

ほけんだより 11月

No.9 2023.11.7
函館市立赤川中学校
保健室



歯科健診の結果から

い(1)い(1)歯(8)の語呂合わせですが、11月8日は「いい歯の日」で、歯の健康にかかわる啓発活動の一つです。

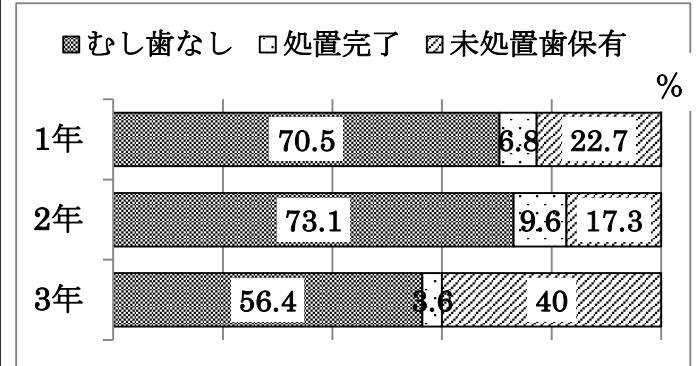
グラフは、今年度の歯科健診の結果です。どの学年もむし歯が1本もない人は男子に多く、むし歯を全部治療済という人は女子の方が多いです。例年、このような傾向にあります。

「歯」の様子 年々よくなっています

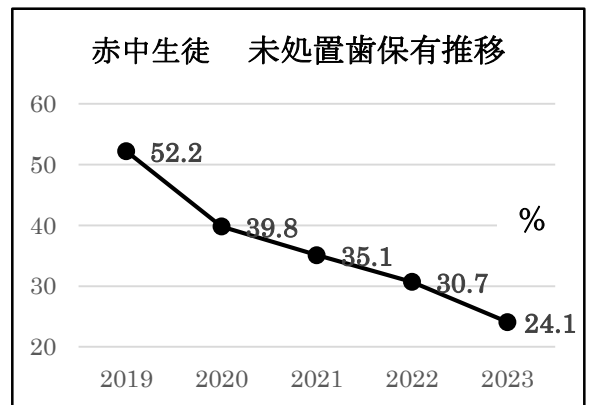
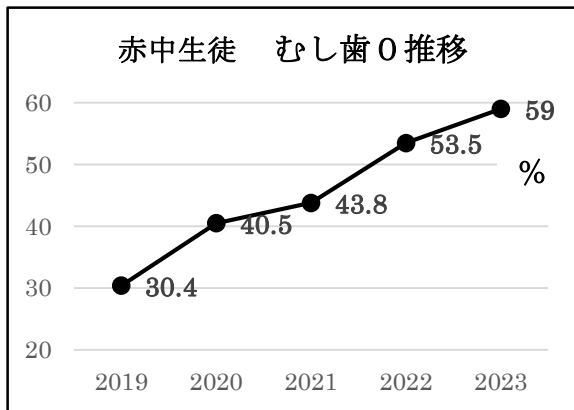
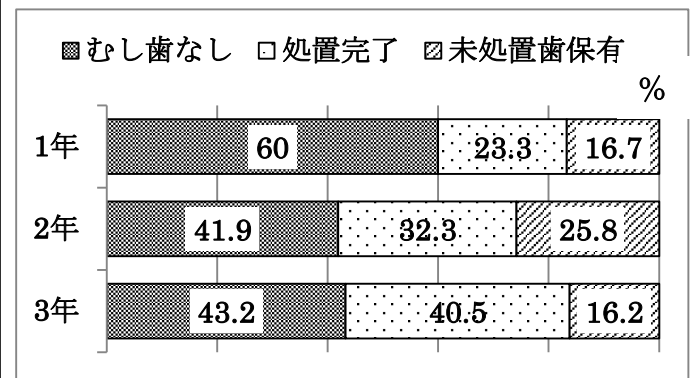
年度ごとにみると、むし歯が1本もない人は年々増加し、5年前と比べると約2倍です。未処置のむし歯を保有している人は減少し、5年前の半分以下で、「歯」の健康はとてもよくなっています。

永久歯は生え替わることはなく、むし歯は治療しなければ治りません。また、人が歯を失う原因の多くは「歯周病」です。これからも「歯と口」の健康に関心を持ち、「歯」を大事にしましょう。

男子



女子



感染症対策をしっかりと！

厚生労働省は、インフルエンザの本格的な流行が例年より早くなる可能性があるとして注意を呼びかけています。

○ 睡眠不足や疲労の蓄積、栄養不足は、病気に対する抵抗力・免疫力の低下につながります。しっかり睡眠をとること、バランスのよい栄養をとることは、感染症予防のためには大事なことです。

○ 手洗い・うがいは感染症予防の基本です。外から帰ったとき、食事の前、せっけんで手を洗いましょう。

○ 咳・くしゃみ・鼻水など、カゼ症状がある場合は、咳エチケットを心がけましょう。

