



寒くなってきて、冬の気配を感じるようになりました。寒さと共に、体調不良の生徒も増えてきました。東京都健康安全研究センターによると、オーストラリアではインフルエンザが流行していたそうです。新型コロナウイルス感染症が流行し始めた2020年・2021年はインフルエンザの流行が見られませんでした。今年には新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの流行の恐れがあります。今からしっかりと体調を整えておきましょう。



災害共済給付制度について

必ずご確認ください!!

授業中や登下校中など、学校の管理下で起こったケガについては、日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度で、医療費の給付対象になる場合があります。申請書類については、保健室にあります。

請求漏れがないか以下について再度ご確認ください。

- 治療（健康保険等の医療保険対象のもの）に要する費用の額が500点（5,000円）以上のもの
- 給付事由が生じた日から2年間以内のもの

申請から口座振り込みまで、最短でも2~3ヶ月の時間を要します。特に3年生で治療が終了している人は、卒業までに給付が間に合うよう早めの提出をよろしくお願いします。

なお、卒業後も初診から最長10年間は給付が受けられますので、手続きをお願いします。





日本歯科医師会では1993年(平成5年)より、11月8日を「い(1)い(1)歯(8)」の語呂合わせでPR重点目標として設定し、この日に合わせて様々な歯科保健啓発活動を行っています。

歯科検診時に、歯肉の状態を指摘された人はいませんか?歯を失う2大原因は歯周病とむし歯といわれています。

歯周病について

歯周病は、歯と歯肉の間の溝に溜まった歯垢が原因で炎症を起こし、歯を支える土台(歯周組織)が破壊されていく病気です。右のような進行を経て、最終的には、土台が歯を支えきれなくなり、歯が抜けてしまいます。

歯周病を予防するために

- ・食後の歯磨きの習慣化。学校にいる時も忘れずに。
- ・食事はよく噛んで食べる(唾液の分泌量を増やして、口の中を清潔に)。
- ・朝起きたらまず歯磨き。

歯肉炎の段階では、丁寧なブラッシングで治すことができます。時折、歯肉の状態を確認し、定期的に歯科医院で診てもらうことをおすすめします。

親知らずについて

親知らずとは、第三大臼歯のことを指し、前歯から数えて8番目の最も奥にある歯で智歯とも呼ばれます。10歳頃にあごの骨の中で形ができて始め、20歳頃に生えてきます。上下・左右4本が生えると、永久歯は32本になりますが、日本人の場合、生えてこない人も多いと言います。

親知らずは、他の永久歯より遅れて生えてくるため(生える場所が不足している)、正常にまっすぐではなく傾斜したり水平に生えたり、歯肉に埋まったりすることがあります。このような状態だと、歯茎やあごの骨が圧迫されて痛くなったり、歯磨きがうまくできず歯垢が溜まりやすくなって、う歯(むし歯)や歯周病になりやすくなります。正常で痛みがない場合は急いで抜く必要はありませんが、痛みが続いたりして気になる人は歯科医院を受診し相談しましょう。

参考:保健室ですぐに使える養護教諭のための保健指導資料集

歯肉炎

歯肉が赤くてブヨブヨ。
丸く厚みがありふくらんでいる。
歯をみがくと出血する。

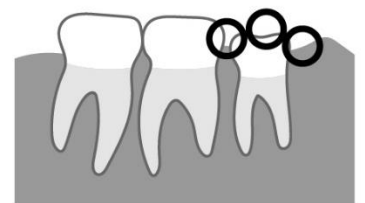


歯周炎

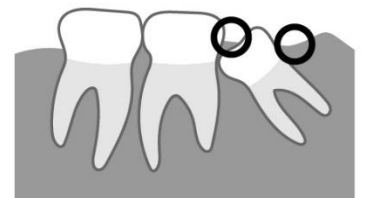
重症化すると歯を支えている骨が溶け、歯のぐらつきがひどくなる。
歯が抜けてしまうこともある。

○ ※歯垢が溜まりやすい所

①正常に生えている途中



②傾斜



③水平

