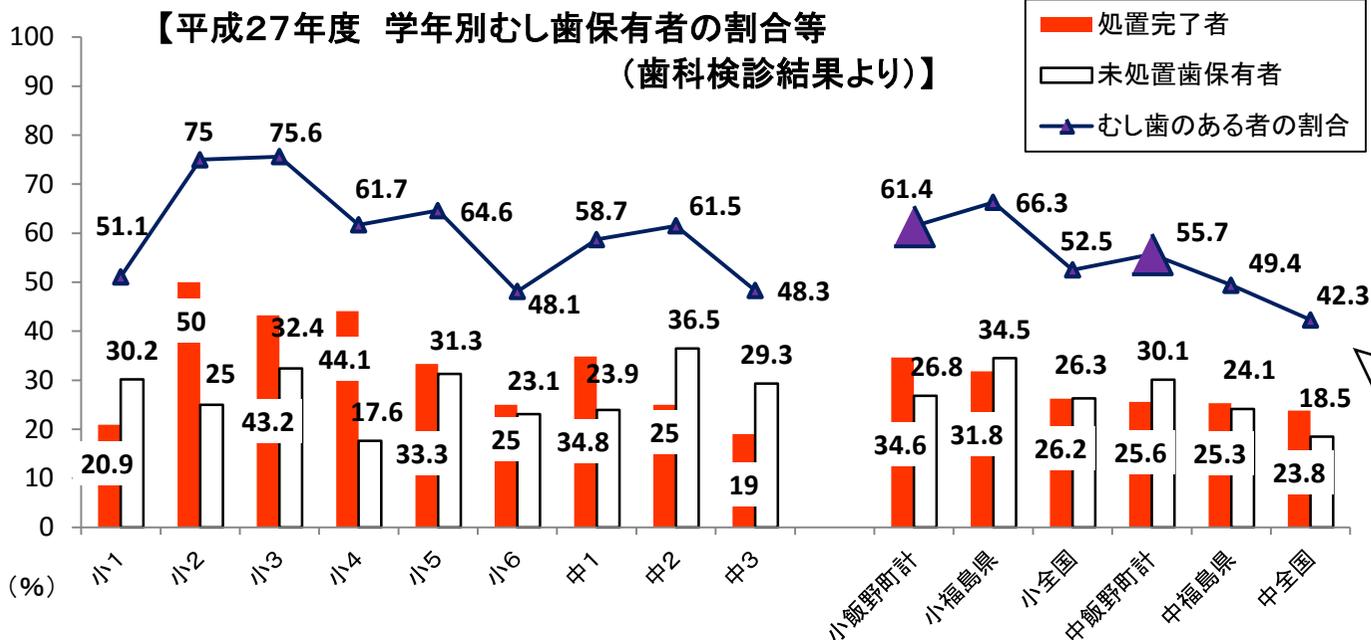


11月8日は「むし歯の日」

平成27年11月2日
飯野中学校区
養護教諭部会発行 No.1

飯野中学校区
ほげんだより

飯野中学校区養護教諭部会では、児童生徒の実態を踏まえ、「歯と口に関する生活習慣しらべ」を実施しました。今年度の定期健康診結果と併せて、調査結果の一部をお知らせいたします。是非、この機会に、ご家庭でも歯と口の健康についてお子さんとお話されてはいかがでしょうか。



昨年度よりも、むし歯のある者の割合が減少してきました！

飯野町全体の結果をみると、今年度の「むし歯のある者の割合」は小学校・中学校とも昨年度より1割程減少しました。さらに、小学校においては県平均を下回りました。また、未処置歯保有者の割合も全体的に減少しています。

しかし、全国の結果と比べると、むし歯のある児童生徒はまだ多いと言えます。治療の済んでいるお子さんも多いのですが、重要なことはむし歯をつくらないことです。定期的な歯科医の受診には、ご家庭でのご協力が必要です。可能な限り、歯科医に歯と口の状態を診てもらおうようお願いします。

歯を失う原因の7割以上が「むし歯」と「歯周病」！

昨年度までは、歯肉炎が心配される児童生徒が多く見られましたが、今年度の歯科検診の結果では、歯垢の付着がみられる児童生徒が減少し、歯肉の状態にも改善がみられました。歯を失う原因の4割は歯周病です。歯と歯肉の境目や歯と歯の間など、歯肉に近い部分のみがき残しには特に注意して、むし歯予防だけでなく、歯周病予防も心がきましょう。

