



令和6年6月27日
 とよはしりつたにがわしょうがっこう 豊橋市立谷川小学校 保健室
 ほけんだより No.8

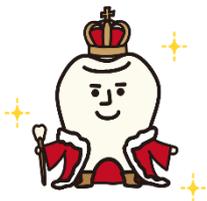
★ は 歯みがき がんばりました ★

5月27日～6月7日までの2週間、歯みがきがんばり週間がありました。給食後の歯みがきと、各学年に養護教諭から歯科指導を行いました。歯科指導の内容と児童のふりかえりを紹介します。



1年生

だい1大きゅうしのとくちょう



いち おお
一ばん大きい

ちから
かむ力が
いち
一ばん つよい

©2024年フイオン歯科衛生士研究会

- だい1大きゅうしはおうさまだけどみがきにくいということがわかった。
- だい1大きゅうしいつもみがけてなかったからこれからきれいにみがきたい。
- はぶらしはかるい力で小さくうごかすことをした。
- むしばになるのがいやだからずっとおくばをだいじにする。

1・2年生

かがみを見ながら自分の口の第1大臼歯（6歳臼歯）を探し、生えはじめの歯はむし歯になりやすいことや、歯みがきのポイントを勉強しました。

- だい1大きゅうしが生えたからもっとだい1大きゅうしをたいせつにしてむしばにならないようにしたい。
- おくのはがむしばになりやすいと思わなかったからこれからもかがみを見ておくばをまもりたい。
- まみ先生のはなしをきいてあらためてはをだいじにしようって思いました。

2年生



- かがみを見たら歯こうが歯と歯の間にたくさんのこっていたので、これから気をつけたいです。
- 歯みがきの3つのポイントをわすれず歯みがきをしたかと思いましたが。朝はみがけない日もあったけど、これからはみがけるようにしたいです。

3年生



- 口の中の細菌+砂糖=歯こうになって、歯こうが酸を作って酸が歯をとくという虫歯のでき方がわかった。
- 歯こうは流すだけではとれないということがわかった。
- 虫歯にならないために自分で歯みがきの工夫をしてちゃんと3分間みがきたいと思いました。

4年生

3・4年生

口の中にある細菌と食べかすが合わさってむし歯ができること、むし歯を予防するには、きれいに歯みがきをすることが大切だと勉強しました。



は 歯ぐきのサイン



色	ピンク	赤
形	三角	丸く厚い
硬さ	かたい	やわらかい
出血	ない	ある

© 財団法人ライオン歯科衛生研究所

5年生

- 10~14歳の子どものうち45.3%が歯肉炎になっていることを知りびっくりしました。虫歯や歯肉炎を防ぐためにしっかり歯みがきをして予防したいです。
- 歯肉炎になるとなならないと思ったけど歯みがきをがんばればなおることが分かった。

5・6年生

歯肉炎は小学生でもなる病気だということ、鏡を見ながら自分の歯ぐきの状態を確認し、歯垢を落とす歯みがきのポイントを勉強しました。

- 歯肉炎になっているかを確認したとき、「ぎくっ」としました。歯肉炎のサインが分かったので、意識していきたいです。
- 私はすべて歯が生えかわっているので、年をとっても健康でいられるように歯を大切にしたいです。

6年生