

『歯の衛生講話-2年生』風景

令和元年6月28日

【歯の衛生講話－講師:中島弘幸先生】

2年生を対象に学校歯科医の中島先生を講師にお迎えし、『歯の衛生講話』が実施され、むし歯と歯周病の予防するために「歯磨きの大切さ」「噛むことの大切さ」等について丁寧に教えていただきました。



講話の中であった歯肉炎がとても気になりました。歯の中の病気はむし歯などだけではなく、歯ぐきなどにも病気が起こってしまうと聞き、とても怖いと思いました。日頃の歯の磨き方で変わるんだなと自覚しました。ただ、普通に磨くのではなく、30回1本ずつ磨く事を教わったので、これから毎日歯磨きすることを心がけたいと思います。



口は命の入口!
歯は命の柱!
かむことは命の貯金!



私は今まで歯磨きをしてきましたが、大会の時など1日1.2回になってしまったり、1.2分で終わってしまうことが多くありました。でも、この講話を聴いて、歯磨きをすることの大切さ等多く学ぶことができました。歯についた汚れをそのままにしていると「むし歯」になったり、歯肉炎になり、それを放置していると悪化してしまうというのが印象に残っています。お菓子もただらだら食べじゃなくて、しっかり時間を決めて食べます。自分の歯と長く生きられるようにしたいです。



卑弥呼の歯が良いーぜ!
「噛む大切さの標語」

ひ＝肥満を防ぐ
み＝味覚の発達
こ＝言葉の発達
の＝脳の発達
は＝葉の病気を防ぐ
が＝ガンを防ぐ
い＝胃腸快調
ぜ＝全身の体力向上と全力投球!



話を聞いたり、動画を見たりしてとても感じるがありました。むし歯になると、歯が痛くなったり、僕たちが年を取った時に食べたいものが食べられなくなるという事が分かりました。歯磨きは、1か所30回するとおっしゃいました。それを守って歯磨きをすると、むし歯になる事はないので、しっかりできるように頑張りたいと思います。