

ほしやんたまり 11月

令和2年10月30日
台東区立忍岡中学校
校長 平井 邦明
養護教諭 大野 愛



1年生と2年生は10月27日、3年生は10月28日に歯科検診が終了しました。多くの人に「お知らせ」が通知されました。口の中の衛生状態が良いと、病気や感染症の予防にもなります。歯や口の中を衛生的に保てるよう、3分間の正しい歯みがきと早めの医療機関の受診をお勧めします。

歯の優良生徒・準優良生徒

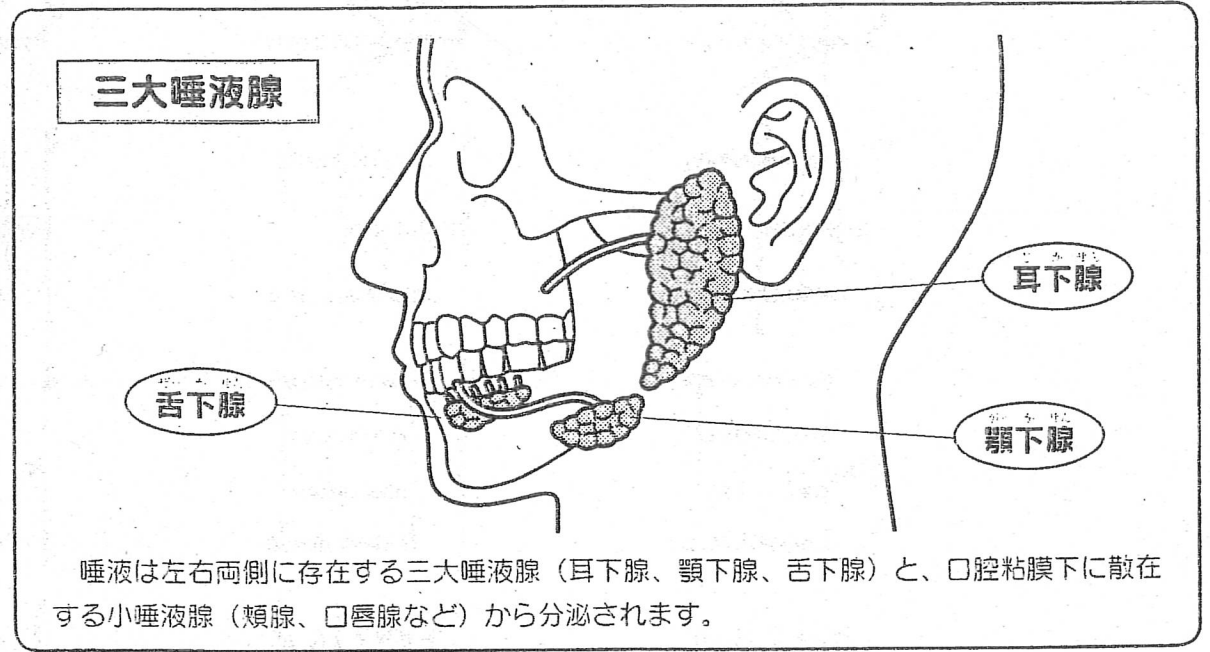
<歯の優良者>

<準優良者>

咀嚼によって分泌される唾液の働き

指導 日本大学 常任監事(元歯学部長) 前野 正夫 先生

私たちは食事の時に、前歯で食べ物をかみ切り、奥歯でかみ砕き、唾液と食べ物をよく混ぜ合わせ、のみ込みやすくする、「咀嚼」を自然と行っています。この「咀嚼」の刺激によって、口腔内には唾液が多く分泌されますが、この唾液は私たちの体にとって大切な役割を果たしています。



唾液が口腔でむし歯予防に果たす役割

- 1 口の中の汚れを洗い流す**
唾液の水分で、食べかすなどの汚れを洗い流しています。
- 2 口の中を中性に保つ**
唾液には口の中を中性に保ち、酸性に傾いた歯垢内のpHを中性に戻そうとする働きがあります。

- 3 歯の修復（再石灰化）を促進する**
唾液中のカルシウム成分が、脱灰した歯のエナメル質を修復して元の健康な状態に戻し、むし歯の進行を防ぎます。

