

# ほけんだより



静岡聴覚特別支援学校  
保健室 文責・栗田  
令和4年5月27日

## 静岡県の新型コロナウイルスの感染状況：国評価レベル2

今年の1月から2月にかけて、静岡県内の新型コロナウイルス感染者数は増加を続けていましたが、3月から4月には緩やかに減少していました。

しかし、5月の大型連休以降、再び増加傾向にあります。

学校では、引き続き「感染症を正しく理解し、感染症を防ぐ対策の徹底」をしながら、教育活動を進めていきますので、御理解と御協力をお願いします。



感染症予防対応として、昨年度の1月末から、給食後の歯みがきを中止しています。

給食後の歯みがき習慣が定着していたので、中止にすることは本当に残念ですが、御家庭での食後の歯みがきは、感染予防対応をしながら、続けるようにしましょう。

歯と口の健康を守るために「3つのケア」があります。

この機会に、改めてできているか確認しましょう。

### セルフケア

歯の表面や、歯と歯肉の境目に歯ブラシの毛先がしっかり当たっているか、鏡を見て確認しながらみがくようにしましょう。

### ホームケア

新しく永久歯が生えたり、乳歯が抜けて永久歯に生え変わったりする、幼稚部年長から中学部の間は、口の中の環境が劇的に変わります。

そのため、生えかかりの永久歯が歯ぐきに埋もれていたり、歯の高さが揃っていないかたりして、みがきにくくむし歯になりやすいときです。

幼稚部は保護者による仕上げみがきを、小学部からは保護者と一緒に歯みがきをして、みがき残しの確認をしてあげてください。

### プロケア

かかりつけの歯科医院がありますか？

定期的に歯の状態を診てもらい、歯のそうじや歯石を取ってもらうことも、歯と口の健康を守る大切な習慣です。

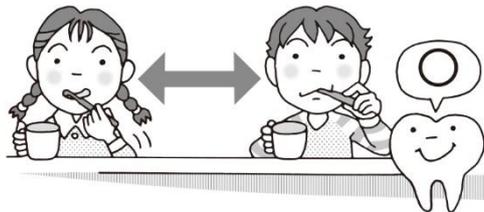


## 5月29日(日)は「お口・健康 歯っぴーふえあ」

静岡市静岡歯科医師会が主催する、歯科に関するイベント「お口・健康歯っぴーふえあ」があります。5月29日(日)10時から15時までで会場は静岡市の葵スクエアと青葉公園緑地です。

スタンプラリーや歯科相談、歯みがき指導、歯科医・歯科衛生士体験もあるので、是非この機会に、楽しみながら歯や口の健康について学び、体験してみましょう。

# 本校の歯科保健の取り組み



## 給食後の歯みがき

現在は、感染症予防対応で、中止しています。

再開できたときには、感染予防対策をしながら実施します。

## 歯科検診

本校は、山田学校歯科医の協力を得て、年間2回(5月と11月)、歯科検診を行っています。半年ごとに検診を行うことで、歯の状態や、要観察歯(CO)の経過を見てくださっています。

検診では、歯垢(プラーク)が付いているときには綿棒で汚れをこすって見せてくれたり、気を付けてみがいて欲しい歯の状態を鏡で見せながら説明してくれたり、子どもたち一人一人に分かりやすい方法で歯の状態について教えてくださいます。

5月11日の検診では、小学部の70%の子の歯に歯垢(プラーク)が付いていました。いつもより多かったです。

歯が生え変わるときは、歯がデコボコしていてみがきにくいです。生えかかりの永久歯は、みがきにくいのでむし歯になりやすいです。順番に歯をみがくようにすれば、みがき残しが無くなります。



## 歯の保健指導(歯みがき指導)

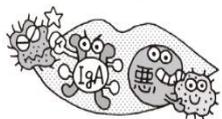


毎年、学校歯科医のやまだ歯科医院から歯科衛生士が来校され、歯科保健に関する講話や歯みがき指導をしていただいています。

今年度は、感染症予防のため、歯みがき指導ではなく、歯の保健指導を行います。6月22日に、幼稚部では保護者学習会と歯科衛生士による歯のお話、中学部ではセルフケアの方法を指導していただくよう計画しています。

小学部は、学習グループでテーマを決めて、養護教諭が指導をします。

## 歯みがきって感染症予防になるの？



感染症の原因になるのは細菌やウイルスたち。口の中に入ったあとは細胞の中に潜り込む機会を狙っています。それを阻止するために日々戦っているのが、口の中の「IgA」という抗体です。

もともと口の中には良い細菌と悪い細菌がいます。このうち悪い細菌が増えると、これをやっつける抗体は大忙し。さらに外の細菌やウイルスまで入ってくると体を守りきれなくなります。また悪い細菌は、ウイルスが細胞の中に潜り込む手助けまでするのです！

悪い細菌を減らすのは歯みがき。口の中の清潔が感染症予防につながります。

そんな大切な歯みがきが、逆に人への感染のもとにならないように

- ◎ 歯みがき中はできるだけ口を閉じよう
- ◎ うがいの水を吐き出すときは低い位置からゆっくりと



これも感染予防の大切なマナーです