

11月8日はいい歯の日

ほけんだより 児童向け

＜歯こうそめだし結果＞

6月に行った歯こうそめだしの結果です！

A (きれい)
24人
(3.5%)

B (少しよご
れている)
457人
(67.1%)

C (よごれて
いる)
191人
(29.4%)

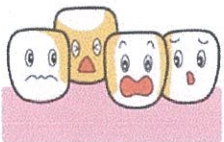
去年より、A・Bの人が増え、Cの人が減りました。信篤小全体で歯みがきが上手になってきていますね！



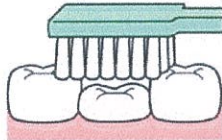
＜みがきのこしが多かったところ＞

- ① 歯と歯ぐきのさかいめ
- ② 歯と歯の間
- ③ 奥歯のかみ合わせ
- ④ 歯のうら

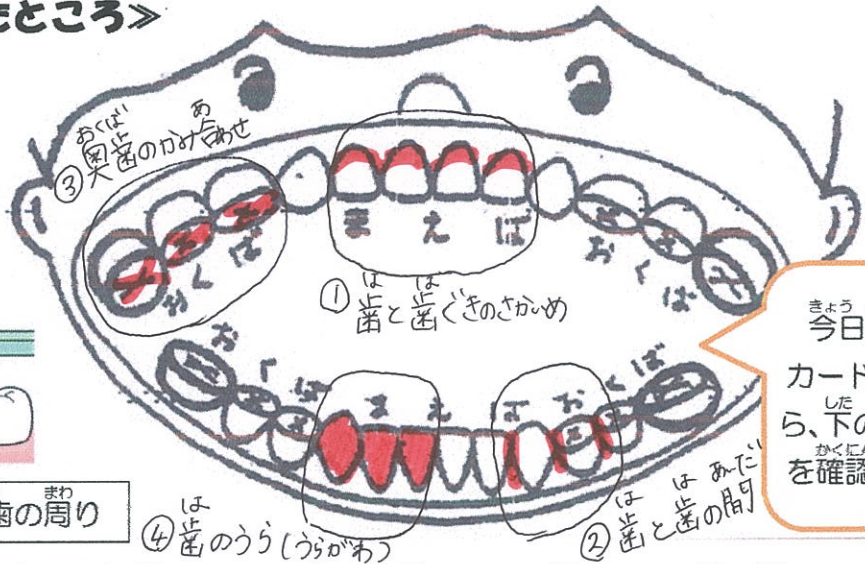
他にも・・・



かさ重なっている歯



あたらしく生えた歯の周り

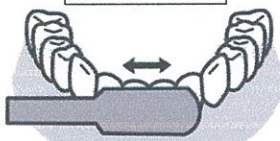


今日返却したカードを見てから、下のみがき方を確認しよう！

* 歯ブラシの持ち変えが上手にできず、利き手側にみがき残しがある事も多いようです。

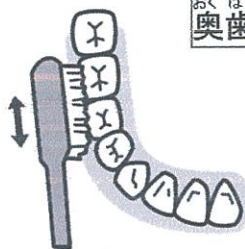
みがき残しがないように、じょうずにブラッシング！

まえ ば そとがわ
前歯の外側



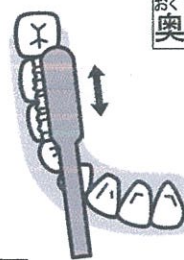
歯ブラシを横に
細かく動かします。

おく ば そとがわ
奥歯の外側



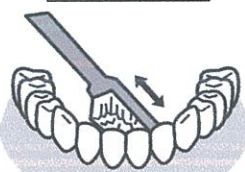
歯に対して
横に細かく
動かします。

おく ば あ
奥歯のかみ合わせ



みぞに対して
水平にあてて、
細かく動かします。

まえ ば うちがわ
前歯の内側



おく ば うちがわ
奥歯の内側



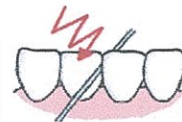
奥までしっかり
届くように
みがきます。

かさ重なっている歯



歯ブラシの向きを縦にし
て1本ずつみがきます

歯のすき間にそって、
縦に動かします。



歯と歯の間のよごれは
フロスを使おう！

* 裏面は歯垢染め出し結果(保護者向け)についてです。