

ほけんだより

北海道大谷室蘭高等学校
2024年4月25日
保 健 室

明日、4月26日は

歯科検診（全学年）です！

場所：大会議室

順番：1 ABCD → 2 ABCD → 3 ABCD

※早退する生徒は最初に実施します。



注意事項

- (1) 欠席者は後日、小野瀬歯科医院で実施します。
各自バス等で医院まで行く必要があるの、なるべく欠席しないようにしてください。
- (2) 当日は昼食後に実施することもあるので、**歯ブラシを必ず持参してください。**
昼食後に実施する生徒は、**12時15分までに歯磨きを済ませてください。**



歯科検診では、歯や歯肉（歯ぐき）の状態、歯並び、かみ合わせの状態を見ます。令和5年度の歯科検診では、**むし歯や1人平均むし歯数が多かったです。**むし歯や歯周病は、自然には治りません。また、歯並びやかみ合わせが悪いと、噛む力が弱くなります。噛む力がないと、唾液が出ずむし歯や歯周病になりやすかったり、運動能力の低下（重心の不安定化など）につながります。そのため、歯科検診で受診を勧められたら、**「早めに治療」**に行きましょう。

高校までは1年に1回検診をしていますが、大学や会社で歯科検診はありません。つまり、卒業後は、**自分で1年に2・3回定期的な歯科検診に行く必要があります。**定期検診は、むし歯・歯周病の予防や症状が進む前に治療できます。定期検診の費用は安くありませんが、症状が進行した後ではより多くの医療費を払うこととなります。改めて、自分の歯の状態を知り、適切な対処を行って大切にしていきましょう。

