

## むし歯の人が増えています！ 夏休み中に治療を済ませましょう！！

全国的に減少傾向にある「むし歯」ですが、本校では下の図にあるように1年から2年、2年から3年と、学年が上がるにつれむし歯の人が増えています。

むし歯や歯肉炎(歯周病)等は口の中の細菌を増やし自浄作用を低下させるので、放っておくと将来、歯を失うことになるだけでなく、心臓や腎臓など全身に悪影響を及ぼします。

むし歯や歯肉炎は放っておいても治りません。早期発見・早期治療が大切です。

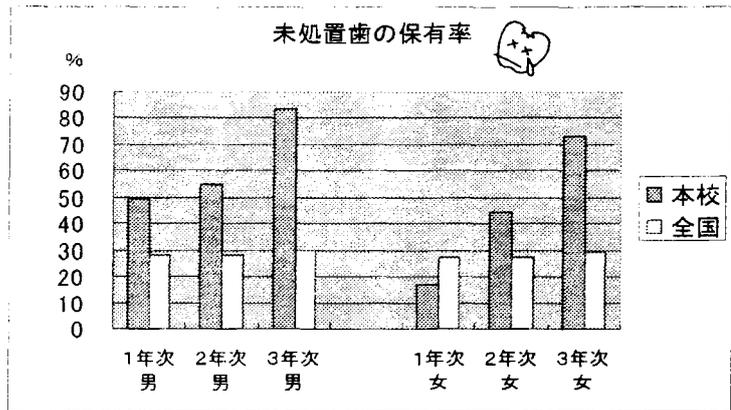
また、悪いところがなくても、病院で定期的に歯の清掃をすることで、むし歯や歯肉炎を予防することができます。

集団検診として実施する歯科検診は、みなさんにとっておそらく今回が最後ですので、歯科検診で「治療や相談の必要あり」と診断された人に、再度“治療勧告書”を配付します。必ず治療・相談してください。

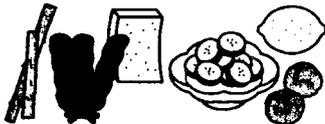
また、受診に際して、保護者の皆様方のご協力をよろしくお願い致します。



### むし歯を防ぐには...

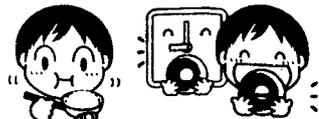


#### ○歯をきれいにする食べもの



- ・食物せんいの豊富なもの  
→歯の表面の汚れをこすり取ります。
- ・酸味のあるもの  
→だ液をたくさん出して、汚れをつきににくくします。

#### ○むし歯になりにくい食べ方



- ・よくかんで  
→だ液がたくさん出て、歯を守ります。
- ・間食は、時間と量を決めて  
→だらだら食べるのを防ぎます。

#### △注意が必要な食べもの



- ・糖分が多く、  
歯に汚れが残りやすいもの

#### 食べもの & 食べ方

#### △むし歯になりにやすい食べ方

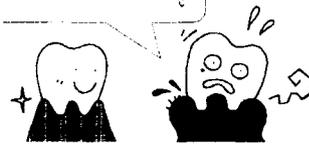


- ・だらだら食べる。
- ・流し込んで食べる。
- ・寝る前に食べる。

#### むし歯をつくる3つのポイント



#### 歯肉炎も増えてます



#### おすすめ!! 歯の治療は「早得」で

歯の治療が必要なみなさんに朗報です。歯の治療は、早い方がだんぜんおトクな「早得」で。自信を持っておすすめします。

- 歯の治療「早得」3つのおトク
1. **痛みが少ない**  
早く治療を受ければ、治療に伴う痛みが少なくおトク。
  2. **通院回数が少ない**  
治療期間が短くてすむので、通院の手間が省けておトク。
  3. **費用が少ない**  
治療期間が短いと、治療費用も少なくおトク。