

ほけんだより

H30.6.13
村岡小学校
保健室

歯科検診がおわりました。

- ◎むし歯が1本もなかった
- むし歯はあったけれど治りようしてあった
- ▲むし歯が見つかった

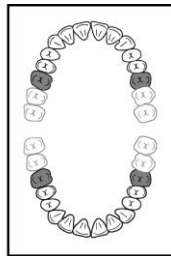


じぶんの歯のようすは、◎○▲のどれでしたか？
各クラスの様子は、保健室前に掲示してあります。
むし歯が見つかった人は、歯医者さんでなおしてもらいましょう。

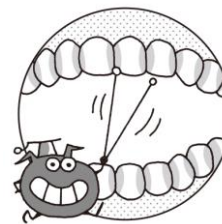
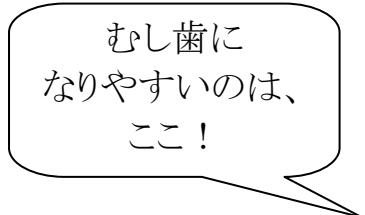
◆◆こんなところに気をつけてみがきましょう！◆◆

ねんせい だいいちだいきゅうし
1・2年生 第1大臼歯

(6さいきゅうし)



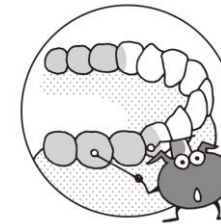
乳歯(こどもの歯)の奥にはえる永久歯(おとなの歯)です。生えてきたことに気がつかないことが多いので、むし歯になりやすい歯です。



歯と歯のあいだ



歯と歯ぐきの境目

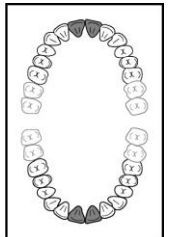


おく歯



歯ならびの悪いところ

ねんせい じょうげ まえば
3・4年生 上下の前歯



上下の前歯が生えかわるときです。生えたばかりのころは、まだ弱い歯です。



歯ブラシ選び



毛先が替わっていたら
ひろがって
えましよう

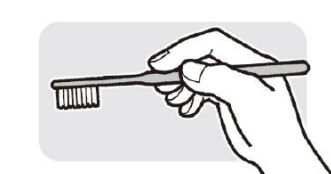
小さめの歯ブラシを選ぼう

歯みがき粉のつけ方



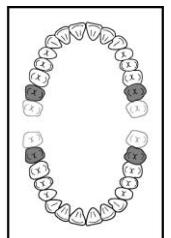
歯ブラシの
はんぶ
くらいでオッケー

歯ブラシの持ち方



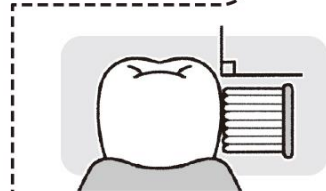
えんぴつを持つように
かるく

ねんせい だいにだいきゅうし
5・6年生 第2大臼歯



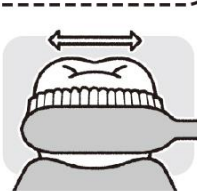
第1大臼歯の奥に生える歯です。最初は背が低いので歯ブラシがとどきにくいです。

毛先の当て方



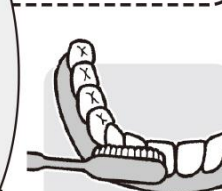
歯の面に
まっすぐあてます

動かし方



力を入れずに
こちょこちょと細かく

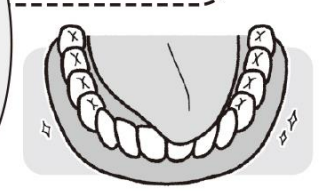
みがく時には



力が広がらないくらいの
1本1本ていねいに

101回が目安

みがき終わったら



ツルツルになったか
舌で確かめよう

※みがいたあとは、時々、おうちの人にチェックしてもらいましょう！