

健康な体・心

令和元年11月8日
白川郷学園 保健室
No.10



本日、11月8日
「いい歯の日」より!

歯の健康を考えよう!

歯みがき、きちんとできていますか?前期課程の児童の給食後の歯みがきは、「①自分の席に座ってみがく、②歯みがきの音楽に合わせてみがく、③鏡を見て確認しながらみがく」ように徹底しています。それには、こんな理由があります。

①自分の席に座ってみがく

落ち着いて、丁寧にみがくようにするためです。また、歯ブラシを口にくわえたまま立っていたり歩いていたりとすると、ぶつかるなどして歯ブラシが喉の奥に当たる危険な事故が起こる可能性もあるためです。

②歯みがきの音楽に合わせてみがく

音楽には、みがく場所が順番に示されるため、歯全体にみがき残しがないようにみがくことができます。また、音楽は約4分間なので、じっくりみがく習慣をつけるためでもあります。

③鏡を見て確認しながらみがく

歯ブラシが歯に当たっているかどうかを鏡で確認するためです。奥歯の端や、歯と歯肉の境目など、細かな部分は鏡で見ながらみがくと、確実にみがけます。

【4年生】



4年生は、「歯みがきリーダー」にしたいくらい、いつも全員が丁寧にみがいています。



健康づくり委員の二人がお手本となったり、仲間の歯みがきを見届けながらみがいています。

前期課程の給食後の歯みがきには、このようなねらいがあります。後期課程ではある程度自主性に任せていますが、重要なことは「自分の健康のために、自分で考えて、自分で行動する」ことだと思っています。ある生徒と話していたら、「食べた後に歯みがきしないと、気になる、気持ちが悪い感じがする。」と話している子がいました。教育目標「ひとりだち」に向けて、人から言われて行うのではなく、自分で考えて自分の健康を守る行動ができることを期待しています。

11/25(月) 歯科健診のお知らせ



日時: 11月25日(月) 13:15~ 場所: 第1保健室(前期課程校舎の保健室)

順番: 9年生→7年生→6年生→5年生→3年生→1年生

*8年生は4時間目の歯科保健指導の中で健診を行います。

☆高山市の「成田歯科医院」から、学校歯科医の成田^{みつとし}光利先生が来てくださいます。自分から挨拶をしましょう。

☆朝と給食後の歯みがきを丁寧にしましょう。

◇保護者の方へ◇

①白川郷学園の歯科受診率（10月現在）・・・54%

保護者の皆様が、お忙しいにも関わらず、子どもたちの健康のことを考えて、働きかけてくださっていることに対して、ご理解とご協力をありがとうございます。子どもたちの歯の健康のために、歯科受診率が100%に近づくと良いと考えています。未受診の方は、お早めに受診をお願い致します。

②第2回視力検査の結果、**B(0.9)以下だった児童生徒には、「視力検査結果のお知らせ」**を配付します。**お早めに専門医への受診をお勧め**します。

なお、学校での検査はスクリーニング検査（集団の中から異常の有無をふるい分ける検査）であるため、専門医での検査の結果「異状なし」と診断されることもあります。ご了承ください。



歯科保健優良校審査より、 白川郷学園が「優良校」に選ばれました！

今年、10月2日に「岐阜県学校歯科保健優良校候補校実地審査」があり、4年生3名、5年生全員、6年生全員を対象に、歯の審査等を受けました。その結果、本校は歯科保健に積極的に取り組んでいる、歯の健康を守るために努力をしているということで、「優良校」に選ばれました。

歯並びや歯垢・歯肉の状態、むし歯の有無についての検査を受けました。



歯垢がどのくらい付着しているか、染め出しもしました。



最後に全員で歯みがきをして、歯みがきの仕方を見させていただきました。

前期課程の児童は、毎日の歯みがきについてもがんばって取り組んでいます。後期課程の生徒も、その姿をみたり、ぜひ声をかけてくださいね！