

保健日より が ん ば

顔晴れ



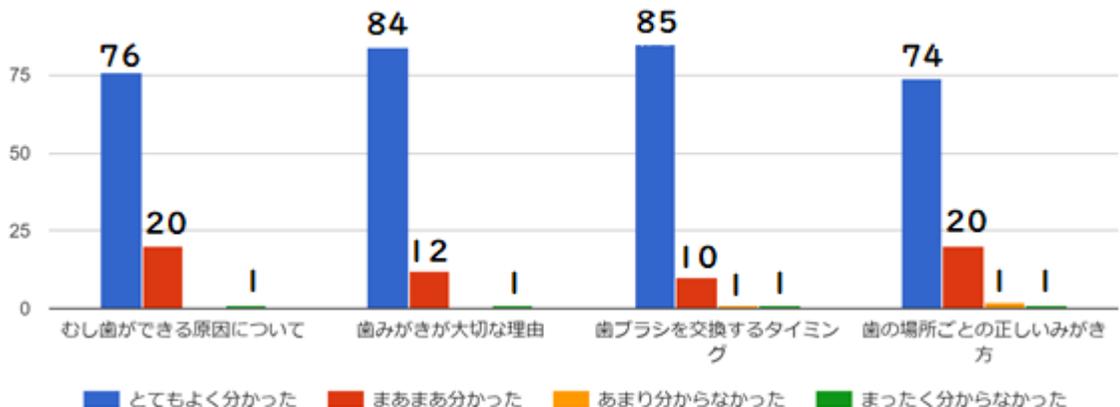
令和3年9月29日（水）発行 土浦第六中学校（小中一貫校）保健室

7年生特別号

歯みがきの授業を 一生懸命受けてくれてありがとう特集

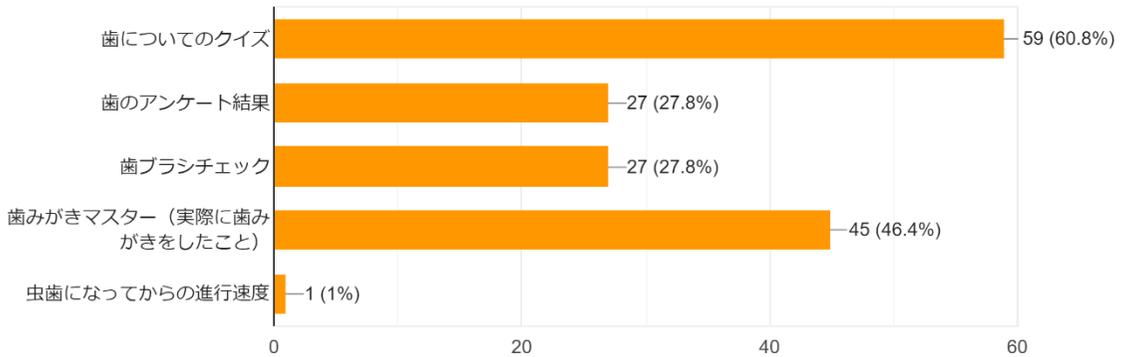
9月17日（金）に、7年生全体で歯みがきについての保健指導を行いました。歯に関するクイズから始まり、実際に歯をみがく練習をしました。本来は、オンライン上でみなさんの顔を見ながら授業を進めたかったのですが、回線の都合上難しく、カメラはOFFでの授業となりました。しかし、授業後にみなさんに回答してもらった振り返りシートからは、一人一人が一生懸命授業に取り組んでくれたことが伝わってきて、とてもうれしく思いました。本当にありがとうございました。感謝の気持ちを込めて、振り返りシートに記入してくれた感想や、アンケートの結果をお知らせしたいと思います。ぜひ読んでみてください(*_*)

今日の授業で歯の健康についてどのくらい分かりましたか？



むし歯ができる原因、歯みがきが大切な理由、歯ブラシ交換のタイミング、歯の正しいみがき方について、多くの人が「とてもよく分かった」と答えてくれました。どれも大切な内容なので、みなさんが真剣に授業に取り組んでくれたのだと分かってとてもうれしかったです。

今日の授業で印象に残っていることは何ですか？



歯についてのクイズが印象深かったようです。授業では、チャットで回答をしてもらいました。その中でも、クイズの正解に対して驚きの声があがっている問題が多かったです。また、実際に歯をみがく活動も楽しんでくれた人が多かったようでした。

授業の感想、今後の生活で活かしたいこと

- ◆ よくお昼のときは歯みがきを忘れてしまうのですが、今日の授業で歯みがきの仕方、歯みがきするとき大事なことがよく分かったので、お昼だからいいのではなく、きちんと朝、昼、晩と歯みがきをしようと思います。
- ◆ 歯の正しいみがき方で普段からやっていることもあったけど、やっていないこともあったので、それも毎日やれるようにしていきたい。
- ◆ いつも3ヶ月くらいたってから歯ブラシを替えていたので、これからはこまめに確認して交換する！
- ◆ この前私も歯医者に行ったとき、奥歯をよくみがいてと言われたことがあって、奥歯をみがくのって難しいなと思っていたので、今日の授業で、奥歯のみがき方をていねいに教えてもらってうれしかったです。歯のみがき方について気をつけてみがいてみようと思います。
- ◆ 歯ブラシについてのクイズがとても楽しかったです！あと、食後に歯みがきを忘れていていなかったもので、口の中がスッキリしました（笑）
- ◆ いつもあまり毛先とかを意識していなかったから、これから意識していこうと思いました。
- ◆ 一番怖いと思ったのはむし歯の進行速度です。私は歯を抜いたことがないのですが、神経までむし歯菌に溶かされてしまうと、とても怖いなと思いました。
- ◆ 歯みがきの大切さがよく分かりました。また、歯をきちんとみがかないといけないということが分かったので、歯を細かくていねいにみがこうと思いました。

たくさんの感想をありがとうございました！

みなさんが授業を受けて、それぞれ感じてくれたことを伝えてくれてうれしかったです。これから歯をみがくときに、授業で分かったことを思い出しながら、みがいてみてくださいね♪

