



## 歯科保健講座

3月10日(水)に、歯科校医の寺坂先生をお招きし、口腔内の健康を保つことの大切さや正しい歯磨きの仕方などについてお話を聞きました。寺坂先生は「口は『生きる』入口であり、口は元気の源です。きれいな歯を保てるようにセルフケアをしっかりとしましょう。」とおっしゃっており、多くの生徒が「歯の磨き方を改めたい」と感想に書いていました。口腔内の健康は生涯の健康にも影響するそうなので、今日学んだことを忘れずに実践していきましょう!

### 生徒の感想紹介



- 8020(80歳で20本は歯を残すという意味)という言葉は初めて知った。80歳になっても元気で健康でたくさんおいしいものを食べられるように、日頃から丁寧に歯磨きをしていきたい。
- 今までは、お菓子類が一番虫歯になりやすいと思っていたけれど、ジュースなども虫歯の原因になりやすいと知ったので、日常生活で意識したい。
- 歯がきれいだと嬉しいし、笑顔ももっときれいに見えます。歯が健康なことで元気に生きられることも知りました。歯を大切にしていこうと思います。
- 「口呼吸をすることで歯並びに影響する」ということがとても衝撃的だった。今日教えていただいた適切な知識を活用し、歯に対してしっかりと向き合っていきたい。

## 卒業証書授与式

来週の3月19日(金)に、卒業証書授与式が行われます。コロナウイルス感染症対策で、1・2年生は式には参列できませんが、部活動や行事などでお世話になった3年生が、代々木中学校から羽ばたいていく姿を、校庭から感謝とお祝いの気持ちで見送らしましょう!

当日:1・2年生は校庭で見送り

○集合時刻 11:10~11:20 ○集合場所 【晴れの場合】校庭 【雨の場合】各教室

※卒業式は11時までです。集合時間前に来たり、大きな声で騒いだりしないようにしましょう!

○下校時刻 12:00

### 来週の予定

日	曜	行事予定・時間割						
15	月	生徒朝礼	学	②	③	④	⑤	⑥
16	火	まなび~	①	②	③	④	⑤	⑥
17	水	卒業証書授与式予行 ※②カット	①	③	学	④	道	
18	木	前日準備/まなび~ ※②③④カット	①	⑤	⑥	学	前日準備	
19	金	卒業証書授与式(1・2年生は見送り)	/	/	見送り	/	/	/

