

スマイル

ほけんだより

別海町立上春別中学校
平成26年 1月29日(水)
保健室 (担当: 服部)



NO.24

間違えた人が多かった問題

『発育測定 & 歯科保健指導』を終えて...

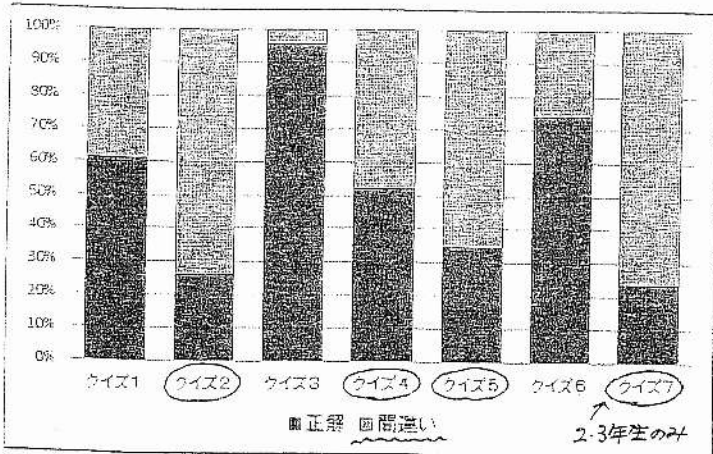
昨年4月からの身長伸びや体重の増減など個人差があって当然です。「〇〇に負けてる...」 「伸びない...」 「増えた...」 いろいろと人と比べたくなると思いますが、まずは、自分のからだの成長を喜びましょう。私は、みなさん一人ひとりが日々大人に向けて、だもからだも大きくなっていることがとても嬉しいですよ。

さて、歯科保健指導でクイズを出して答えてもらったのですが、下のグラフの通り、あいまいになっている矢知識もありました。そこで今号では、解説を交えながら復習です!!



この機会に覚えてほしい。歯、口のけいふりのために。

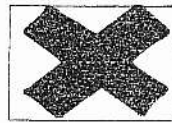
正解率60%以上の問題



早寝早起き朝ごはん → 簡単に思っていますが、お菓子やジュースだけでは、1日元気にすごせません。

【クイズ①】

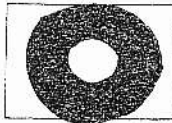
人間の歯は、2回生えかわる?



人間は6才頃から1回だけ乳歯から永久歯に生えかわります。 → 大人の歯

【クイズ②】

歯の形にはいろいろな種類がある?



3種類あります。
・切歯(せし)
・犬歯(いんし)
・臼歯(きゅうし)

【クイズ③】

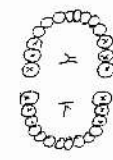
初期のむし歯は治る?



食べ物や細菌を洗い流す働きがある唾液のおかげで治ることもあります。

【クイズ④】 永久歯は何本あるでしょうか?

- 20本
- 24本
- 28本



上下に14本ずつ、計28本並びます。(乳歯は20本、さらに親知らずという歯が上下左右1本ずつ生えると32本になる場合もあります。正解は)



【クイズ⑤】 むし歯の原因となる菌はどれでしょうか?

- 大腸菌
 - サルモネラ菌
 - ミュータンス菌
- 食中毒の原因となる微生物です。よく耳にする名前だったので、間違えが多かったです。
*大腸菌は人の腸内に存在し、悪さをしないものもあります。

正解は、3番です。正式な名前は「ストレプトコッカス・ミュータンス」と言います。*人の口の中に存在します。



【クイズ⑥】 歯の表面は、鉄より硬い?

歯の表面のエンメル質という部分は金歯よりも硬く、水晶と同じくらいの硬さなので、でも「酸」には弱い。



【クイズ⑦】 「歯垢」って何?

細菌

の固まり

「食べかす」と書いている人が多かったです。

歯に白くてネバネバしたものがついてくることはありませんか? 口腔内にいるミュータンス菌が、食べ物として入ってきた砂糖を栄養にネバネバした物質をつくり、他の細菌もとりこみ、細菌のかたまりを作り上げます。それが歯垢です。歯にくっつき性質があり、その中でミュータンス菌は「酸」を出して歯の表面を溶かしていきます。これがむし歯になる流れです。

歯垢(プラークともいいます)が歯にべったりとつく前に歯みがきをして口の中をきれいにするのが大事なポイントです!!

☆授業で使用したプリントは本日返却。みなさん一言感想ありがうれしい。