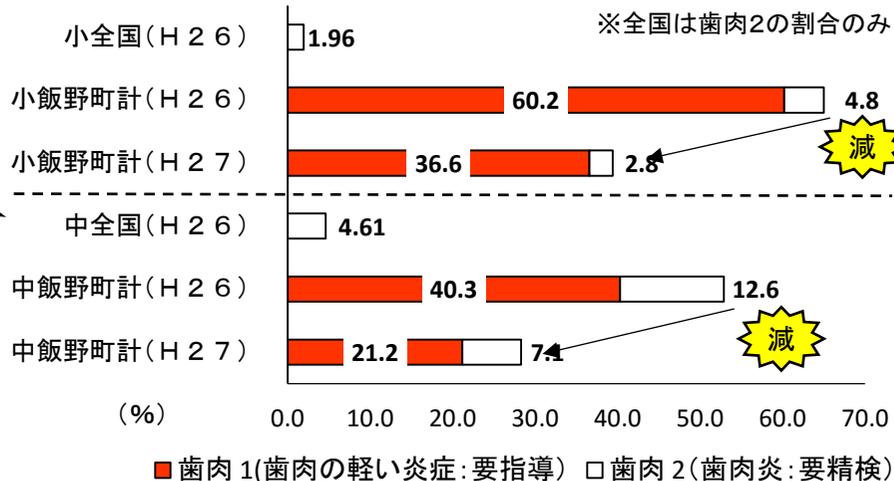
●●仕上げみがきについて●●

仕上げみがきと聞くと、幼児をイメージされていませんか？しかし、ひとりできちんと歯をみがくことは、小学校低学年～中学年頃まで難しいと言われており、まだまだ大人の手が必要です。

必要に応じて仕上げみがきを行う、歯のみがき方をチェックする等、引き続きご家庭での口腔ケアの取り組みについてご協力をお願いします。

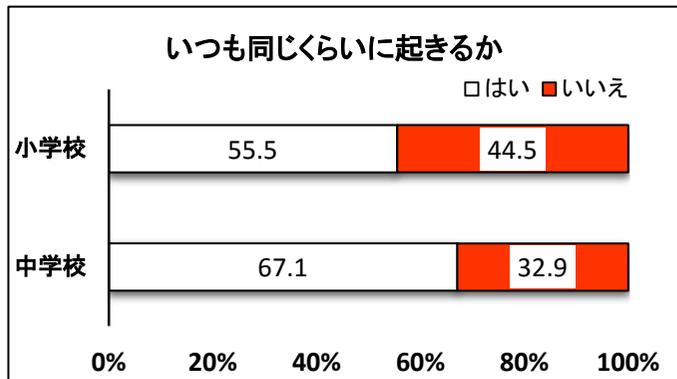


【歯肉の状態について(H26-H27比較)】

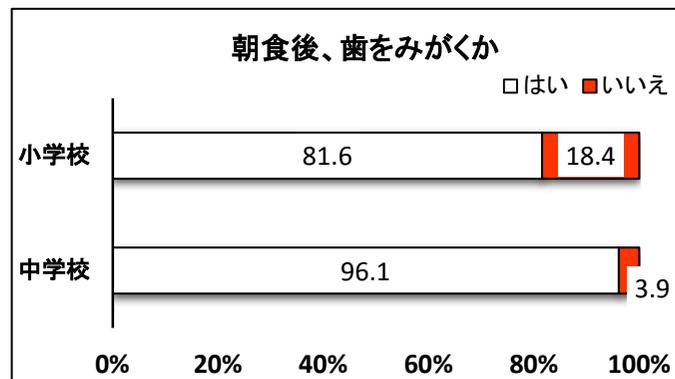


「歯と口に関する生活習慣しらべ」結果より

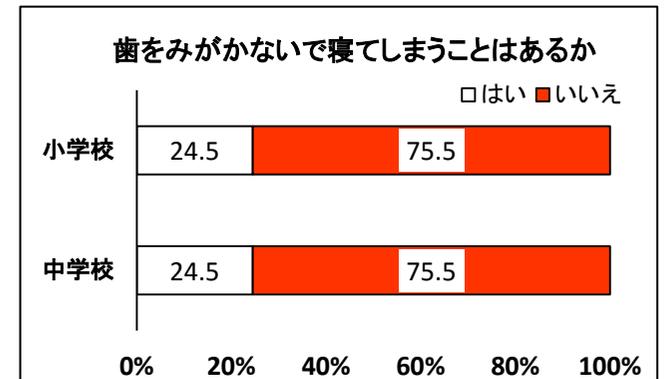
昨年に引き続き、今年も「歯と口に関する生活習慣しらべ」を実施しました。昨年の結果も掲載しましたので、比べてご覧下さい。



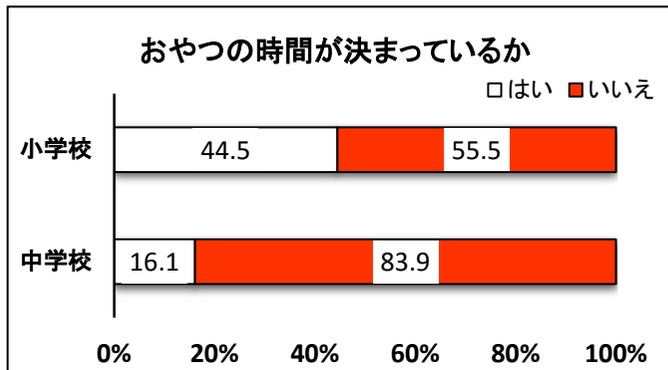
(H26) ・小ー 「はい」56.6% 「いいえ」43.4%
 ・中ー 「はい」63.9% 「いいえ」36.1%



