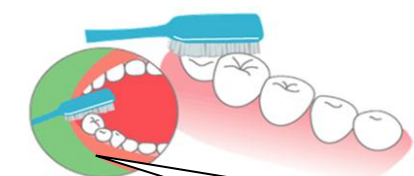


体重測定後に歯について学習しました。いずれの学年も、事後の活動として家庭での歯みがきの取り組みを行っていますので、ご協力をお願いします。

## 1・2年生：「はのおうさま 6さいきゅうし」

6歳きゅう歯は、歯の中で一番大きくて、一番力が強い歯です。でも、残念ながら、一番むし歯になりやすい歯でもあります。6歳きゅう歯をみがく「おうさまみがき」を練習しました。



おうさまみがき

口の横から歯ブラシを入れる。

## 3・4年生：「歯みがき名人になろう」

歯の染め出しをしてみがき残しの所を見つけ、歯みがきが上達するよう学習しました。《感想》

- ・下の歯の方がみがけていた。・意外とみがき残しがいっぱいあった。
- ・ちょちょみがきでしっかりみがく。

## 5・6年生：「全国小学生歯みがき大会」参加

DVDを視聴しながら、歯肉炎やデンタルフロスについて学習しました。



※歯科検診の結果、むし歯や歯肉炎などがあった人は、早めに治療しましょう。

### ～お家の方へ～

一学期も後1ヶ月ほどになりましたが、お子さんの表情はどうですか？

疲れたなど言っていたり、元気がなかったりしていませんか？

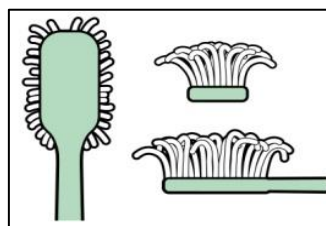
「早寝早起き朝ごはん、十分な睡眠」で、規則正しい生活が送れるよう、手助けしてあげてください。規則正しい生活と十分な睡眠は、心も体も安定します。そして、友達や勉強、学校のことなど、いろいろな話をたくさん聞いてあげてください。



### 【お家の方へ】

小学生の間は、乳歯から永久歯に生え替わるため、生えている途中の歯があったり、乳歯と永久歯が混在しているように練習したりして、とてもみがきにくいです。また、自分で上手にみがけるように練習していく時期です。お子さんの歯や歯みがきの様子をみていただいて、上手にみがけるよう声をかけてあげてください。

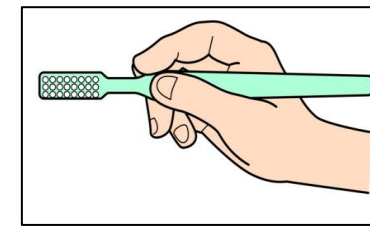
こんな歯ブラシの人はとにかえよう。



みがく強さは、やさしい力です。1本1本ちょちょみがきです。



歯ブラシの持ち方は、えんぴつ持ちです。



みがき残しをなくすためには、みがく順番を決めましょう。

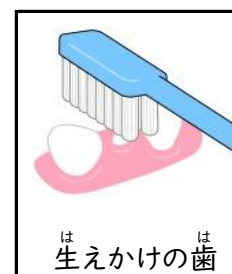
給食後の歯みがきの時間に流している音楽は、みがく場所が流れます。

それを覚えて、いつでもその順番にみがくと、みがき残しを減らせます。

他にも、自分の歯ならびに合わせてみがくようにします。生えかけの歯やでこぼこしている所は、歯ブラシをたてにしたり、ななめにしたりして工夫してみがきましょう。

工夫してみがこう。

歯ブラシをたてにしたり、ななめにしたりして、工夫してみがいてみよう。



生えかけの歯

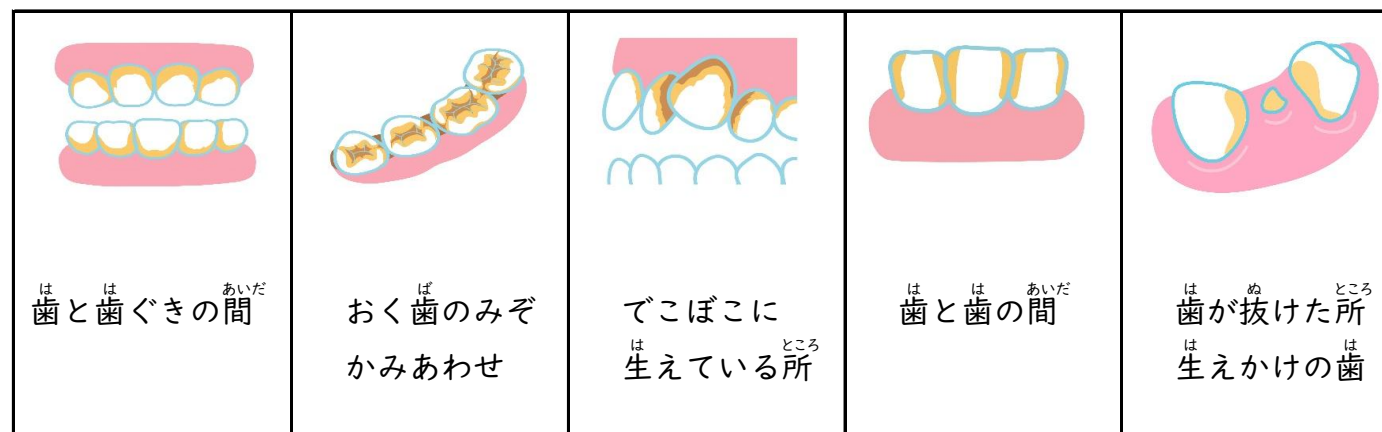


でこぼこしている歯



歯と歯ぐきの間

みがき残しやすいところです。



歯と歯ぐきの間

おく歯のみぞ  
かみあわせ

でこぼこに  
生えている所

歯と歯の間

歯が抜けた所  
生えかけの歯