



はみがきマン通信

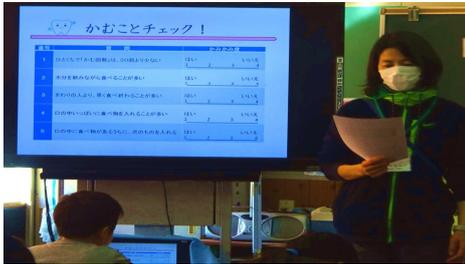


発行
内牧小学校



歯・口の健康づくり推進委員会
令和2年(2020年)
1月8日(水)第7号

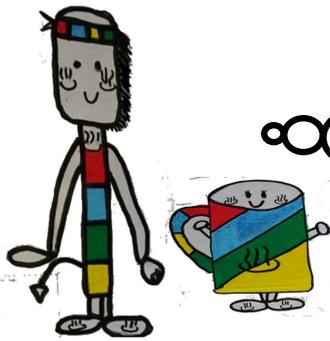
あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。



昨年12月、4年生は、かむことについて学習しました。かむことチェックでかむことについての自分の課題を確認し、よくかんで食べることでおこるからだに良いことをあいうえおで覚えしました。授業の後半では、こめかみに手をあてて、かむ動作をすると、こめかみが動くこと、唾液が出てくることをみんなで体験しました。

歯・口の健康づくりのおはなし⑦

(10/5 PTA 研修会より)



一生懸命みがいていても
みがけていないところがあるから、
染め出しをしてどこがみがけていないか確認してみるといいよ。



歯みがきのはなし・・・歯垢染め出し

歯垢の染め出しは日常的にどれくらいみがけていないところがあるかを見るのに非常に有効な手段です。患者さんに「今日は一生懸命歯をみがいてきてね」と伝えて、受診してもらって染めてみると、本人は一生懸命みがいているつもりでもみがけていないところがあることが染めだしをしてみるとよくわかるそうです。一生懸命歯をみがいているからといって歯がきれいにみがけているとは限らないので注意が必要です。歯を100%きれいにみがくことはなかなか難しいのです。



フロス (デンタルフロス・糸ようじ)

子どもの歯みがきでおすすめの補助具のフロスの写真です。歯と歯の間の汚れを落とします。