

## ○1月20日（火） 【歯と口の健康教室を行いました！】

本日、学校歯科医の高松弘貴先生にご来校いただき、1年生を対象に「歯と口の健康教室」を行いました。1年生は、5月の歯科検診において、7割以上の生徒がむし歯も歯の汚れもない良好な状態でした。このきれいな状態をこれからも保っていくために、高松先生から、歯と口の働きや、むし歯や歯肉炎がどのようにして起こるのかについてお話をいただきました。

その後、実際に歯みがきを行い、ブラッシング指導を行っていただきました。指導では、動画を見ながら、歯ブラシの当て方のポイントを学び、手鏡で自分の歯を確認しながら丁寧に歯みがきをしました。歯の場所によって、歯ブラシの角度や動かし方を変えることで歯や歯肉にしっかりと歯ブラシが当たり、むし歯や歯肉炎の予防につながることを教えていただきました。

これから一生使っていく大切な歯です。毎日の歯みがきを大切にして、きれいな歯と口の健康を保っていきましょう。



### <生徒の感想から>

- むし歯になると、治療するのにたくさんの時間がかかることがわかったので、これからはより丁寧に歯みがきをしようと思いました。
- 今まで歯みがきを適当にしていたけど、一つ一つの歯に時間をかけて歯みがきをしようと思いました。
- 歯みがきは強い力でこすって磨くのではなく、優しい力で細かくみがくことが大切だとわかりました。
- 歯をそんなに大切だと思ったことはなかったけど、僕の歯は永久歯なので、これから70年くらい使っていく大切なものだとわかったので、しっかり歯みがきをしたいです。