

学校保健委員会 学年でのとくみ特集（報告）

1 年（担任の先生より）

めあて

- ・ 歯みがき教室で学習したように、給食の後も歯みがきをしっかりする。
- ・ 歯ブラシが広がっていないか、確認をする。



歯みがき教室で教わった
シャカシャカシャキーン！



放送委員会のクイズの
こたえをみんなで考えたよ。

ひじをつかないで
歯みがきをします！



先生もいっしょに
みがいています。



歯ブラシもバッチリ！
ひろがってないよ！



1年間をふりかえって

- ・ 歯みがきサンバの音楽がかかっている間は、ひじをつかないで、声を出さずに集中して歯みがきを行ってきました。最初は、細かく歯ブラシを動かすことが難しかったようですが、少しずつ丁寧にみがけるようになってきました。
- ・ みがく際には、歯ブラシをかまないように声をかけることにより、歯ブラシが長持ちするようになりました。毎回確認をすることにより、開いてきた際には、保護者に相談し、早めに交換をすることができました。

2年（担任の先生より）

めあて

- 6才臼歯が出てくる時期なので、むし歯にならないように、歯科保健教室で学習したように歯みがきをする。
- 集中して、真剣にみがくようにする。
- 歯ブラシの広がりにも注意してみがく。



みんなでしっかり
みがこうね。



6才臼歯も鏡で確認するよ。



歯ブラシを上手に使おうね。



歯ブラシは大丈夫かな？



みがいた後のうがいも
しっかりね！



鏡を上手に使います！



歯みがきに夢中です。



前歯もしっかり
みがきます！



奥歯までよく見えるね。

1年間をふりかえって

鏡を見ながらみがくと、歯の裏側や奥歯まで見えるので、集中して歯みがきにすることができました。さらに、奥歯の6才臼歯の存在を意識してしっかりみがくようになりました。歯みがきカレンダーの実施結果を見ると、6月よりも11月は1日3回みがいた児童が増え、歯みがきの習慣がついてきました。

3年（担任の先生より）

めあて

- 歯みがきカレンダーのめあては、みがき方のめあてを立ててしっかりと取り組む。
- 鏡を見ながら1本1本ていねいにみがく。



鏡を見ながらしっかりと歯の裏側やすきまも意識してみがきます。



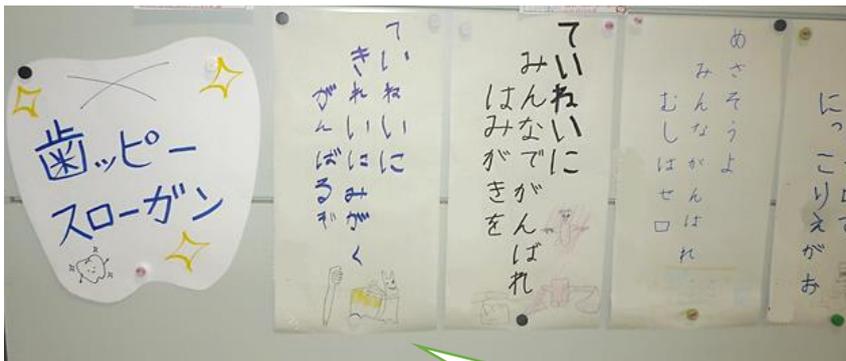
みんなで一緒にシュッシュッ！！



今日の歯ッピースローガンは？



集中してみがいています。



1人1人が歯ッピースローガンを考えて、掲示しました。



歯ッピースローガンのようにがんばろう！

1年間をふりかえって

歯みがきカレンダーに、「歯のすきまをていねいに」「歯の裏側を」「歯ブラシをたてにを使って」などの具体的なめあてを自分で考えて書くことができるようになり、自分のめあてを意識しながらみがくことができるようになりました。給食後の歯みがきでも、鏡を見ながらみがくことはしっかりと定着してきました。また、歯ッピースローガン作りに積極的に取り組み、友達の書いたスローガンを黒板に貼って、毎日確認しながらみがくことができました。

4年（児童より）

めあて

- むし歯の人が多かったので、むし歯を減らし健康な歯になるように、お昼の歯みがきをまじめに行う。
- 鏡を見て、奥歯から順番にみがく。
- 日直が声をかけて、ぶくぶくうがいもていねいにする。
- 家でも朝夕きちんとみがく。



