

ほけんだより

金沢市立東浅川小学校 保健室 平成30年6月1日

6月の保健目標
歯を大切にしよう

歯科指導



むし歯予防のための、上手な歯みがきの仕方を知りました。
もう一度、自分の歯みがきを見直してみよう！

日時 ; 5月31日(木) 5限目
参加者 : 1年生、2年生
講師 : 歯科衛生士 茶山先生

○6歳臼歯がはえてくるよ

前から6番目の歯で、最初の永久歯(おとなの歯)がはえてくる。
1年生で生えている子もいれば、これから生えてくる子もいる。
6歳臼歯は、歯の中で一番力が強く(60kgも力がある)、一番大事。
けれども、生えてきたばかりは背が低くて、とてもみがきにくい。
だから、よごれもたまりやすく、むし歯になりやすい。



○歯みがきのポイントをおさえよう

6歳臼歯は口の横から歯ブラシを入れてみがくのがポイント。
子どもの前歯は、やわらかくて縦のすじがたくさんある。
前歯は歯ブラシを縦にしてみがくとよごれが落ちやすい。



○歯ブラシについて

子ども用の毛先が小さなものを使おう。
後ろから見て毛先が広がってきたら、新しいものに変えよう。



○おうちの方へ

3年生まで、夜の歯みがきのあとは、仕上げみがきをお願いします。
むし歯は早めの受診をお願いします。

『歯の標語大募集』～歯と口の健康について、5・7・5の標語を募集します～

「むし歯」や「歯みがき」以外にも、歯肉、おとなの歯、ぶくぶくうがい、音、気持ちなど、いろいろなキーワードがあります。例えば…『いもうとの ギザギザにゆうし かわいいな』など(昨年度の標語大賞作品です)みんなが覚えるようなユニークなものを待っています。

※書いてくれた人は、保健室の箱に入れてね。しめきりは6月29日(金)までです！

.....きりとり.....

歯の標語 年 なまえ