

は くち けんこう げんき みなもと

## 歯と口は 健康・元気の源だ

- 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26年6月4日～10日 推進標語より】

### 本校のよくなったところ

- ◎ 6年生の **DMF 指数**（一人平均むし歯経験本数）が、**0.9本**と、年々少なくなっている。
- ◎ **健全歯者**（全くむし歯になっ**けんぜんし**たことがない人）が **25%以上**と年々増加している。



### 本校のがんばるところ

- ★ むし歯の未処置者（むし歯がある人）が **35%の横ばい状態**である。
- ★ 治療の徹底を呼びかけているが、治療に行かないため、**ひどくなっている人**がいる。
- ★ 治療後、**新しくむし歯になる人**がいる。★ 高学年になるにつれ**歯肉炎が増える**。

### 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 4～10日 2回目 11月17～21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、①4年生・・・「自分の歯並びにあった歯みがき」指導の授業、②「秋の歯科検診」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

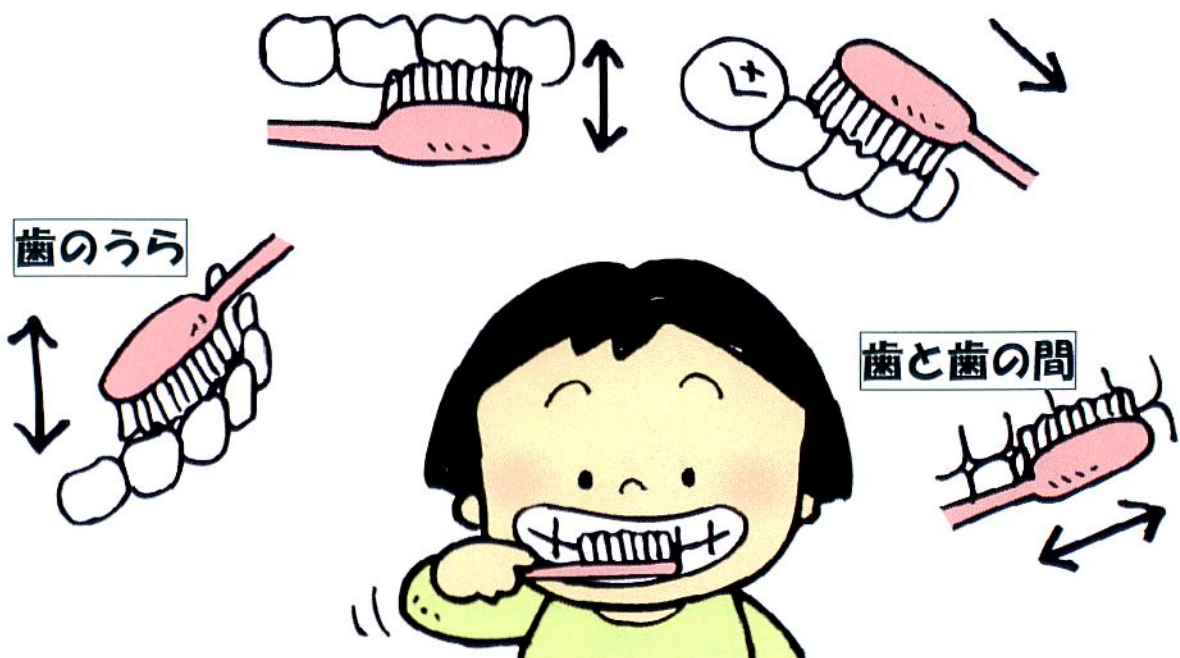
★指導するとき下記のことをお知らせください。

- \*1本ずつ、ていねいにみがきましょう。
- \*歯ブラシを自分の歯並びに合わせて、たて・よこ自在につかきましょう。
- \*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。
- \*低学年は、保護者から仕上げ磨きを行ってもらいましょう。

## みがき残しの多いところ

歯と歯肉の間

歯のみぞ



# 歯と口は 健康・元気の 源だ

- 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】