

單位：臺北市新和國民小學

地址：臺北市萬華區西藏路 125 巷 31 號

業務及新聞聯絡：學務處 趙民達主任 (02)2303-8298 轉 1300

【發稿日期：114 年 1 月 13 日】

【主題：臺北市新和國小督導式潔牙活動 提升學生口腔健康意識】

【臺北報導】為了提升學生的口腔健康意識並養成良好的刷牙習慣，臺北市新和國小在放寒假前，針對五年級學生進行了一場督導式潔牙宣導活動。此次活動由吳尉瑄護理師和李雅雯老師帶領，並邀請班級導師一同參與，與學生們共同學習正確的潔牙技巧。

吳尉瑄護理師表示：「潔牙是預防口腔疾病最有效的方法之一。很多孩子對口腔健康的重視還不夠，因此我們希望透過這樣的活動，不僅教導他們正確的刷牙方法，還能讓他們了解口腔健康的重要性，從小養成良好的刷牙習慣。」活動中，李雅雯老師也強調，刷牙不僅是日常生活中的一項習慣，還關係到整體的身體健康。她說：「我們希望能讓孩子們了解，飯後 5 分鐘刷牙不僅能有效清除牙菌斑，還能減少蛀牙和牙齦問題的發生。」她也親自示範了正確的潔牙方式，指導學生如何使用牙膏、牙刷和牙線。

學生們也踴躍參與這次活動，並在護理師和老師的指導下，進行了牙菌斑檢測，了解自己刷牙的效果。一位學生表示：「我學會了怎麼正確刷牙，還發現自己刷得不夠乾淨，回去一定要再多練習！」

活動的最後，學務處趙民達主任提醒學生，養成飯後 5 分鐘刷牙的習慣，對預防口腔疾病至關重要。他表示：「希望孩子們能將這個習慣延續到未來的每一天，讓每個孩子都能擁有健康亮麗的笑容。」

此次督導式潔牙活動，無疑讓學生們受益匪淺。臺北市新和國小也呼籲家長和教師共同關注孩子的口腔健康，並提供更多支持和指導，讓學生們從小養成正確的口腔衛生習慣，遠離口腔疾病。