歯みがきの音楽OK♪



日直がお手本です。



みがいた後は、舌でさわって確認します。



鏡をしっかりと見て、ゴシゴシ、シュッシュ♡



奥歯から順番にみがきます。



鏡をみると、1本1本でいねいにみがけるね。



日直が前に出てみがいています



1本1本でいねいに。



みがき残しがないようにみがいています。

1年間をふりかえって

お昼の歯みがきをまじめに行うことができました。音楽係がCDの準備をして、日直が前に出て進行しました。また、日直は、みがき方のお手本になりました。歯みがきの仕方のカードを黒板に貼ったので、みんな奥歯から順番に正しくみがけるようになったと思います。

これからは、「早ね・早起き・朝ごはん」の約束に歯みがきもつけ加えて、よい生活習慣を守りたいです。

5年（児童より）

学年のめあて

- 1本1本意識して、手鏡を見ていないに歯をみがく。
※3回みがいた人は多いのに、むし歯になっている人が多い。
(6月の歯みがきカレンダーと歯科検診の結果から)



鏡を見ながら
真剣に歯みがき中！



みがき残しはないかな？



鏡を見ながらみがくと、むし歯
がないかもチェックできるね



歯がきれいだとすてきな
笑顔になるね。



きれいになったかな？



きれいな歯でにっこり
したいね！

11月	よくできた ・ できた ・ あまりできなかった ・ できなかった かんそう・はんせい 学校では、10月と同じように手鏡を使って、一本一本意識してみがいた。家では、朝時間かな鏡を使えなかったのせいで、手鏡を使わずに歯みがきをする日が多かった。
12月	よくできた ・ できた ・ あまりできなかった ・ できなかった かんそう・はんせい 10月や11月より、一本一本意識してみがいた。家でも鏡をみて一本一本意識してみがいた。

11月	よくできた ・ できた ・ あまりできなかった ・ できなかった かんそう・はんせい 歯みがきの時は必ず手鏡を見ておくことができたのでよかったです。2学期も手鏡を使うのでむし歯の歯にしたいです。
12月	よくできた ・ できた ・ あまりできなかった ・ できなかった かんそう・はんせい 手鏡を見れば一本一本きれいになってよかったです。歯がツルツルになりました。

毎月の反省をもとに、学校でも家庭でも1本1本の歯をていねいにみがくようになりました。

1年間をふりかえって

まず、歯みがきへの意識が高まりました。毎月の反省用紙に「奥歯をていねいに」や「きちんと前歯を」など部分を意識した言葉が多く出てきたことからわかります。さらに、歯みがきカレンダーの未提出者が6月の28%から、どんどん減り、11月には0%になりました。5年生になってから新しくむし歯になった人はいません。このことから、歯をよくみがくことは、むし歯予防につながるということがわかりました。

6年（児童より）

学年のめあて

- ・ 歯科保健教室で学習したように、歯ブラシを歯ぐきに当ててマッサージするみがき方や、1本を20回みがく方法を取り入れる。
- ・ 自分のよさを見つけるために鏡の前で笑顔チェックする。
- ・ 早寝早起きをして生活リズムを整える。



歯ぐきのマッサージをして歯周病も予防しよう！



歯ブラシが届きにくい奥歯もよく見てみがこう。



未来の自分にじょうぶな歯を届けよう！



自分の歯並びもよく見て上手にブラッシングできるかな？



食事のあとに歯みがきをする習慣を続けたいな。



これからも、ていねいなみがき方を続けます！



上手にみがけました！歯っピースマイル！



美しい歯がキラッと光る笑顔、ステキだね！



よい生活習慣のためには運動も大切！

1年間をふりかえって

めあてを達成するために、学校では、歯みがきの時は鏡を見て1本1本ていねいにみがき、口をゆすぐときに、鏡をみて笑顔チェックしてきました。そして、休み時間に校庭や体育館でおにごっこやドッジボールなどの適度な運動をしました。

家では、ジュース・おかしなどの甘い食べ物を食べ過ぎない。また、目覚ましをセットし、自分で早起きができるように努めてきました。

鏡を見ながらすみずみまで歯をみがいたり、笑顔チェックしたりするようになりました。そして、笑顔チェックすることで前向きになり、自分のよさを見つめられる人も増えました。

歯科保健教室で学習したマッサージを家で行うことで歯周病の予防につながったと思います。歯ぐきの色もピンクでひきしまってきました。