

健康は 食から 歯から 元気から

- 8020運動をすすめよう（80才になっても20本の歯を保とう）
- 一生自分の歯で食べよう
- 午後のスタート ハミガキから

【全国 歯と口の健康週間 平成25年6月4日～10日 推進標語より】

本校のむし歯予防活動として…

給食後、歯みがきをしています！

1. わらい

- ◎食後の「歯みがき」を習慣づけることで、『むし歯』を予防します。
- ◎歯科衛生の知識と態度を高めていきます。

2. 実施期間

- ◎年間通して給食後「歯みがきタイム」を実施します。
- ◎強化週間・・・1回目 6月 3～ 7日
2回目 11月11～15日



3. 内容

- ◎給食後「歯みがきタイム」の実施。
- ◎保健指導・保健学習の実施。
- ◎五十嵐歯科校医さんの協力の下、「秋の歯科検診」、4年生・・・「自分の歯並びにあった歯みがき」指導の授業を実施していただきます。
- ◎健康だよりの配布。

持ち物

歯ブラシ・(コップ) (各家庭で準備し、袋などに入れてください。)

- * 練り歯みがきは使用しません。
- * 必ず、全部に名前を書いてください。
- * 教室内ロッカー、机の中、机の脇など自分で保管します。
- * 歯ブラシは、1～2ヶ月ごとに新しいものに取り替えてください。



みがき方の重点

- *1本ずつ、ていねいにみがきましょう。
- *歯ブラシをたて・よこ自在につかみましょう。
- *サッサッサと歯ブラシの先を使ってみがきます。
- *食事の後、すぐにみがきます。
- *ねる前の歯みがきは、とても大切です。

歯と歯肉の間

歯のうら

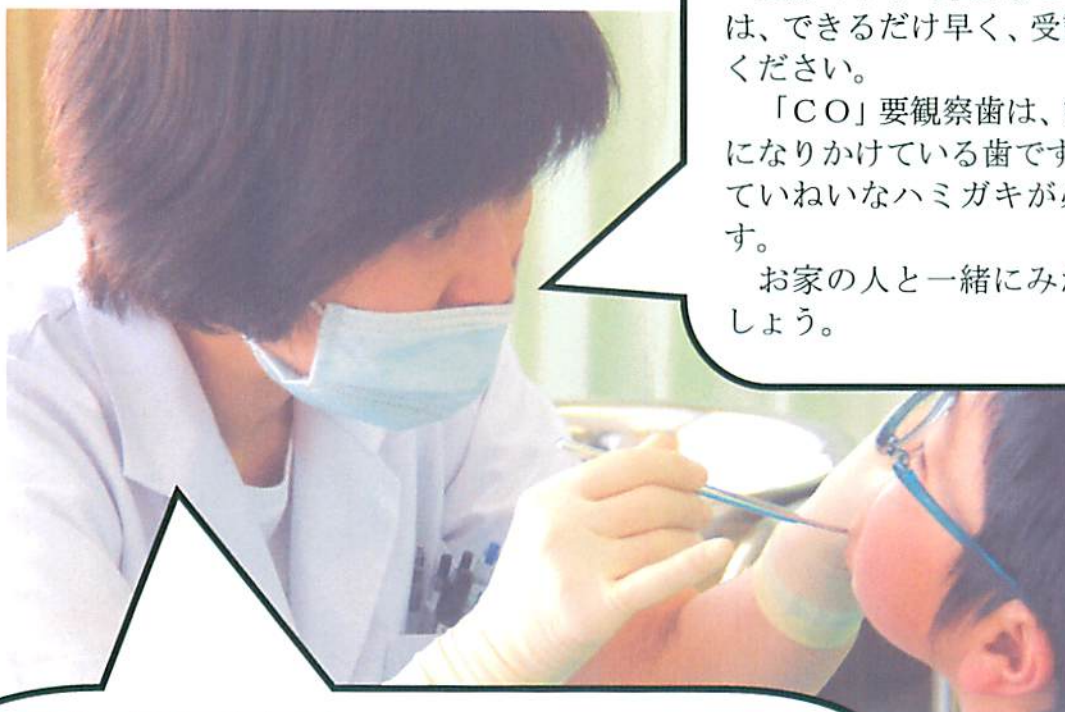
歯と歯の間

奥歯のみぞ

*低学年は、保護者の方が仕上げみがきを行ってください。

本校歯科校医 五十嵐郁子先生です。

今年度の歯科検診の様子です。



みなさん！こんにちは。
今回の歯科検診で、緑の紙
「受診のすすめ」をもらった人
は、できるだけ早く、受診して
ください。

「CO」要観察歯は、むし歯
になりかけている歯ですから、
ていねいなハミガキが必要で
す。

お家の人と一緒にみがきま
しょう。

4年生の児童のみなさん

6月21日(金)フリー参観日に、みなさんと一緒に
「むし歯の原因」と「自分の歯並びにあった歯の磨き方」
の授業をします。一生自分の歯でおいしく何でも食べら
れるように、歯を大事にしていきましょう。