



湯野小学校 保健室



ひがし し か えいせい し
東 歯科衛生士
さんに

おし
教えてもらいました

2・3年生の時期は、乳歯(子どもの歯)から永久歯(大人の歯)へと多くの歯が生えかわる大切な時期です。
永久歯のむし歯予防に、東 歯科衛生士さんを学校にお招きして、歯みがきジョーズのポイントを教えてもらいました。

ポイント

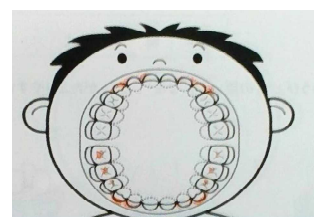
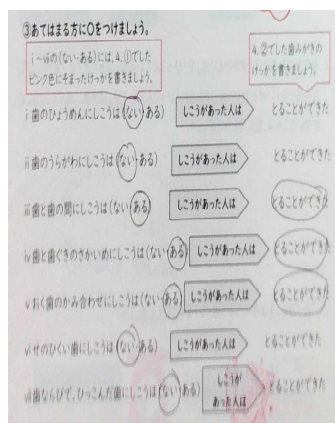
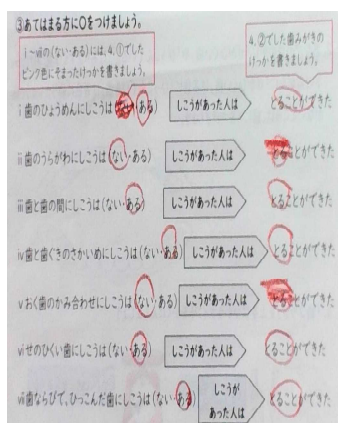
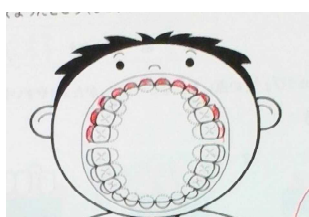
- ①えんぴつ持ちで歯ブラシを持つ → カの入れ過ぎにならず、歯みがきをするために
- ②歯ブラシの毛先で歯こうをとる → 鏡を見た時、毛先が広がって歯に当たっているのは×
- ③たてみがきはいろんなところ(前歯の表裏、歯と歯の間など)をきれいにみがける
- ④おく歯は横(ほっぺたの方)から歯ブラシを入れる
- ⑤歯みがきこはちょこっとつけて → つけすぎは、口の中がアワアワになってみがきにくい

2年生は、乳歯から永久歯に生えかわるまでのひみつを教えてもらい、はえかわり時期の歯みがきが、永久歯のむし歯予防にとって、とても大切なことだと知りました。それから、東さんの指導のもと、実際に歯みがきをしました。

2年生のふりかえりより: たてみがきを知れてよかった。歯みがきをしようと思った。

3年生は、歯こうがたまりやすい部位の歯のみがき方を東さんといっしょに練習をしました。そして宿題で、おうちのひとといっしょに歯こうの染め出しをして、学んだみがき方を使って、歯をきれいにしました。

3年生より



歯ならびや生えかわりの状態、みがき残しが多い所(歯みがきのくせと言えはよいのかな)は、一人一人にちがいがあります。だけど、自分のみがき残しが多い所や歯の状態を知り、□の中に書いてある歯みがきジョーズのポイントを使って歯みがきをすれば、みなさんも歯みがきジョーズになって、むし歯予防ができますよ。

春休みの歯みがきカレンダーのとりくみより

各学年の1日の歯みがき回数の平均は、1.8~2.1回でした。小学生時期は、歯のはえかわり時期で、生えてから2~4年間は、永久歯が最もむし歯になりやすい時期です。ですから、この時期の歯みがきはとくに大切です。食後に歯みがきをするが習慣化するように、まず給食後の歯みがきを全校児童で行っていきましょう。



夏の学校に
←たら妖怪たちが現れて
学校のみんなが
←たらになっちゃった!
それぞれの妖怪に合った
正しい生活攻撃で
復活しよう!

←たら妖怪を撃つワザ
正しい生活攻撃はどれかな
選んだ攻撃の数字を□に書いてね

- 1 ゲームは時間を決める
- 2 早寝
- 3 お手伝いをする
- 4 早起き
- 5 外で遊ぶ
- 6 朝ごはんを食べる
- 7 手を洗う
- 8 病院に行く

夜ふかし死神
夜ふかしばかりしている死神
とりつかれると...

A

朝寝ぼ牛鬼
朝寝坊する牛鬼
とりつかれると...

B

朝ごはんぬきジムナー
朝ごはんを食べないジムナー
とりつかれると...

C

手を洗わな一本
絶対に手を洗わない一本
とりつかれると...

D

お手伝いしな一反木綿
お手伝いを一切しない一反木綿
とりつかれると...

E

病気放ちようちんおばけ
病気でちも病気にいかないようちんおばけ
とりつかれると...

F

ぐるぐる首
一日中ぐるぐるしているぐる首
とりつかれると...

G

ずっとゲームむじな
一日中ゲームをしているムジナ
とりつかれると...

H

1-H-5-G-8-F-3-7-D-9-C-4-B-2-V-2727

～保護者のみなさまへ～

疾病等は時間の経過とともに進行することもあります。学校の健康診断は、スクリーニング検査です。ご家庭に検診結果のお知らせがありましたら、早期に医療機関を受診されますようお願いいたします。
なお、受診後は、結果(受診報告書)を学校まで提出していただきますようお願いいたします。

6/25 現在

検診内容	視 力	聴 力	耳鼻科	内 科	歯 科	<u>早期の受診をお願いします</u> 「むし歯疑い」の方は、むし歯の進行を防ぐために、「耳鼻科のお知らせ」がある方は、水泳学習で悪化を予防するために早期受診をお願いします。
受診必要者数	70	3	15	2	63	
受診済み者数	29	2	7		20	
未受診者数	41	1	8	2	43	