

ほっとなけんこう情報をしっかりつたえます

令和6年7月5日
臨時号
上沖小学校保健室
おうちの人とよみましょう
家庭数配付

ほっとなけんしつ

上沖小学校 歯と口の健康について考える衛生月間 特別号

歯と口の健康について考える衛生月間では、1・2・3・5・6年生が埼玉県立大学の学生さんより歯科保健指導をしていただき、4年生は全国はみがき大会へ参加しました。

はみがき大会の実習の動画ははみがき大会ホームページ【<https://www.lion-dent-health.or.jp/ldhevent/81kai/index.htm>】からも見るすることができます。

1年生



一番初めに生える大人の歯、『第一大臼歯』について勉強しました。正しい歯ブラシの持ち方・動かし方を教えてもらい、練習をしました。



2年生



むし歯になりやすいおやつや飲み物についてクイズで楽しく勉強しました。正しいはみがきの方法も練習しました。



3年生



大人の歯に生え変わっていく時期である3年生では、鏡をみながらじっくりと口の中を観察し、むし歯や歯肉炎について勉強しました。



4年生

教材を視聴しながらクイズを交えて、歯と口の健康について学びました。とても集中して取り組んでいました。

5年生

むし歯だけでなく、歯周病、口臭、咀嚼について学びました。写真を用いたクイズもあり、より広く歯と口の健康について理解を深めました。

6年生

歯肉炎予防に適したみがき方や歯の汚れを落とすのに適したみがき方など目的にあったみがき方を学習しました。また、咀嚼についてもより詳しく学びました。

「歯は全身の健康の原点」とも言われています。歯が健康だと、体も元気でいられます。この機会に、ご家庭でも歯ぐきの観察や正しい歯みがきについて実践し、家族ぐるみでセルフケアに取り組んでいただきたいと思います。

また、歯科健診の結果、治療や相談の必要がある場合は早めの受診をお願いします。受診が済みましたら、結果を保健室へお知らせください。

