

## 雙龍國小『餐後潔牙』實施辦法

一、依據健康促進計劃與訓導處工作計畫實施。

二、主旨：

1. 增進學童口腔保健知識，學習正確潔牙方法，養成良好口腔衛生習慣。
2. 藉由導師協助、學生的配合，進而推展至家庭社區。

三、對象：全校學生。

四、時間：每學期第一週開始，正式餐後潔牙登記，在教室操作，請導師幫忙指導。

五、用具：由學生自備牙刷、杯子、牙膏與鏡子（自行斟酌）。

六、實施目標：

1. 低年級：學習正確貝氏刷牙的知識，學習正確刷牙的技巧。
2. 低中高年級：正確使用貝氏刷牙法，確實養成良好刷牙技巧與習慣。

七、實施辦法：

(一) 事前準備：

1. 會議中對導師宣導並說明實施方式。
2. 一年級下學期統一安排口腔保健宣導，其他班利用晨間再次複習貝式刷牙法 VCD，讓師生認識刷牙及潔牙步驟及方法。
3. 朝會宣導實施正確刷牙的重要性與餐後應潔牙的習慣養成。
4. 夕會向老師宣導潔牙的重要性與協助監督指導。

(二) 實施細項

1. 於每天午餐後 12：25 請老師指導並要求學生每天餐後潔牙並且紀錄每月收回紀錄表備查。

(1) 器具：茶杯一個、牙刷一支，牙膏斟酌。

(2) 時間：每日餐後應做潔牙，本校規定最慢第二週一定要開始確實執行，每天中午 12：25~30 分，用完午餐後立即做潔牙工作。

(3) 方式：採乾式貝式刷牙法

步驟一：於午休前，全班集體坐在座位上，一杯裝滿八分滿的水。

步驟二：施行正確貝式刷牙法。

步驟三：清洗刷牙用具並正確擺放風乾。

2. 學期中不定期抽查各班實施率，作「量的監測」。

3. 學期中作牙菌斑顯示劑隨機抽查個人或班級，實際刷牙做「質的評量」。

4. 校護期末統計各班潔牙情形陳核上級督導。

(三) 舉辦口腔保健宣導及班級潔牙抽查，落實正確的口腔保健知識及正確潔牙技巧。

八、本實施辦法呈校長同意後每學期固定實施，修正亦同。

桃園市雙龍國小辦理「一、四學生健康健檢—口腔檢查」



學生健康檢查由牙醫師仔細檢查



張大嘴巴，檢查一下有沒有蛀牙

桃園市雙龍國小辦理「學生口腔保健教育」



導師播放影片教導正確的刷牙方式



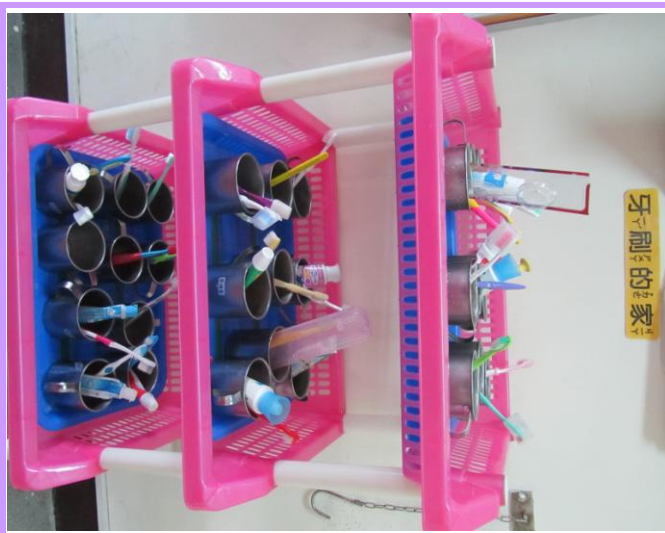
班級牙刷用具擺放整齊

# 桃園市雙龍國小辦理「午餐餐後潔牙」活動

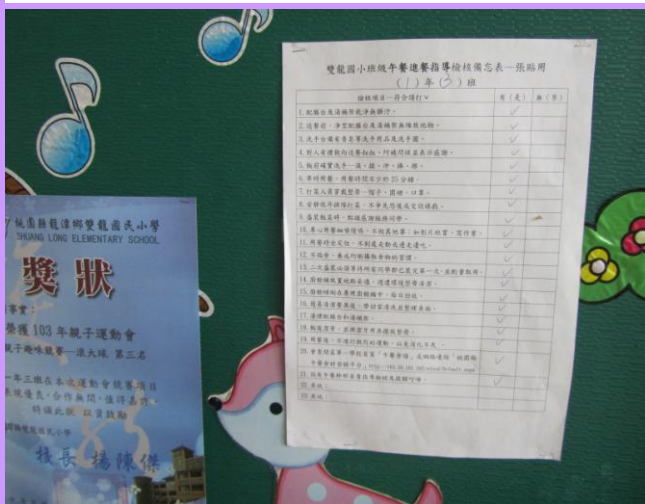
108. 9. ~109. 6 各班教室及陽台



每天含氟漱口對牙齒多一層保護



牙刷的家整齊擺放著同學的牙刷和牙杯



教室張貼「午餐進餐指導檢核備忘表」



餐後用專屬小牙杯含氟在口中漱漱口



同學陸續餐後進行潔牙注重牙齒衛生



教室黑板設置潔牙完成登錄表格