

3年歯肉炎予防講座(令和5年12月13日)

12月13日(水)、3年生は歯肉炎予防講座「健康な歯肉のつくり方」を実施しました。講師に歯科衛生士 竹内伊澄様をお迎えし、「歯肉炎を予防する生活リズムや食習慣」、「口腔ケア(正しいブラッシング、デンタルフロスの使い方など)」、そして「卒業後の歯科保健」について話をいただきました。

口の健康を保つには「歯垢をきちんと落とすことが基本」「丁寧な歯磨きを心がけること」「歯科の定期健診を受けること」などが大切であることを学びました。また歯周病になりやすい危険因子や生活習慣を学び、最後にはデンタルフロスの使い方を実際に体験しました。

