

# 年長組で「歯磨き教室」を実施



～8020目指して、歯をみがく習慣をつけたいものです。～



6月19日(水)、本園遊戯室において、「歯磨き教室」を実施しました。この行事は、真岡市が歯科衛生士さんを幼稚園や保育所に派遣して年長さんを対象に行っているもので、「子どもの歯がいつまでも健康で丈夫に育つこと」を目的としています。実際の教室では、「歯の役割と大切さ、虫歯の影響、むし歯の予防など」について講話と歯磨きの練習を行います。

当日は、10時20分に「真岡市子ども家庭課に所属している歯科衛生士の篠崎さん」に来ていただき実施しました。

簡単なあいさつの後、篠崎さんによる講話が始まりました。ホワイトボードにかわいらしいイラストを張り付けながら説明するなど、分かりやすくそして飽きさせないような工夫がされていました。また、子どもたちに質問をして手を挙げさせるなど、参加型の教室でもありました。主な内容は次のようなものでした。



- ・歯の本数と、永久歯の大切さ
- ・歯をみがく理由とは……歯に付いたばい菌をやっつけるため、歯を強くするため。

- ・どんな食べ物を食べると身体によいのか……歯を健康にするためには体を健康にする必要があるということ。

(甘くて食べやすいお菓子を多く食べるより魚や野菜を多くとる事を心がけよう。)

- ・食後の歯磨きがなぜ大切か……特に夜寝る前の歯磨きは大切。口の中のばい菌は夜に増える。

最後に、歯ブラシの持ち方や磨き方の説明がありました。手が「こんにちは」をする形で歯ブラシを持つときは「下の歯や歯ぐき」を、

「さようなら」をする形で持つときは「上の歯や歯ぐき」を磨くのに適しているそうです。

その後子どもたちが実際に自分の歯ブラシを使って練習をしました。

さすが年長組さんです。ほぼ全員が「歯科衛生士さんの質問にも積極的に手を挙げたり答えたりする」など最後まで集中して参加していました。ご家庭でも「仕上げ磨き」などにより、正しい歯ブラシの使い方や磨き方を教えていただければと思います。

※【写真】(一番上・2段目)・歯科衛生士、篠崎さんの講話の様子。イラストなどで分かりやすい工夫が！子ども達の質問に手を挙げて積極的に答えています。

(3段目)大きく口を開けて、口の中の様子を確認しています。

(4段目以降)分かりやすい歯科衛生士さんの話を聞き、実際に歯ブラシを使って練習しました。前を向き、集中し

ている様子が伺えます。家でも毎日忘れずに磨いてネ！