



# はみがきマン通信



発行  
内牧小学校



歯・口の健康づくり推進委員会  
令和2年(2020年)  
9月18日(金)第20号



## 歯・口の健康づくりの授業



4年生は、「かむことの大切さ」について学習しました。授業では、「なぜ、よくかんで食べることができないのか」について、みんなで考えました。先生が給食の様子をビデオで撮り、かむ回数をカウントした資料では実際の噛む回数を数値で確



認し、硬いものを食べるときはかむ回数が増えていることがわかりました。よくかんで食べることのメリットを学び、かむことについての行動目標を決めました。



### かむってすごいよ！あいうえお

- あ** : あごが強くじょうぶになる。
- い** : いつもじょうぶできれいな歯
- う** : 運動でのうも体も元気いっぱい
- え** : 栄養になり体も元気
- お** : おなかいっぱいたべすぎふせぐ



## 夏休みに歯みがきカレンダーに取り組みました。

歯みがきをすると、ポイントがつき、ポイントに応じて、5種類のごほうびシールがもらえます。今回は93名(31.5%)が金賞でした。

★歯みがきをしたら、コップに色を塗りましょう！  
(家にあるシールやスタンプ等でもよいです。)

日付	あ	ひ	る	よ	る	一日の合計ポイント	日付	あ	ひ	る	よ	る	一日の合計ポイント
8/8 (土)	1	2	2	1	1	4	8/10 (土)	2	2	1	1	1	2
8/9 (日)	3	3	1	1	1	5	8/16 (日)	2	2	2	1	1	5
8/10 (月)	1	1	1	1	1	2	8/17 (月)	2	2	2	2	2	8
8/11 (火)	1	1	1	1	1	3	8/18 (火)	2	2	2	1	1	3
8/12 (水)	1	1	1	1	1	3	8/19 (水)	2	2	2	1	1	3
8/13 (木)	2	2	1	1	1	4	8/20 (木)	2	2	2	1	1	3
8/14 (金)	2	2	1	1	1	2	8/21 (金)	2	2	2	1	1	3

歯みがきをしたらポイントがもらえます。14日間の合計を計算してしにかきましよう。

【おうちのかたから】  
お褒めいただきありがとうございます。歯磨きを頑張らして(お母様は、お父様は、お兄ちゃん、お姉ちゃん)お褒めいただきありがとうございます。歯磨きを頑張らして(お母様は、お父様は、お兄ちゃん、お姉ちゃん)お褒めいただきありがとうございます。

【おうちのかたから】  
お褒めいただきありがとうございます。歯磨きを頑張らして(お母様は、お父様は、お兄ちゃん、お姉ちゃん)お褒めいただきありがとうございます。

合計ポイント **45**

金賞

た。お家の方のコメントからも頑張っている様子が伝わってきました。学校全体の平均は34ポイントで、銀賞でした。

## GoTo 歯医者さん!

### むし歯の治療を早く、すませましょう。

歯科健診が終了し、治療の必要なむし歯のある児童が163名(51.3%)いました。永久歯に生え替わる大事な時期です。治療を早くすませましよう!



