



ほけんだより

～小田北生の健康と幸せを願う～

1年生ブラッシング指導報告号
2015年11月12日(木)
尼崎市立小田北中学校 保健室
養護教諭 永井 友樹

歯のお話 & ブラッシング指導をしていただきました♪



10/30(金)に、歯科校医の村内先生にむし歯予防の講演を、歯科衛生士の先生方にはブラッシング指導をしていただきました。各クラス、真剣に、楽しく取り組んでいましたね。約2週間がたちましたが、学んだことを忘れずに、歯みがきができていますか？



～村内先生より～

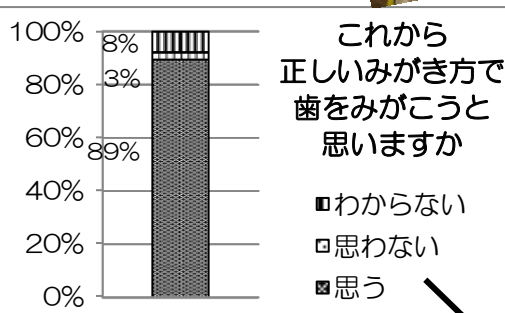
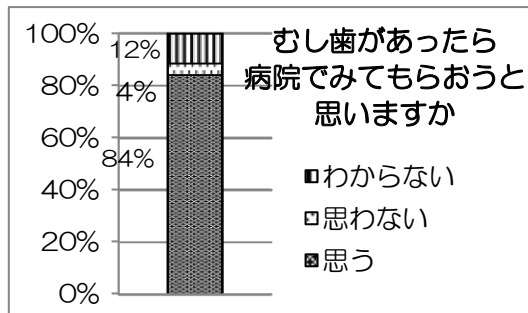
歯みがきは、正しいみがき方をすれば10分はかかります。
歯ブラシがしっかり当たっているかチェックしましょう



～歯科衛生士の先生方より～

みなさん楽しそうに、そして真剣に取り組んでくれて、こちら
も楽しかったです。昼食後に歯みがきをしていただけたけど、歯こ
うがついている人がとても多かったですね。

なんと1-3は歯ブラシ、手鏡忘れが0!! 最優秀賞です!



保健室調べによると、春
から今まで歯科で治療を
受けたのはたったの11
人! 受診しなければいけ
ない人はもっとたくさん
います。「病院に行かなく
ちゃ!」と思うのに、行っ

ていない。そこからむし歯が始まっているのですよ。しっかり受診しましょう。これから正しいみがき方で歯をみがく人、素晴らしい(^)。「わからない」人、自分の健康を守るのは自分だけです。自己管理ができる人になろう!

みなさんの感想



- ・いつもは5分ぐらいで歯みがきを終わっていたけれど、これからは10分ぐらいしようと思いました。(Aさん)
- ・細かく磨けばとれる!ということがわかって良かったです。(Bさん)
- ・歯には菌などたくさんあることがわかって怖かった。しっかり鏡を見てやろうと思った。真っ赤ではなかったけれど、溝の部分までしっかりやろうと思った。(Cさん)
- ・みんなで楽しくできた。いい体験になって楽しかったし、おもしろかった。(Dさん)
- ・正しい持ち方、みがき方がよくわかった。虫歯、歯に異常があったらすぐに歯医者に行かないといけないことがわかった。(Eさん)
- ・思っていたより赤くなっていくやしかった。正しいみがき方で、僕の大切な歯を守っていきたいです。(Fさん)



前日準備をする保健委員
当日もよく動いてくれまし
た! 本当に助かります!
しっかり者の8人です!

