



令和6年6月

市川市立第一中学校 保健室

6月の保健目標 「歯を大切にしよう」

正しい歯のみがきかたを知ろう！



歯科検診の結果について

全学年とも、歯科検診が終わりました。学校歯科医から所見の申し伝えがあった生徒には、「結果のお知らせ」（ピンクの用紙）をお渡ししましたので、確認してください。また、歯列や咬合について、矯正中の人も多く見られました。矯正器具をつけていると、食べ物の残渣（かす）が残りやすく、その結果、むし歯になりやすい口内環境になってしまうことがあります。矯正器具をつけている人は、食後の歯みがきを特にきちんとしましょう。給食後に歯みがきをしたいという人は、ぜひ、保健室に相談してくださいね。



食中毒に気をつけましょう

食中毒予防のためには、細菌などを「つけない」（調理前の手洗い、調理器具を分ける）、「増やさない」（食材は低温で保存する）、「やっつける」（肉料理などは中心部を75℃1分以上の加熱が目安）の3つが大切です。

