

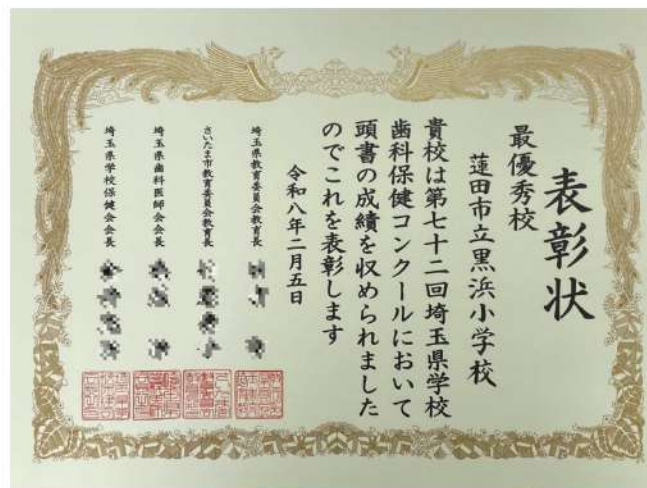
# 歯っぴー通信 歯・口のほけんだより 令和7年度 第6号2月

## 埼玉県学校歯科保健コンクール 最優秀校を受賞しました

黒浜小学校はこの度、令和7年度第72回埼玉県学校歯科保健コンクールにて最優秀校に選ばれ表彰を受けました。一昨年は優良校、昨年は優秀校に選ばれ、今年度は初めて最優秀校に選ばれました。とても喜ばしいことですね。この賞は、埼玉県のすべての小・中学校が対象となり、学校歯科保健の取組と口腔内の健康状態、歯科治療率、健全な永久歯の割合等の結果から審査を行い受賞となります。皆様のご協力あっての受賞だと思っております。

学校歯科医の先生のご指導にお礼申し上げるとともに、日頃のご家庭でのご協力にも感謝申し上げます。いつもご家庭において歯みがきのお声がけやフッ化物洗口・仕上げみがきのご協力、歯ブラシ・コップの洗浄や交換、歯の治療・定期健診の受診等、ご協力をいただきありがとうございます。子供達の健康な歯を維持していけるよう、学校でも引き続き歯と口の健康づくりを推進していきたいと思っております。今後ともご支援・ご協力の程よろしくお願いたします。

埼玉葛北部地区審査会において  
も優秀校を受賞しました。



いただいた賞状と盾・旗は  
校長室に飾ってあります。



校長と養護教諭が表彰式に  
出席してきました。



6月の歯っぴー通信で紹介した6年級先生のポスターが  
令和7年度埼玉県歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール会長賞を受賞しました。  
おめでとうございます。3月の表彰朝会にて表彰したいと思います。



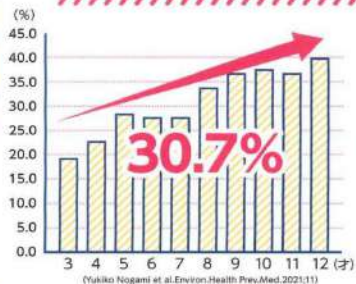
むし歯の治療が終わっていない人は、春休み中に  
治療が終わるように、早めに病院へ行きましょう。



保健だより

注意!

お口ぼかんの子供が  
口唇閉鎖不全 増えています!!



左のグラフは2014年に実施された“お口ぼかん”の有病率に関する全国調査の結果です。  
3歳～12歳の子供たちの30.7%にお口ぼかんが疑われ、年齢を重ねるごとに増加しています。  
また、2023年の調査では38.5%にお口ぼかんが疑われると報告されており、コロナ禍によるマスク生活を経て、さらに増加していることが心配です。



お口ぼかんの原因は?

お口ぼかんの原因は、**歯並び**や**口の周りの筋力不足**などが挙げられます。また、**鼻づまり**を繰り返すうちに、お口ぼかんが習慣化することがあります。

お口ぼかんと口呼吸の関係!

お口をぼかんと開けていても鼻で呼吸をしている子供もいますが、**多くの子供は口呼吸**をしています。

口呼吸になると...

- ★むし歯や歯肉炎になりやすい
  - ★歯肉が赤く腫れる
  - ★上顎前突(出っ歯)になりやすい
  - ★口臭の原因になりやすい
  - ★歯に色がつきやすい
  - ★扁桃炎(のどの炎症)を起こしやすい
  - ★アレルギー疾患やインフルエンザなどに罹りやすい
- など、口の中にも身体にも悪い影響があります。

お口ぼかんのチェックリスト

1つでも当てはまればお口ぼかんが疑われます!

- 口唇に締まりがない(上唇が富士山のような山型をしている)
- 上唇と下唇の間から歯が見える
- 口唇が乾いている
- 前歯がよく着色する
- 食べているときにクチャクチャ音がする など



子供のお口ぼかんや口呼吸に気づいたら!

- ▶習慣にならないように保護者から声をかけ口を閉じる自覚を促しましょう。
- ▶鼻づまりの機会が多い場合は、できる限り耳鼻咽喉科を受診し相談しましょう。
- ▶口の周りの筋肉を鍛えたり、鼻呼吸を練習するトレーニング法があります。学校歯科医やかかりつけの歯科医師に相談しましょう。



それって  
“口腔機能発達不全症”  
かも?!

～食事、会話、呼吸、笑顔の育成のために私たちができること～

口腔機能発達不全症のキャラクター  
じんくんとしたねちゃん



日学歯スクールキャラクター  
はるえる博士

口腔機能には、「食べる」、「呼吸する」、「話す」などがあり、日常生活において重要な役割を果たしています。乳幼児期、学童期は特に歯の生え変わりや顔の骨格の成長により著しく変化しますので、成長に合わせて口腔機能も発達していきます。しかし、**成長過程において、歯や口、鼻などの疾患や様々な習癖などが原因で、口腔機能の発達が遅れたり、正しい機能を獲得できないことがあります。**

このような状態を“**口腔機能発達不全症**”といいます。

「お口ぼかん」が見られたり、「食べ方」や「話し方」に不適切な状態が見られる場合には口腔機能発達不全症が疑われるかもしれません。  
口腔機能を健やかに育むためのポイントをお伝えします。



日学歯スクールキャラクター  
はびなすちゃん とはあまるくん

加齢による口腔機能の変化

口腔機能は乳幼児期から育まれ、成人期に至り、そして高齢期にかけて低下していきます。小児期に健康で正常な形態と十分な口腔機能を獲得することは、生涯にわたって健康な生活を送るための「生きる力」を育むことになり、そして、高齢期に口腔機能の著しい低下を予防することにもつながります。

