



# はみがきマン通信

発行 内牧小学校  
 歯・口の健康づくり推進委員会  
 令和2年(2020年)  
 12月25日(金)第23号



## 歯ブラシチェックタイム



(1年生の歯ブラシチェックタイム)

内牧小学校では、定期的に歯ブラシチェックを行い、歯ブラシの毛先が開いていたり、汚れが目立つ歯ブラシは新しい歯ブラシに交換しています。低学年では、歯ブラシの毛先をかむ子がいて、取り替えてもすぐ毛先が開いてしまう子もいます。毎日、ちゃんとみがいていたら、

歯ブラシの寿命は1ヶ月とされています。お家で使っている歯ブラシも、毛先が開いていたり、汚れが目立ってきたら新しいものに交換しましょう。



## 感染症と歯みがき



歯みがきでウイルス感染予防効果があると聞きますが本当ですか？



本当です。

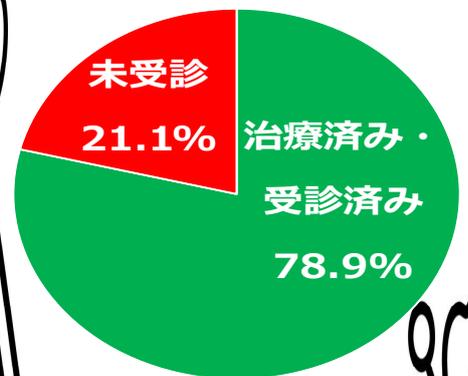
ウイルス感染は喉の菌の量と相関関係があります。喉の菌の量は口腔内の菌の量と相関関係があります。従って口の中がきれいになると喉の菌量が減り、感染しにくくなると言われています。歯みがきだけしっかりすれば良いわけではなく、基本的な体調管理、手洗い、うがい等もしっかり行って下さい。



<日本学校歯科会  
 新型コロナウイルス対策室からの資料より>



むし歯の治療が必要で、治療または受診を済ませた児童の割合は7.8. 9%です。冬休み中に受診しましょう。



令和2年12月23日現在