

教員向け指導用資料

日頃より、歯科保健教育についてご協力いただきありがとうございます。
ご存じのとおり、生涯を通じて歯と口を健康に保つことは、全身の健康の保持増進につながり、茨城県の歯科保健目標「8020（80歳で20本以上の歯を保つ）、6424（64歳で24本以上の歯を保つ）」を達成するためには、幼少期、学齢期からのむし歯予防及び歯周病予防が大切です。以下について、ポスター作成前にご指導いただきたくお願いします。

Q：歯と口の健康週間とは？

A：6月4日～10日。昭和3年に、6月4日が「むし歯予防デー」に制定され、その後、昭和33年に6月4日から10日までが「歯の衛生週間」となり、平成25年度より「歯と口の健康週間」となりました。

この週間は、歯と口の健康について正しい知識をもち、歯を大切にすることを考える週間です。平成27年度の標語は「おくりたい 未来の自分に きれいな歯」です。

Q：茨城県8020・6424運動推進期間とは？

A：11月8日～11月21日。「茨城県歯と口腔の健康づくり8020・6424推進条例」で制定されました。

Q：茨城県の子どもは全国的にみてむし歯が多い？

A：12歳児の一人平均むし歯数は1.2本（H26年度）で、年々減少傾向にあるものの、全国平均を上回っています。

Q：むし歯予防のために、何をしたらよい？

A：生えたばかりの永久歯はむし歯になりやすい特徴があります。食後に歯を磨くことはもちろんですが、時間を決めておやつをとりましょう。特に、甘い飲み物や食べ物を食べる回数が多いほどむし歯になりやすいので注意しましょう。また、フッ化物配合歯磨き剤を使うことも大切です。

Q：子どもでも、歯周病対策は必要なの？

A：茨城県の12歳児で歯肉に異常がある人は28.1%（H22年度）いました。歯周病は決して大人の病気ではありません。小学校3年生くらいから、歯肉炎（歯肉が赤く腫れたり歯肉から血が出たりする）になっている人や歯肉炎になりかかっている人が増えてきます。

Q：歯周病予防のために、何をしたらよいの？

A：学齢期の生え替わりの時期は、乳歯と永久歯が混在しているため、個人の歯や口の状態に応じた丁寧な歯みがきが大切です。また、歯ブラシだけではなくデンタルフロスなども使いましょう。

※ポスター作成後に鑑賞会などを行い、児童生徒の意見交換と指導をご検討いただければと思います。校内で表彰等を行う際には、茨城県歯科医師会のホームページに表彰状のひな形を掲載しますので、ご活用ください。