

自分の歯みがきを見直そう！

■9月24日（木）、二戸市健康福祉支援センターから歯科衛生士の高安早映様を講師にお迎えし、「歯みがき指導」を行いました。6月に実施した3年生に続き、今回は1年生を対象に行いました。

○歯と口の健康が生活習慣と深く関わっていることについて、分かりやすくお話しいただいたあと、染め出しを体験しました。生徒たちは、自分の歯みがきのクセや磨き残しなどの課題を確認しました。さらに、「歯肉炎を予防するためのケア」を目指し、歯ぐきの健康を守るためのデンタルフロスの正しい使い方についても丁寧にご指導いただき、実際に練習しました。

○今回の学びを生かし、毎日の歯みがきや歯ぐきのケアを大切にしながら、健康な歯と口を守っていくことを願っています。

