

給食後の歯みがきによる飛沫、ブクブクうがいとその水の吐き出しなどは、ウイルス感染のリスクがあるのではないかという声を聞きます。その一方で、感染症予防には日頃の「手洗い」「うがい」「口腔健康管理（歯みがきによる口腔衛生・口腔機能の向上・口腔ケアなど）」の励行が大切と言われており、リスクを低減しつつ給食後の歯みがきを行うことは大変重要で意義あることです。

日本学校歯科医会作成のチェックリストを、今般の新型コロナウイルスとともに生きていく“新しい生活様式”の下での、給食後の歯みがき実施のためにご活用いただき、安全に配慮しつつ円滑な実施にお役立てください。

## 歯みがき実施のためのチェックリスト

- ソーシャルディスタンスについて配慮工夫がされている
  - ◇ 児童・生徒間に必要な間隔がある
  - ◇ 密にならないために時間帯をずらして行う、など
- 室内の換気について配慮工夫がされている
  - ◇ 窓を開けるなどして換気をよくする
  - ◇ 家庭科室や理科室などの水栓がある教室の使用なども考える、など
- 学齢について配慮がされている
  - ◇ 低学年の児童を優先的にうがいさせる、など
- 歯みがき中の注意事項について周知されている
  - ◇ 歯みがき中に私語をしない
  - ◇ 歯みがきは、出来る限り上下唇を結んだ状態で行うようにする
  - ◇ 前歯の裏などをみがく時は、もう一方の手で覆うようにする
  - ◇ 手鏡を使用する場合は、歯みがきを確認しつつ鏡で口元を覆うようにする、など
- 歯みがき剤の使用について周知されている
  - ◇ 歯みがき剤を使用する場合は、うがいで飛沫が飛びにくくなるよう使用量を制限したり、使用中止したりする、など
- 洗口場が混まないように配慮工夫がされている
  - ◇ ゆずり合う気持ちを指導する
  - ◇ ソーシャルディスタンスを保ち並んで待つ、など
- 歯みがき後の飛び散りにくいうがいについて周知されている
  - ◇ ブクブクうがいはできる限り少ない量の水 10ml くらいで行うようにする
  - ◇ 水を吐き出すときは、できる限り低い位置からゆっくり吐き出すようにする
  - ◇ 一度コップに吐き出すなど工夫して行うようにする、など
- ブラッシング後の消毒について配慮工夫がされている
  - ◇ ブラッシング後は机や手鏡、洗口場を清掃消毒する、など
- 歯ブラシの管理（保管）方法について考えられている
  - ◇ 使用した歯ブラシは流水下でよく洗い、その後乾燥させて保管する、など

## 給食後の歯みがき実施のためのチェックリスト



- ソーシャルディスタンスについて配慮工夫がされている
    - ◇ 児童・生徒間に必要な間隔がある
    - ◇ 密にならないために時間帯をずらして行う、など
  
  - 室内の換気について配慮工夫がされている
    - ◇ 窓を開けるなどして換気をよくする
    - ◇ 家庭科室や理科室などの水栓がある教室の使用も考える、など
- 
- 学齢について配慮がされている
    - ◇ 低学年の児童を優先的にうがいさせる、など
  
  - 歯みがき中の注意事項について周知されている
    - ◇ 歯みがき中に私語をしない
    - ◇ 歯みがきは、出来る限り上下唇を結んだ状態で行うようにする
    - ◇ 前歯の裏などをみがく時は、もう一方の手で覆うようにする
    - ◇ 手鏡を使用する場合は、歯みがきを確認しつつ鏡で口元を覆うようにする、など
  
  - 歯みがき剤の使用について周知されている
    - ◇ 歯みがき剤を使用する場合は、ブクブクうがいで飛沫が飛びにくくなるよう使用量を制限したり、使用中止したりする、など
- 
- 洗口場が混まないように配慮工夫がされている
    - ◇ ゆずり合う気持ちを指導する
    - ◇ ソーシャルディスタンスを保ち並んで待つ、など
  
  - 歯みがき後の飛び散りにくいうがいについて周知されている
    - ◇ ブクブクうがいはできる限り少ない量の水 10ml くらいで行うようにする
    - ◇ 水を吐き出すときは、できる限り低い位置からゆっくり吐き出すようにする
    - ◇ 一度コップに吐き出すなど工夫して行うようにする、など
- 
- ブラッシング後の消毒について配慮工夫がされている
    - ◇ ブラッシング後は机や手鏡、洗口場を清掃消毒する、など
  
  - 歯ブラシの管理（保管）方法について考えられている
    - ◇ 使用した歯ブラシは流水下でよく洗い、その後乾燥させて保管する、など

