

## ～KEIAIミニ行事～

2022. 6. 彩都けいあい

6月4日の『虫歯予防デー』にちなみ、虫歯にならない為の正しい歯の磨き方や、自分の歯をどのように守れば良いのかということについて学びました。

今年度は全学年講堂で集会を行い、年中・年長組は歯に関するクイズや絵本の読み聞かせ、年少組は絵本の読み聞かせや歯型の大きな模型を使って歯みがきの方法を学びました。各学年ともに歯に興味を持ち、「はをみがきましょう」の曲に合わせ、指の歯ブラシで「シュッシュュッ♪」と歯みがきしたり、楽しく歯について学びました。

### 【年少組】



「はみがきれっしゃ しゅっぱつしんこう！」の絵本を読んだ子ども達は、はみがきれっしゃと一緒に「しゅっしゅっしゅっ」と指の歯ブラシで歯磨きの仕方を学んでいました。

また、実際に歯の模型を見ながら奥までしっかりと磨き忘れがない様にする事や正しいうがいの仕方を先生の見本を見て学びました。

給食後初めてのうがいは「ぐちゅぐちゅペーしたら、虫バイキンにチクってされないね」とうがいの大切さを理解し、進んで行っていた子ども達です。



### 【年中・年長組】



年中・年長組では、始めに歯についてのクイズを行いました。様々なクイズの中で特に盛り上がったのは、『鉄と歯はどちらの方が硬いでしょう？』という内容でした。歯の方が丈夫で硬いという答えに驚いており、大盛り上がりしていたことです。その後は、プロジェクターで「ななちゃんのはみがき」というお話を読みました。

ケーキを食べた後、ななちゃんの口の中に虫バイキンがやってきて菌を溶かそうとするが、歯ブラシ達から正しい歯の磨き方を教えてもらい、しっかりと予防するという物語りでした。

「こうかな？」と確認しながら最後まで夢中になって見ており、「家でやってみる！」と話していた子ども達です。

また、最後にうがいの仕方についても話しました。うがいをすることによって口の中の食べカスが残りにづらくなること、口に含んだ水はそっと出すことなど、自分の歯を大切にするという意識を持つことが出来ていました。



## <正しい歯の磨き方>

園ではまだ歯みがき指導が出来ませんので、お家での歯みがきの参考にして下さい。



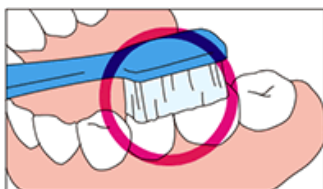
### 表側の歯

歯と歯ぐきの境目に歯ブラシを当て、歯肉をマッサージするイメージで2~3mm程度、小刻みに動かして磨きます。



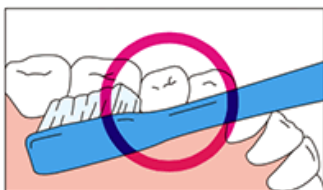
### 前歯の裏側

歯ブラシを縦に当てて、汚れをかき出すように磨きます。



### 奥歯

奥歯の咬み合わせ部分の溝は、歯ブラシが届きにくいので、歯垢が貯まりやすくなっています。小刻みに歯ブラシを動かし入念に歯垢を取り除きます。



### 奥歯の裏側

奥歯の裏側をみがく際は、歯ブラシを斜めに45°位傾けると届きやすくなります。