

歯科指導

6月7日(水)に歯科指導がありました。東北歯科専門学校の学生12名を講師に迎えての授業でした。

はじめは体育館で、アンパンマンとカバ男君、歯みがきマンが登場する劇を見ました。その中ではクイズが出ました。

- 1 どうしてカバオ君は歯が痛くなったのか。
A よく寝たから B お菓子を食べ過ぎたから
- 2 歯を強くする食べ物は A 魚 B バナナ
- 3 どちらの歯ブラシがよく磨ける歯ブラシか。
A まっすぐの歯ブラシ B ぼさぼさの歯ブラシ

というような問題でした。子どもたちは学生さんたちの話をよく聞き、考えながら手を挙げて回答していました。

劇の最後には、代表児童が歯ブラシを使って、カバオ君のむし菌菌を退治しました。楽しい劇とクイズでどうするとむし菌になりにくいかよくわかりました。

その後は、1・2年、3・4年、5年、6年に分かれての指導でした。

1・2年生は、歯に良い食べ物クイズをしたり、6歳臼歯についての話を聞いたりしました。絵を使って分かりやすく話してもらいました。その後、歯の染め出しをし、自分の歯のどこに磨き残しがあるか確認をしました。そして、赤くなったところをよくブラッシングし、歯をきれいにしました。



3・4年生の歯科指導は、はじめに清涼飲料の中にどのくらい糖分が入っているかという話を聞き、甘い飲み物はむし菌のリスクがあることを聞きました。また、10歳前後のこの時期は乳歯が抜け、永久歯が生えてくる**混合歯列期**という時期で、特にむし菌になりやすい時期なので、歯みがきがとても大切であるという話も聞きました。その後、歯の染め出しをし、自分の歯のどこに磨き残しがあるかタブレットを使って、確認をしました。そして、赤くなったところをよくブラッシングし、歯をきれいにしました。



5年生の歯科指導は、「歯肉炎」についての話でした。歯肉炎にならないためにも、歯みがきが大切で、さらに、歯と歯茎の間をまっすぐな歯ブラシを使って、歯みがきすることが大切だという話を聞きました。その後、歯の染め出しをし、赤くなったところをよくブラッシングし、歯をきれいにしました。



6年生の歯科指導は、むし歯にならない飲料水の摂り方として、甘いジュースはもちろん、スポーツドリンクにも多くの糖分が入っており、むし歯になるリスクがあるので、できれば無糖のお茶を飲んだ方がむし歯になりにくいという話を聞きました。その後、歯の染め出しをし、赤くなったところをよくブラッシングし、歯をきれいにしました。



歯科指導によって、歯みがきをしてもよく磨けていないところに気づくことができました。ぜひ、ご家庭でも、どこが赤かったかを聞いていただき、家での歯みがきの際に役立てていただければと思います。

芝生アートを行ってきました

1・2年生は、6月1日(木)に逢瀬公園に行き、芝生アートに挑戦してきました。芝生アートとは、芝生の花が咲くこの時期、花の部分を残したところときれいに刈り取ったところの色の違いで絵を描くというものです。描いたのはハートとホテルという文字でした。6人で協力し合って、無事刈り終わり、展望台に上がって自分たちが作った芝生アートを見てみることに…。「わー、すごーい。」「わー、きれい。」と歓声を上げていました。素敵な芝生アートが完成しました。

