

## 北海道 根室市立厚床小学校



### 【歯と口の健康づくり目標】

- ◇自分の歯や口の健康状態を理解し、これからの健康を保持増進する態度や習慣を身に付ける。
- ◇むし歯や歯肉の病気予防に必要な歯のみがき方や望ましい食生活などを理解し、歯や口の健康を保つために必要な態度や習慣を身に付ける。
- ◇歯、口の健康づくりから自分自身のからだの健康づくりの意識を育てる。

### 歯科検診



歯科衛生士による  
個別指導



口腔内写真撮影  
5・6年生対象



中学2年生までの  
4年間、口腔内写真  
を撮り、中学3年生  
の時に写真を本人  
に渡しています。

### 日常の歯と口の健康づくり

- ☆毎日の給食後の歯みがき
- ☆フッ化物洗口
- ☆個別ブラッシング指導
- ☆ほけんだより、掲示物等  
で啓発活動



毎日の給食後の  
歯みがきは  
砂時計を使っ  
ています。



### 学校歯科医による歯科保健指導（年2回）

平成30年度

#### 【生活習慣指導】

- 1・2年生：「むし歯のできる原因を知る」「糖分の量を知る」
- 3・4年生：「糖分の量を知り、むし歯になりにくいおやつを考える」
- 5・6年生：「むし歯のできる原因、むし歯になりにくい生活習慣を考える」

#### 【口腔内清掃指導（染め出しと歯みがき指導）】

- 1・2年生：「下の第一大臼歯をみがこう」
- 3・4年生：「上下の第一大臼歯をみがこう」
- 5・6年生：「犬歯と第二大臼歯をみがこう」

\* 6年間を見通した「歯科保健プログラム」を歯科医とともに作成しています。



### 全国小学生歯みがき大会



5・6年生が参加しました。

歯肉の様子を  
観察したり、  
デンタルフロ  
スの使い方を  
学びました。

### 家庭との連携

- ☆歯科検診事前生活調査票の記入
- ☆夏休み・冬休み中の「はみがきカレンダー」
- ☆学校歯科医による保護者対象の講話
- ☆給食試食会の実施