

かかりつけの歯医者さんに行こう！

STEP 1 予約

予約を取って書こう！ 月 日 () :

STEP 2 受診

お願いしたいことリスト

- 歯科健診 (むし歯・歯周病などのチェック)、治療
- 歯科相談 歯の矯正、口臭、あごの痛み、歯の色、スポーツ・歯ぎしりのマウスピース など
- プラークの染め出しチェック、歯みがきのアドバイス
- プラーク・歯石・着色の除去、歯のクリーニング
- むし歯予防のための処置 (フッ素塗布・シーラント※)

※シーラント…生えて間もない奥歯の溝を、歯ブラシがとどかないので、一時的にふさぐことで、むし歯を予防する方法

STEP 3 定期健診

治療やクリーニングが終わった後も、定期的に健診を受けましょう。

★ 一般的な目安は… 3か月～6か月おきに1回

時期はかかりつけ歯科医と相談して決めましょう

ここまで読んだ その君！
こんなこと考えていませんか？



歯医者さんには
忙しくて行けない！



かかりつけはあるけど
いつでも受けられるから、
今じゃなくても…



歯科健診でなにも
なかったから大丈夫



そう思うよね
でもそのまま
ほんとに大丈夫？



こんな風になったら…？

大切なテスト前に
歯が痛くて集中できない！



部活の大切な
試合前に歯肉が
痛くて力が入らない！



さらに…

大人になって歯周病が
悪化して後悔！



定期健診に行っている江戸川区の
中学生の割合は2人に1人！※

君はもう受診予定がある？

(※令和3年度江戸川区歯科リーフレットアンケート調査結果)



行く時間がないかも…？

大丈夫！ 学校が終わってからの時間や
土日にかけている歯科医院もあるりん



かかりつけ歯科医を定期的に受診しよう！



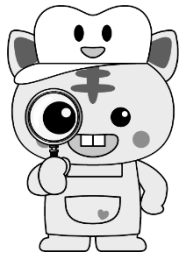
歯肉炎予防
クイズ！

歯と歯の間の面を掃除する道具は？ □に文字をいれましょう！

歯と歯の間に デンタル□□□使おう！

歯ブラシだけでは全体の半分しかプラークが取れないよ！





学校歯科健診の結果は？

「<歯科>健康診断結果のお知らせ」をもらいましたか？

いいえ

はい

気になる症状がありますか？

例えば…

- 乳歯がぐらぐらしている
- 歯がしみる
- 歯並び・かみ合わせが悪い
- あごを動かすと音がする
- 口が開きにくい
- 歯肉がはれる
- 口臭がある

A に該当

「治療報告書」の提出の必要はありません。

保護者様 _____ 学校(園)長 _____

<歯科>健康診断結果のお知らせ

このたびは健康診断の結果、お子さまには下記の0項目についての注意、または疾病異変の疑いがありましたのでお知らせします。

A 今のところ治療の必要はありませんが、下記0項目のことに注意がありましたので、気を付けてください。(検査書提出の必要はありません)

項目(0)	注意事項	説明
1	要観察歯(CO)	むし歯の一次予防の取組が必要です。定期的に歯をみがきましょう。
2	歯列・咬合・顎咬筋発達異常	歯並びの状態、かみ合わせの状況に異常がある。定期的な観察が必要で、必要に応じて治療を行います。
3	歯垢付着	歯の表面に歯垢がたまりやすいためブラッシングが重要です。正しい歯磨き方法を指導します。
4	歯肉程度炎状(0)	歯肉に軽度の炎症があり、定期的な観察が必要です。正しい歯磨きを心がけてください。
5	その他	

B 下記0項目は治療要異変の疑いがありますので、なるべく早く専門医にみてもらい、治療報告書と学校へお出しください。

項目(0)	病名	説明
1	う蝕(永久歯)(乳歯) 虫歯	むし歯は一度かかると、歯肉部の修復を受けずに進行、最終にはむし歯が広がります。適切な治療を受けて、なおさら再発しないように治療は正しい歯磨きを心がけてください。
2	顎咬筋異常	乳歯(永久歯)の歯肉から永久歯(乳歯)の歯肉には異なる時期に、永久歯の歯肉がはれる状態がみられる場合があります。歯肉がはれる状態がみられる場合は、歯肉の観察が必要です。
3	歯列・咬合・顎咬筋の異常	歯並びの悪いもの、かみ合わせの悪いものなどがあります。専門医にて観察(矯正)を行い、必要に応じて治療を行います。
4	歯垢付着	歯垢をそのままにしておくと、むし歯の原因になります。正しい歯磨き方法を指導します。
5	歯肉炎	歯肉がはれる状態がみられる場合は、定期的な観察が必要です。正しい歯磨きを心がけてください。
6	その他	

治療報告書 _____

氏名 _____

1 治療が完了しました。
2 治療中です。
3 経過をみます。
4 その他 _____

令和__年__月__日 医師 _____

B に該当

治療や相談が必要です！

このお知らせをかりつけ歯科医に持参して、できるだけ早く治療・相談をしましょう！

はい

いいえ

かかりつけ歯科医で、経過観察や進行しないための処置などを相談するとよいでしょう。

とくに要観察歯(CO)があった場合は要観察歯をむし歯に進行させないことが、とても大切です！

そのままにしておくと、むし歯に進行する可能性があります。以下のことを見直しましょう

- ・おやつは時間と量を決めて砂糖を減らす
- ・フッ素の入った歯みがきこを使う
- ・フッ素塗布を積極的に受ける



受診したら

歯科医院が記入した「治療報告書」を必ず学校に提出しましょう！

悪化・進行させないために

良い状態を続けるために

かかりつけ歯科医への受診は、3~6か月に1回！
チェック・フッ素塗布・専門的なクリーニングを忘れずに

※費用については、歯科医院にご確認ください

歯や口のことをよく知っている歯医者さんがいると、安心です！

【発行・問合せ】江戸川区 健康サポートセンター

中央 5661-2467 小岩 3658-3171 東部 3678-6441 清新町 3878-1221
葛西 3688-0154 鹿骨 3678-8711 小松川 3683-5531 なぎさ 5675-2515

(2024.4 発行)