

ほけんたより

金沢向陽高校
保健室

風邪などの体調不良者が増える季節です。基本の手洗いをしっかりして、予防に努めましょう。水分補給も大切です。

洗い残しの多い箇所・・・意識して洗いましょう！



指の間



爪の間



手首



爪の長い人が多いです。爪切りも忘れずに！
爪が長いとその部分にばい菌が。。

11月8日は
「いい歯の日」

歯科検診後の
歯科治療について

今年度、歯科検診後に歯科医受診し、学校に治療終了のお知らせがあった人の数です。まだ治療に行っていない人が多数のようです。保護者懇談の際に再度受診のお勧めのお知らせをしますので、この機会にぜひ受診してください。



あなたの歯ぐきは大丈夫？



| 健康な歯ぐき | | 歯肉炎が心配な歯ぐき | |
|----------|-----|------------|--|
| うすいピンク | 色 | 赤、赤紫 | |
| ひきしまっている | 見た目 | はれて丸い | |
| かたい | 触ると | ブヨブヨしている | |
| しない | 出血 | 歯みがきで血が出る | |

顔や髪型を気にしている人、服装に気を使っている人は多いですが、口の中はどうでしょうか。
歯や口の健康は、会話や表情など、人と接する時の印象にも大きく影響を与えます。