

## 年長組で「歯磨き教室」を実施

6月26日(月)、遊戯室で「歯磨き教室」を実施しました。歯みがき教室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、「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っています。

簡単なあいさつの後、歯磨き教室が始まりました。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してくれました。



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……歯に着いたばい菌をやっつけたり、歯を強くしたりするため。
- どんな食べ物を食べると歯によいのか……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……口の中のばい菌は夜に増えるので、特に夜寝る前の歯磨きは大切。



最後に、歯ブラシの持ち方や磨き方の説明があり、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。



今回の歯みがき教室で学んだ正しい歯ブラシの使い方や磨き方で、歯がいつまでも健康で丈夫に育つといいですね。