

ほけんだより

保健指導編 歯科衛生指導 令和4年11月

1年生は、11月10日、道徳の時間を使って、歯科衛生士さんによる歯科衛生指導を受けました。学校歯科医師会からは、歯ブラシ、学校からは、指導時に紹介されたフロスをみんなに配布しました。例年、歯科衛生指導時には、ブラッシング指導がありますので、いただいた歯ブラシを使用しながら学びますが、今年もコロナ禍ということで、ブラッシング指導の代わりに歯の〇×クイズをしてもらったりしながら、歯のことを学びました。また、最後には、キャリア教育ということで、歯科衛生士さんの仕事内容について教えてくださいました。

(指導内容)

- 1、むし歯と歯周病について
- 2、たばこが歯肉に及ぼす影響について
- 3、12歳白歯について
- 4、歯みがき指導(実践はなし)
- 5、歯の〇×クイズ
- 6、口腔内の様子
- 7、歯科衛生士とは



授業の感想

- 歯を一個ずつ丁寧に磨こうと思った。
- 歯のことがとても分かりやすく、おもしろかったです。
- 話を聞いてすごく分かっておもしろかったです。歯を磨きたいと思った。
- 歯のことがよく分かった。
- 歯の事をたくさん知れたし、これからは歯磨きを頑張ろうと思った。
- これからは歯を磨くとき、丁寧に磨こうと思った。
- 改めて歯やつば、口の中のものが大切だということがわかった。これからは歯磨きをしっかりと頑張る。
- 歯についていろいろ知れてよかった。
- とてもわかりやすかったです。歯肉炎や歯周炎のこともよくわかりました。ありがとうございました。
- 歯についていろんなことを知ってうれしかったです。
- 先生がすごくおもしろかったので、最後まで楽しくきけたので良かったです。
- 喫煙が歯周病を悪化させるなんて知らなくて驚いた。
- 自分はむし歯よりも歯周病、歯肉炎の方を気を付けるべきだと思った。歯と歯ぐきの間をしっかりと磨いて、

予防していきたいと思った。

- 歯の事が小学校のときよりもよくわかった。自分の歯をしっかり守っていくことが大切。
- 歯についていろいろ知れました。歯磨きがどれだけ大事かを知れました。これからは歯磨きをちゃんとしていきたいと思います。
- 小学生のときよりも、深いことが学べてよかった。
- 色々なことを知れてよかったし、しゃべり方とかも面白かった。
- 歯のことがよくわかったし、わかりやすくとても楽しかったです。これからは歯の磨き方やフロスの仕方についてつけていきたいです。
- 歯について考えることができてよかった。
- 歯のことや歯磨きのことがよく分かる授業でとても楽しい授業でもありました。教えてくれてありがとうございました。
- 口の中を大切にしたいと思った
- よくわかりました。興味を持てる授業でした。
- 僕はあまり歯をちゃんと磨かないので改めて歯の大切さを知れた。ありがとうございました。
- 歯のことをよく知れてよかった
- 歯のいろんなことが知れたので良かったです
- すごくためになりました
- めちゃくちゃ歯のことがいろいろわかった
- 歯のことがよくわかった
- 歯磨きを気を付けようと思った
- 歯はやっぱり大切にしないとイケない。
- いろいろな歯のことを知れた。毎日歯を磨いてきれいな歯を保つ。
- 歯のことがわかりました。
- 歯のことをたくさん知れたし、歯科衛生士さんの教え方が上手だった。
- 難しいと思っていたけど、意外と簡単で説明もとてもわかりやすかったです。



～歯科衛生士の福田さんより～

みんな落ち着いてしっかり話をきいてくれてありがとうございました。これからは、ご飯を食べる時には、何回ぐらいかんでいるかな？右、左でかんでいるかな？ということに意識してほしいなと思います。

生活習慣病でもある歯周病にならないように、今から意識をして歯磨きにとりくみ、食べる時の姿勢など気を付けてほしいなと思います。本日はありがとうございました。



★事後アンケートをとりました。

結果は以下のとおりになりました。特に、「3、たばこが歯肉に及ぼす影響について理解できた。」「4、正しい歯の磨き方や、フロスについて理解できた。」は「はい」が100%でした。衛生士さんが、「歯磨きとは、歯垢をおとすこと」とお話になっていましたので、そのことも含めてよく理解できたと思います。



★歯の○×クイズ

8番が一番間違いが多かったです。江戸時代に入れ歯は存在していたのですね。

★歯の○×クイズ

次のクイズで正しいと思うものには○を、間違(まちが)いだと思うものには×を書いて下さい。

- ① むし歯や歯周病は、遺伝(いでん)する。
- ② 歯肉炎は、大人だけの病気である。
- ③ 歯周病は、生活習慣病のひとつである。
- ④ 口の中にある唾液(つば)が少なくなるとむし歯や歯周病になりやすい。
- ⑤ 喫煙(きつえん)は、歯周病を悪化させる。
- ⑥ スポーツドリンクは、むし歯の原因にならない。
- ⑦ 歯には血管が通っている。
- ⑧ 徳川家康は、入れ歯を使っていた。
- ⑨ 宇宙飛行士は、むし歯があると宇宙に行けない。
- ⑩ マスクをつけているときは、口で呼吸する方がよい。



答え ①×②×③○④○⑤○⑥×⑦○⑧○⑨○⑩×