9月 保健だより

令和７年９月２日
国分寺中学校

歯や口のけがに気をつけて！

今月の保健目標　けがの予防に努めよう

中学校で発生しているけがのうち「歯・口」の後遺障害が残るけがは**全体の１３％**を占めています。歯の障害は食事や会話、顔の表情などに影響します。
（日本スポーツ振興センターHPより）

事例1：登校中

自転車で登校中、ふらついて転倒した際に塀に顔を強打し、前歯を負傷した。

事例2：バスケットボール

バスケットボール部の活動中、体育館でリバウンドしたボールを取りに行こうとした際、前に入ってきた他の生徒の後頭部と本生徒の顎が強く当たり、前歯を負傷した。

事例3：清掃中

日常の清掃中、雑巾がけの際に床の割れ目に雑巾がひっかかり、前歯を床にぶつけた。前歯を負傷した。

けがを防ぐために・・・

- ルールを守り、危険な行動はしない
- お互いに注意する
- 危険を予測して行動する
- 施設や用具の安全点検をして環境を整える
- けがをしたときは適切に手当てをする

小中一貫コーナー

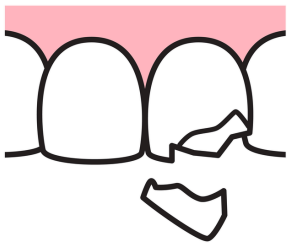
歯や口のけが救急処置

○×クイズ

①けがで大人の歯（永久歯）が抜けてしまった！
砂がたくさんついているからしっかり全体を洗います　（○・×）

②歯が折れてしまった！大きな「かけら」は拾います　（○・×）

歯が欠けた



- 神経が見えていればすぐに歯科医院へ
- 神経が出ていなければ慌てなくても大丈夫
- 大きな歯の「かけら」は探して歯科医院に持って行く。
（「かけら」は牛乳または保存液につけて）

歯が抜けた（脱臼）

完全に抜けていない時（不完全脱臼）

- 安静にして歯科医院へ

完全に歯が抜けている時（完全脱臼）

- 歯を探して、牛乳に入れて歯科医院へ
乾燥させないことが大切！

※歯の歯根膜の状態が重要になります。ごしごし歯を洗わないように。浸透圧が重要なので、水ではなく牛乳に入れて。

○×クイズこたえ　①×　②○