

ほけんだよい

令和8年6月15日
加治川中学校保健室
(1年生用)

お口の健康教室を実施しました

「歯と口の健康週間」に合わせて中学校では6月に歯科保健の取組を行っています。6月12日(金)1年生を対象に、市の歯科衛生士さんから「お口の健康教室」を実施していただきました。歯科衛生士さんから、「スポーツドリンクや野菜ジュースにも糖分が多く含まれているので飲み過ぎないようにしましょう。」「磨き残しが無いよう、磨く順番を意識して磨くように。」とアドバイスをいただきました。また、大人用歯ブラシを使っている生徒が数名いましたが、上の前歯2本分よりヘッドが小さく、毛先が短いものを選ぶと良いそうです。

糸ようじも配付していただきました。糸が消耗するまで洗ってくり返し使用できるそうです。お家での歯みがきで是非取り入れてみてください。口腔内の健康は全身の健康にもつながります。「食べたら磨く」を意識して、健康な身体をつくりましょう。



6月22日～26日は保健委員会の取組で昼休みの歯みがきチェックも実施します。ランチルームで全員で食べているため、昼休みはついそのまま体育館へ…と行きたくなりますが、その気持ちをぐっところえ、頑張って給食後の歯みがきをしましょう！

達成率が1番高かったクラスには、賞状と歯ブラシのプレゼントがあります。みんなで声を掛け合って1位を目指しましょう！