

すこやか

☆歯科検診のお知らせ☆



し かけんしん し
 ☆歯科検診のお知らせ☆
 にち 日 時：5月10日(水) 13:30~
 たい 対 象：全学年
 ば 場 所：保健室
 がっこう 学校 歯科 医：岡本俊樹先生(岡本歯科医院)

し かけんしん しら 歯科検診で調べること

- ①姿勢・顔・口の病気はないか。
- ②あごの動きや歯並びはどうか。
- ③歯肉の状態はどうか。
- ④むし歯はあるか。 など

し かけんしん じゅんび 歯科検診で準備すること

きゅうしょくご は
 ☆給食後は歯をていねいにみがきましょう。
 りんじ
 ※臨時ではみがきチェックをします。

はみがきチェック 初の全校パーフェクト

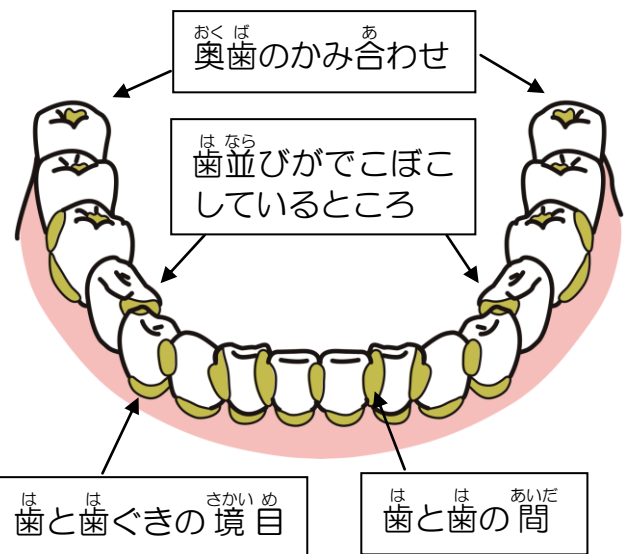
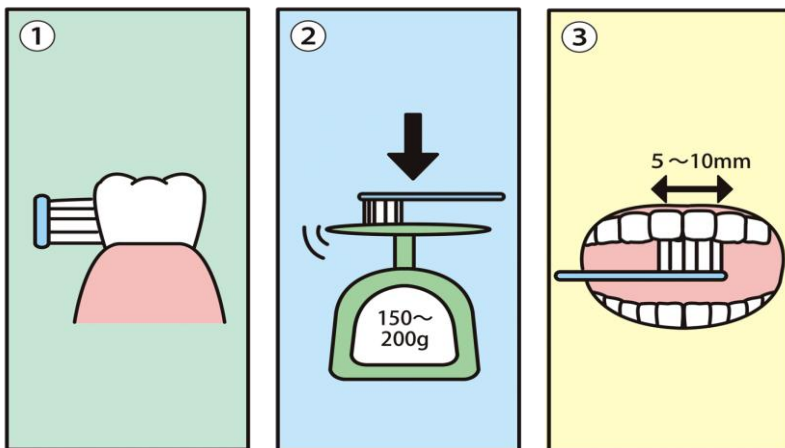


4月25日のはみがきチェックにおいて、今年度初めての全校パーフェクトになりました。全校パーフェクトになるように、保健委員会のみんなも一生懸命に声かけをしていました。すみずみまで丁寧に歯みがきをして、ピカピカの歯を目指しましょう。
 給食後だけでなく、寝る前のはみがきはむし歯予防のためにとっても大切です。また、朝ごはんのあとの歯みがきも忘れずにして、すてきな笑顔で元気にあいさつしてくださいね。



はみがきのポイント

みがき残しの多いところ



けきき は めん あてる
毛先を歯の面に当てる

かる ちから うごく
軽い力で動かす

こまかく うごく
こまかく動かす

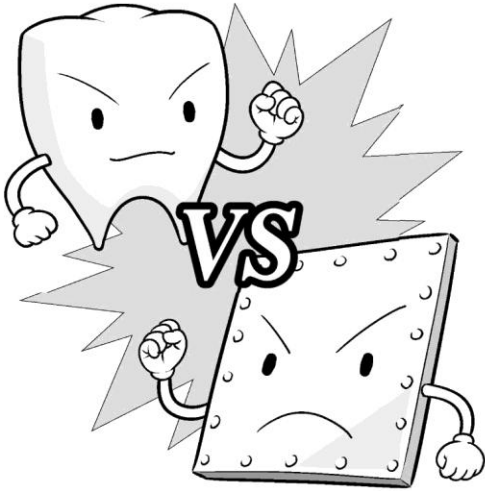
は は ぐき さかいめ
歯と歯ぐきの境目

は は あいだ
歯と歯の間

はみがきのポイントを守り、みがき残しの多いところも忘れずみがきましょう。一人ひとり歯並びや歯の大きさ・形は違います。自分の歯に合ったはみがきの方法で、丁寧にはみがきしましょう。

Q 1 にんげん は てつ
人間の歯は鉄よりもかたい

①はい ②いいえ



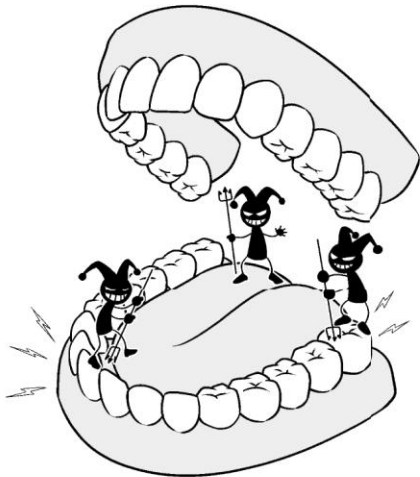
Q 2 は ちから
歯みがきは、力いっぱいが
いたほうがよい

①はい ②いいえ



Q 3 ば ば
まえ歯よりもおく歯のほうが
むし歯になりやすい

①はい ②いいえ



Q 4 えき おお
だ液が多いと
むし歯になりやすい

①はい ②いいえ



〈答えと解説〉

Q 1……①：ひっかき傷などに対する強さで、ダイヤモンドを10とすると、人間の歯（エナメル質）は7、鉄は4になります。歯は人間のからだの中でいちばんかたいのですが、むし歯の細菌による酸にとても弱いので大切にしたいですね。

Q 2……②：力いっぱいみがくと、歯の表面や歯肉を傷つけてしまうことがあります。あまり力を入れず、リズムカルに、1本ずついねいにみがくようにしましょう。

Q 3……①：おく歯はでこぼこしていて、食べもののカスなどが残りやすいので、むし歯になりやすいです。歯をみがくときは、そのことを考えながら、しっかりみがくようにしたいですね。

Q 4……②：だ液は、口の中のを洗い流してきれいにしたり、むし歯の菌が出す酸を中和したりします。よくかむことで、だ液がたくさん出ます。ひとくち30回以上、かむようにしましょう。