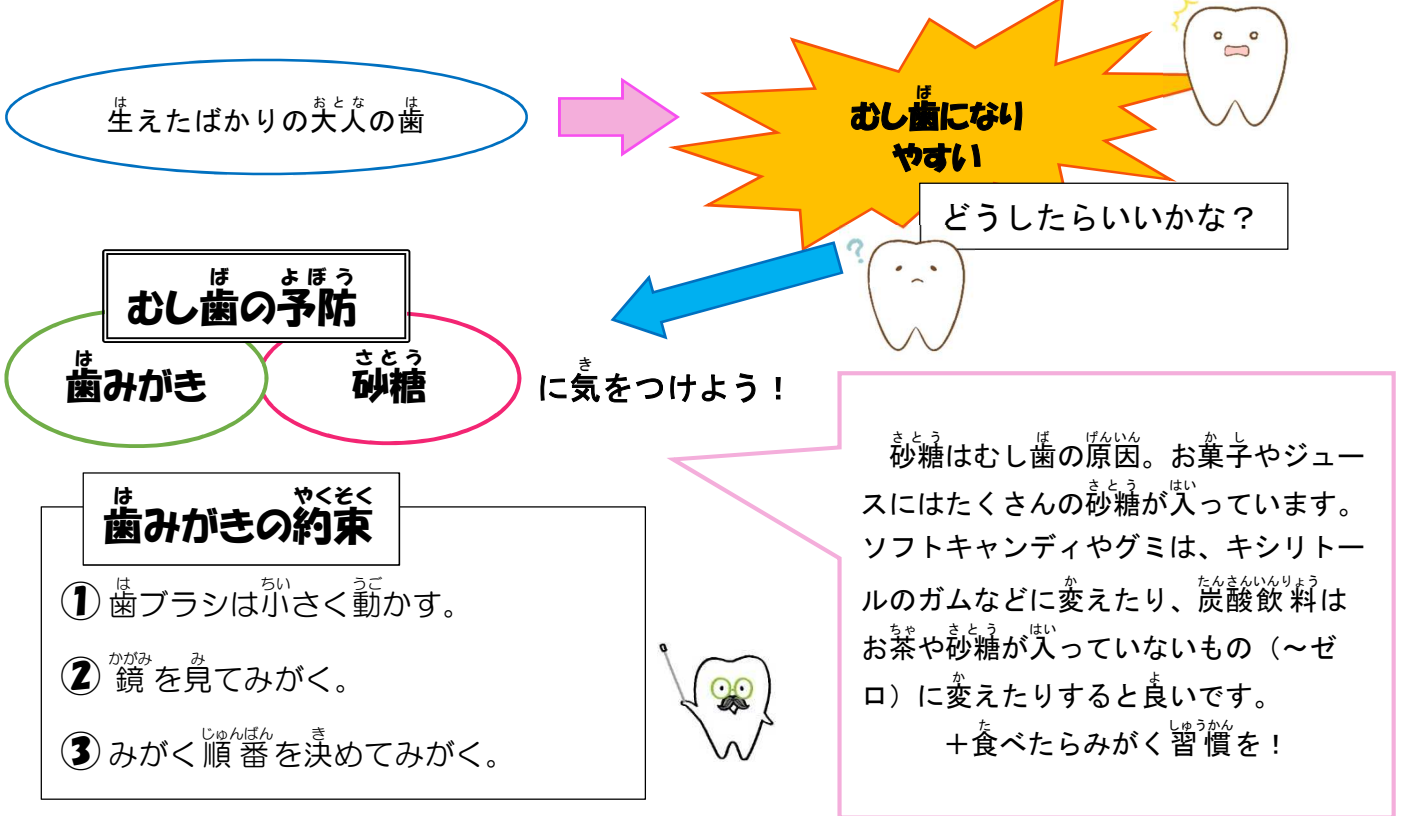




1・2年生が歯みがきの勉強をしました！

歯科衛生士さんから、むし歯のこと、歯みがきの方法について教えてもらいました。



- ・ 6歳臼歯は背が低くてみがきにくい。→むし歯になりやすい。
⇒「えっへん」といばっている王様のように、肘をあげて横からみがこう。
- ・ 前歯の裏側は、歯ブラシの「かかと」を使ってかきだすようにみがく。
- ・ 歯と歯ぐきの境目までしっかりみがく。
- ・ 歯についた汚れの中には、むし歯菌がたくさんいる！（むし歯菌は夜増える）
⇒歯みがきをして汚れを落とす。一日3回、特に夜の歯みがきをしっかりと！



今生えてきた大人の歯は、一生使う。もう生えかわらない。今から大切にみがいていこう。

お家の方へ

- ・仕上げみがきは、目安として3年生までは続けた方がよいと言われています。それ以上の学年のお子さんにも、きれいになったか確認、点検をたまにしてあげてください。
- ・歯ブラシの先が広がってしまっている歯ブラシでは、歯みがきをがんばってもきれいになりません。こまめな交換をお願いします。

じどう ようす かんそう
児童の様子・感想

これから、砂糖の入った食べ物を減らしたい。



きれいにみがかないと、夜にばい菌が増えちゃうことがわかった。

歯みがきは細かくすることがわかった。



いつもおかしを食べていたからこれから気をつけたい。

大人の歯って1回しか生えてこないってわかった。

むし歯になりやすい場所がわかった。



おやつやごはんの後は歯みがきをする。

これから順番を決めてみかく。

歯みがきって楽しいと思った。



いちにち 3回 歯みがきをする。

これから歯を大事にしたい。



夏休みは治療のチャンス



健康診断の結果、治療の必要があるというお知らせをもらった人は、夏休みを利用して、一度病院を受診して下さい。放置しておくともひどくなってしまうものもあります。早めに病院に行くようにしましょう。