

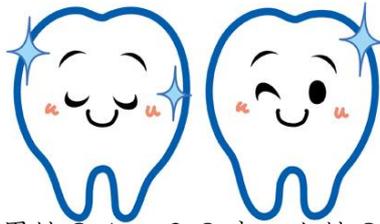
ほけんだより

富岡市立黒岩小学校

保健室 NO.9

平成30年11月8日

11月8日は



いい歯の日

日本人の平均寿命は、男性81.09才、女性87.26才です。

(2018年厚生労働省)

歯の平均寿命は、歯の種類によっても違いますが50~70才といわれています。歯がなくなる2大原因は

むし歯・歯周病

歯の寿命をのばすのも縮めるのも、日ごろの歯みがきしだいです。また食事や生活習慣も歯の寿命に関係してきます。バランスの取れた食事と規則正しい生活をする事で免疫力が高まり、歯の寿命がのびるそうです。

歯が健康であることが、全身の健康につながっていきます。

歯の寿命をのばせるように毎日のケアを見直してみてください。



『群馬県よい歯と口の学校』また5年生が『群馬県よい歯と口の学級』
で表彰されました

学齢期は、生涯にわたる歯と口の健康づくりのスタートとなる重要な時期です。そこで歯と口の健康づくりを推進し、生涯にわたる健康づくりの基礎を培う目的のため、一連の歯科保健事業として『よい歯と口の学校・学級表彰』が実施されています。

よい歯と口の学校・学級は、一人平均永久歯のう歯(むし歯)数、永久歯の処置完了率、日ごろの歯科保健活動の取組などが模範的な学校・学級が選出されています。今年度、全校児童73人中71人は永久歯のう歯がありません。(治療した歯もありません。)

その中でも5年生は、全員きれいな歯の持ち主です。せっかく授かったきれいな歯をいつまでも保って、これからも主体的に健康づくりに取り組んでいって欲しいと思います。

