



歯と口腔の健康づくりを推進するため、河北小学校3年生が、むし歯予防に取り組んでいます。  
令和7年度は、令和6年度の目標に「よく噛んで食べる」を追加して進めています。

※令和6年度の目標:①歯みがき・デンタルフロスの習慣を身につける②おやつや飲み物について知る③かかりつけ歯科医をつくる

令和7年度

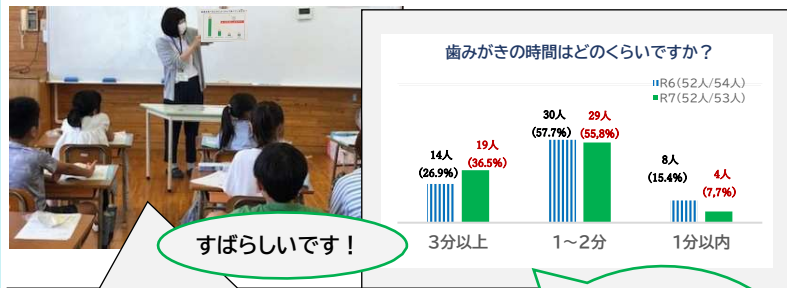
## 歯科保健教育1回目



～知らなきゃそんする 歯のはなし～(令和7年6月17日 参観日)

### ① アンケート結果を児童のみなさんに報告

- ・歯みがきを3分以上する人が令和6年度より1割増加。
- ・3年生の7割の人が『給食をよく噛んで食べている』と回答。

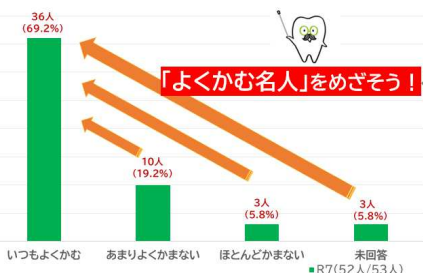


すばらしいです！

給食を食べるときによくかんで食べていますか？

令和6年度の歯科保健教育で、1つの歯を3つに分けて丁寧にみがくことを学習しました。

令和7年度は、よく噛んで食べる児童が増えるよう、歯科保健教育等に取り組めます。



### ② 学校歯科医による講話

《～知らなきゃそんする 歯のはなし～》

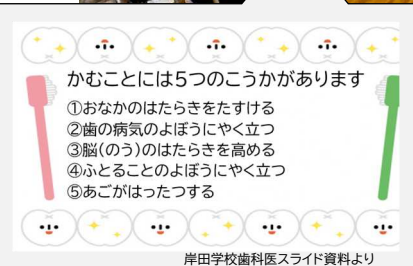
○噛むことの5つの効果について

○唾液の働きについて

○やわらかいものばかり食べると困ったことが・・・



よく噛む合言葉は「みんなで噛もう 1. 2. 3」



### ④ まとめ（約束）



- ・噛むことの5つの効果について確認しました
  - ・2回目歯科保健教育でもRDテストを行うことを伝えました。
- ※次回、RDテストの結果が良くなるために、令和6年度の歯科保健教育で学習した歯みがきで大事なこと及びデンタルフロスの使用について確認しました。

⇒児童は、「歯みがき・よくかむ名人」を目指して取り組んでいます。

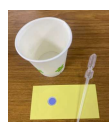
### 児童の感想



ぼくは、つば(だえき)のことを知りました。つば(だえき)は、いろいろなことに役に立つことを知って、かむことを大事にしようと思いました。



RDテストは、一番いい青じゃなくて、むらさきだったので、これからは今までよりもっといい青にはみがきをやりたいと思いました。



- ・児童及び検査を希望された保護者のみなさんで、RD(アールディーテスト)を行いました。

※唾液をスポイトでとり、RDテストディスクに1滴落とし、15分後に結果がわかる簡単な検査です。

※RDテスト・・・唾液中のむし歯菌(ストレプトコッカス・ミュータンス、ラクトバチラス等)の数によって色が変わり、お口の衛生状態を調べる検査。



判定結果を確認し、「歯みがきを頑張ります。」と決意表明をした児童がいました。



| 色判定 | 評価                                          |
|-----|---------------------------------------------|
| 青   | お口の中は今のところきれいです。これからも歯みがきを続けてきれいな状態を保ちましょう。 |
| 紫   | お口の中が汚れています。歯磨きをもう少しいいに行い、清潔にしましょう。         |
| 赤   | むし歯菌がたくさんいます。このままにしておくと歯の健康に影響がでます。         |