

## 歯科検診のお知らせ

日時：6月26日(水) 8:30～ E組→1年生→2年生→3年生

担当：みはら歯科矯正クリニック 村井茂先生 村井かおる先生

### 歯科検診でみること

- ・虫歯の有無
- ・歯並び
- ・あごの関節の状態
- ・歯垢の付着程度
- ・歯肉の状態



### ※気をつけること※

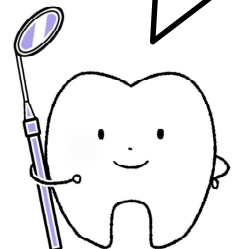
①当日の朝は、ていねいに歯をみがきましょう。

②受診時に名前を言って、あいさつをしましょう。

「〇〇です。お願いします。」

終わったら「ありがとうございました。」

朝の会の時間に、  
問診票を  
書いてもらいます



## 注意

## ペットボトル症候群

保健室前に掲示した「飲み物に含まれる砂糖の量」、みなさんはもうチェックしましたか？  
こんなに砂糖が入っているなんて…と、おどろいた人も多いと思います。

砂糖が多く入っているものを飲むと、むし歯になりやすいだけでなく、ペットボトル症候群になる恐れもあります。

ペットボトル症候群とは、糖分の多い飲み物を大量に飲み続けることで起こる病気です。甘い飲み物を飲むと、さらに喉がかわきやすくなります。次から次へと甘い飲み物を飲むと、また喉がかわきます。ペットボトル症候群の症状は、のどが渇く・尿が多くなる・疲れやすい・吐き気などです。

水分補給には、水や麦茶、水で薄めたスポーツ飲料がおすすめです！