

かかりつけの歯医者さんに行こう！



はいしゃ
どうして、かかりつけの歯医者さんが ひつようなの？

は くち し はいしゃ あんしん
あなたの歯や口のことを よく知っている歯医者さんがいると、安心です。

- じぶん は くち ば しにく み
・自分でわからない、歯・口の むし歯や 歯肉のはれを 見つけてくれる
- そうだん
・いたみがあるとき、こまったときなどに 相談しやすい

はいしゃ
歯医者さんで、おねがいできることって なあに？

はいしゃ
歯医者さんにおねがいできることは、「ちりょう」のほかにもあります。

- は くち ば しにく
☐ 歯・口のけんしん（むし歯・歯肉などのチェック）
- は くち そうだん は きょうせい くち は いろ
☐ 歯・口の相談 歯の矯正、口のおい、あごのいたみ、マウスピース、歯の色 など
- し いろ のこ は
☐ 歯こう（プラーク）に 色をつけて みがき残しをみる・歯みがきの アドバイス
- は くち
☐ 歯・口のプロのそうじ
- ば
☐ むし歯にならないための「フッソとふ」・「シーラント」



フッソとふ

は つよ
フッソを歯にぬって、歯を強くする



シーラント

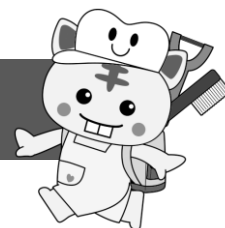
は
歯ブラシがとどかない、おくばのみぞをふさぐ



はいしゃ
歯医者さんにどのくらいのペースでいけばいいの？

「ちりょう」のひつようがなくても、3 か月から6 か月に1 回くらいは 歯医者さんへ

はいしゃ そうだん き
いきましょう。いつがいいか、かかりつけの歯医者さんと相談して決めましょう。



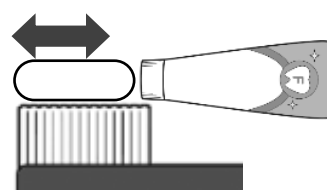
ここで クイズ！

は ば つか かた
フッソいり歯みがきこ（しまざい）のむし歯になりにくい使い方は？

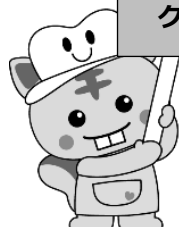
しかく すうじ
☐ に数字をいれましょう！

りょう
① 量は センチくらい！

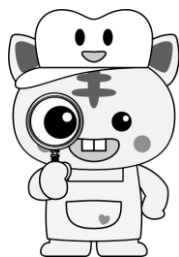
つか あと かい
②使った後のうがいは 回だけ！



クイズのこたえは うらをみてね！



江戸川区の小学生の保護者の皆さんへ 大切なお知らせ



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…

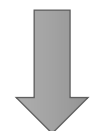
- ☐ 乳歯がぐらぐらしている
- ☐ 歯がしみる
- ☐ 歯並び・かみ合わせが悪い
- ☐ あごを動かすと音がする
- ☐ 口が開きにくい
- ☐ 歯肉がはれる
- ☐ 口臭がある

A に該当

「治療報告書」
の提出の必要は
ありません。

はい

いいえ



かかりつけ
歯科医に
相談して、
必要な処置を
受けましょう！

良い状態を
続けるために

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（C0）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を使う
(おもて面のクイズにあります)
- ・フッ素塗布を積極的に受ける



B に該当

治療や相談が
必要です！

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

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



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

クイズのこたえ

①は② ②は①



(2024.4 発行)