



6月にむし歯予防デーのキャンペーンがありました。11月8日は「いい歯の日」です。みなさんの歯は、一生使い続ける大切な歯です。いい歯を守るために、毎日の歯みがきを続けていきましょう。

11月の保健安全目標

- 外でげんきに遊ぼう
- 下校後の安全に気をつけよう

令和5年11月2日 東成井小学校

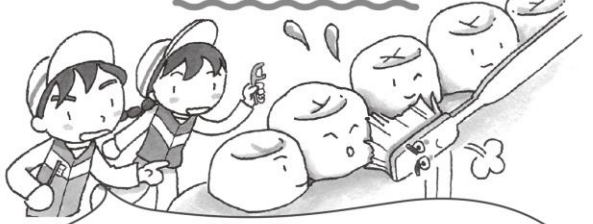
みがき残しはないかな？

歯みがきパトロール隊

軽い力で、こきざみに動かすのがポイントだよ

みがき残しやすいところ ①

歯と歯のあいだ



歯ブラシの毛先が届くようにみがこう。それでも届かないところは、デンタルフロスを使うときれいに取れるよ。

みがき残しやすいところ ②

歯と歯ぐきのあいだ



歯と歯ぐきのあいだに汚れがたまると、歯ぐきが腫れる歯周病になるかも。歯ブラシを45度の角度であてると、きれいにみがけるよ。

みがき残しやすいところ ③

奥歯の裏やかみ合わせの溝



奥歯の裏は、歯ブラシを斜めにすると毛先が届きやすいよ。奥歯のかみ合わせの溝は、歯ブラシを90度にあてていねいにみがこう。

みがき残しやすいところ ④

前歯の裏



下の前歯の裏は、歯ブラシのかかとでかき出すようにするといよ。上の前歯の裏は、歯ブラシを縦にして1本1本みがこう。

うわー！

虫歯菌がやばい！

歯と歯茎の間
歯ブラシを斜めにあてて優しく動かそう。

歯と歯の間
毛先を入れて小刻みに動かそう。

歯みがきしたのにサルのでんちゃんのお口には虫歯菌や汚れがいっぱい！きれいにしなきゃあやうー！

