

磨く

～Dental health 通信～



むし歯ゼロ、歯の衛生状態ベスト めざして治療率100%

5月21日に学校が再開して1ヶ月。生徒会保健委員会では今年度も引き続き「歯の健康に関する取り組み」に力を入れていきます！石田中の生徒みんなが「むし歯ゼロ、歯の衛生状態もベスト」な状態を目指して、歯磨きや、むし歯の治療に取り組んでいけるよう「歯の大切さ」を発信していきたいと思えます。

この「磨く」というタイトルには、給食後の「歯磨きタイム」にぜひ歯を磨いて欲しいという願いと、歯の健康に関心を持ち、自分の身体を大切にする行動が、「自分自身を磨く」とつながって欲しい」という願いを込めています。

「磨く」通信は不定期に、保健だより「今ここ通信」とは別に発行していく予定です。

「感染症予防と歯の健康」

～全学級で授業実施～

6～7月にかけて、歯科校医の長堂先生による授業を行っています。口の健康が心身の健康につながることや、自分の口の中をチェックし、歯磨きの仕方、歯ブラシの管理についても学んでいきます。

<感想より>2年2組 女子

口の中を清潔にすることは、感染症の予防にもつながることが分かった。将来歯を失う原因の半数は、歯周病が原因だと分かり、歯ぐきもしっかり磨こうと思った



ハブラシの管理に注意！！

以外と見落としがちなのが、「歯ブラシの管理」よく見ると、毛の根本が黒ずんでいたり（カビ発生）毛先が広がっていたり・・・以下のことに気を付けていこう！

- ① 使用後、歯ブラシはしっかり水洗いする
- ② タオルでしっかり、水気を拭き取る
- ③ 毎週金曜日には持ち帰り、丁寧に水洗い、乾燥機に入れる
- ④ 毎月1日は「歯ブラシの日」と設定し、新しい歯ブラシに取り替える日とする

歯ブラシの衛生面（管理）に十分気をつけながら、「歯磨きタイム」みんなで取り組んでいきましょう！