

歯科指導の様子

田村市立船引中学校

ねらい

- 歯・口の健康課題の発見とその解決に主体的に取り組み、実践することができる。
- 生涯を通じた歯・口の健康づくりの大切さに気づくことができる。

内容

- 歯や口の健康についての正しい知識を身につける。
- 自分の歯にあった歯みがきの方法を身につける。
- むし歯予防であるイエテボリ法の歯みがきの方法を理解する。
- 歯垢染色剤を使用して、今までの歯みがき状態を確認する。
- アンケートを実施しながら、今までの歯や口の健康生活を振り返る。
- 定期健康診断の結果、むし歯の治療が必要であり、まだ治療を進めていない生徒には、早期の治療を勧める。



養護教諭による正しい知識の説明



染め出しを使って歯の汚れチェック



歯肉もしっかり確認してます！





歯みがきの方法を工夫しています！



むし歯予防の歯みがき「イエテポリ法」

むし歯予防の歯みがきの仕方 イエテポリ法

- 1 フッ素入りハミガキ粉を2cmくらいつける
歯ブラシは力が入りすぎない範囲持ちで
- 2 歯に対して45°の角度で細かく前後に磨く
ゴシゴシではなく、斜めにコチョコチョみがく
- 3 フッ素を口に残すためゆすぎは1回だけ
約10mlの水で（ペットボトル蓋1杯分）クチュクチュと30秒間ゆすぐ
- 4 フッ素の効果を持続させるため2時間飲食を控える

「イエテポリ法」の歯みがき むし歯予防に努めましょう！



これからうがいをします！



イエテポリ法で歯みがきです



養護教諭による歯の保健指導は正しい知識を学ぶとともに、自分の歯の状況を知り、自分の歯の健康を保つための行動を身につけることができた。

