

歯みがき指導（3年生）

○6月26日（木）に、二戸市健康福祉支援センター
歯科衛生士の國分はな子氏、高安早映氏のお二方
を講師にお迎えし、3年生を対象にした歯みがき
指導を実施しました。

○歯と口の健康と生活習慣の関係について、詳し
くお話をしていただき、その後、染め出しをして
自分の歯みがきの特徴を知ることができました。

○また、歯肉炎ゼロを目指しての歯ぐきケアとし
てデンタルフロスの使い方についてもご指導いた
だきました。

□生徒の振り返りから（抜粋）

○思っている以上に磨けていないところがあったので、
鏡を見て磨いていきたいと思います。

○歯ブラシだけではなく、これからはデンタルフロス
も使って、歯をきれいにしていきたいと思います。
また、定期的に歯医者さんを受診しようと思いました。
○汚れがとれにくいところがあることを知ったので、
細かく左右に手を動かし磨いていきたいと思います。
フロスの大切さにも気づきました。

○大人になっても歯をきれいに保っていきたいです。

