

6月25日(火)の5時間目、歯科衛生士の松本さん・大久佐さんによる歯科教室が行われました。
今回、1年生のみなさんは「6歳臼歯」の内容を勉強しました。また、おやつの摂り方や歯の磨き方についても教えていただき、これからの生活でとても大切なことを学んだ時間になりました。



◆こんなことを勉強しました！(ご家庭でも、お子様ともう一度確認してみてください)

<6歳臼歯ってどんな歯?>



- ① 大人の歯
- ② 1番大きくて強い、歯の王様!
- ③ 1番大切な歯

<むし歯にならないためには、何に気をつければ良い?>

★おやつ摂り方

- ①おやつ時間(明るい時間、15時)に食べよう!
- ②夕飯の後に、おやつを食べない!
- ③喉が渇いた時は、お茶か水を飲もう!

★歯の磨き方

- ①歯ブラシの先で、1番奥の歯を探す
- ②歯ブラシを口の横から入れる
- ③シャカシャカ磨きで、優しく!



甘いものを食べたのに、歯磨きを
しづらい、バイキンが増えちゃうよ〜

~歯科教室の様子~



<保護者の方へのお願い>

- ★1年生の歯をきれいに磨くためには、「子ども用歯ブラシ」が適切です。
- ★今は、歯の生え替わりなどで、子どもたち自身も歯を磨きにくい時期です。
是非「仕上げ磨き」をしてあげてください。
(※一番奥の歯に、歯ブラシを斜めに当てるのが難しい様子でした。)
- ★歯ブラシの交換は、約1ヶ月が目安だと言われています。長い間使っていて毛先が割れているものなどは、交換しましょう。