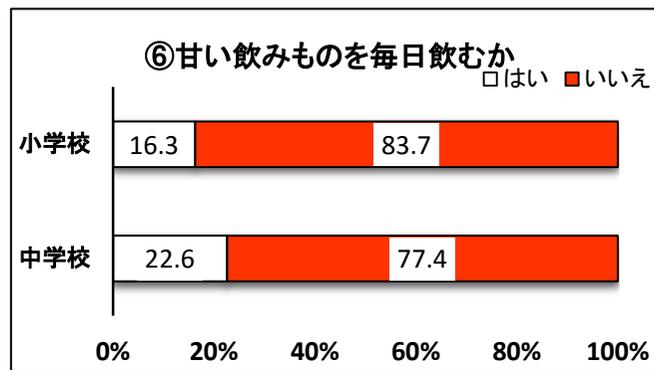
(H26) ・小ー 「はい」89.2% 「いいえ」10.8%
 ・中ー 「はい」96.8% 「いいえ」3.2%



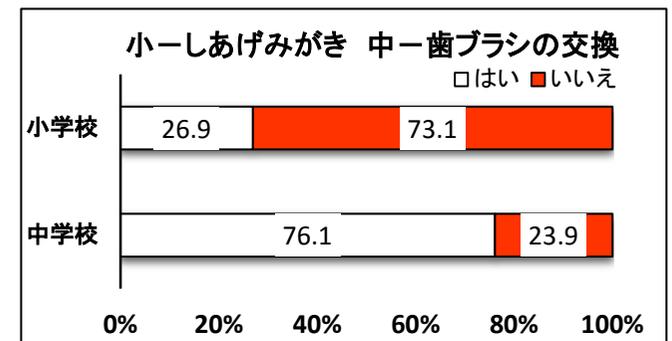
(H26) ・小ー 「はい」25.5% 「いいえ」74.5%
 ・中ー 「はい」22.6% 「いいえ」77.4%



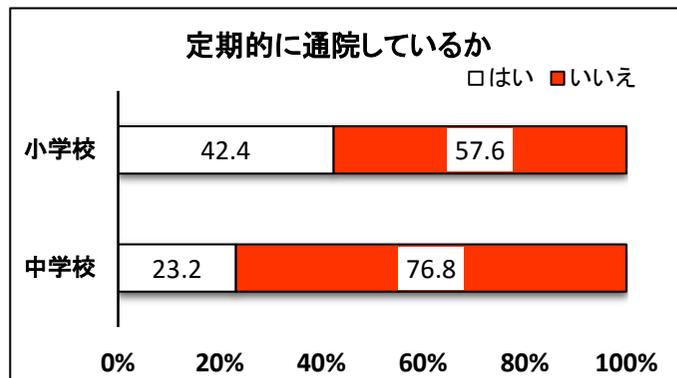
(H26) ・小ー 「はい」41.0% 「いいえ」59.0%
 ・中ー 「はい」18.7% 「いいえ」81.3%



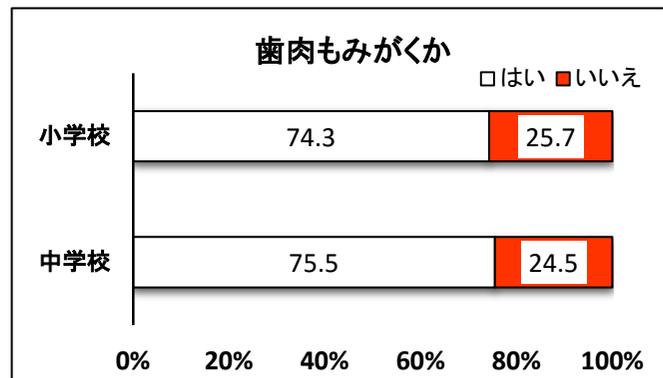
(H26) ・小ー 「はい」22.7% 「いいえ」77.3%
 ・中ー 「はい」30.3% 「いいえ」69.7%



(H26) ・小ー 「はい」23.9% 「いいえ」76.1%
 ・中ー 「はい」84.5% 「いいえ」15.5%



(H26) ・小ー 「はい」41.8% 「いいえ」58.2%
 ・中ー 「はい」24.5% 「いいえ」75.5%



(H26) ・小ー 「はい」61.0% 「いいえ」39.0%
 ・中ー 「はい」67.1% 「いいえ」32.9%

調査の結果、「朝食後、歯をみがいていない」と答えた人の割合が、昨年よりも増えていました。「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活リズムをつくり、朝の歯みがきも習慣化させていきましょう。

食生活についてはいかがでしょうか？食生活と歯の健康は大きく関わっています。甘い飲み物やお菓子のとり方について、見直してみてください。

なお、今回の調査結果では、「歯肉もみがく」という人の割合が、小・中学校とも6割から7割に増えていました！歯肉も意識してみがく人が増えたことは素晴らしいです。歯は健康の入り口です。生涯健康に過ごすために、歯の健康を保つよう意識して生活していきたいですね。

