

「歯と口の健康週間 いい歯いきいき 上野動物園行事」に保健委員が参加しました。



「ハブラシリサイクルプログラム」

本校で回収したハブラシ約 100 本を「いい歯いきいき上野動物園行事」の LION ハブラシリサイクルプログラムに提出しました。

提出したハブラシは新しいプラスチック製品に生まれ変わります。身近なところから SDGs について考え、貢献できることを実感しました。ハブラシを定期的に交換するようになってから、歯磨きがしっかりとでき、歯の状態が良くなったという感想も頂きました。協力して下さった生徒、教職員、保護者の皆様、ありがとうございました。



「東京都歯科技工士会のマウスガードデジタル技工を知ろう」

マウスガードについて、歯科技工士さんからお話を伺いました。近年、スポーツ用のマウスガードや歯ぎしり防止のマウスピースは徐々に普及しているそうです。お話を伺って、歯科医院で自分にフィットしたものを作成することが大事だと学びました。歯科技工士という専門職についてもご紹介いただきました。スポーツ用マウスガードの普及に少しでも貢献したいと思いました。



「株式会社ロッテの噛む力チェック体験」

オーラルフレイル予防について学びました。(オーラル=口 フレイル=虚弱) 咀嚼チェックガムを噛んで、自分の噛む力をガムの色の変化で確認しました。人生 100 年時代に口の健康がいかに大切かということを経験して学びました。今後はしっかり噛むということを意識していきたいと思います。

歯と口の健康について学んだ後は、上野動物園の動物たちを見て、ほのぼののしてきました。

