

ほけんだより6月

6月の保健目標
歯を大切にしよう

6月1日に歯科検診をしました。結果はどうでしたか？
学校歯科医の先生から、「みなさん歯みがきはしているようですが、十分にみがけていない人がたくさんいます。」とコメントをいただきました。この機会に歯みがきの仕方を確認してみましょう。

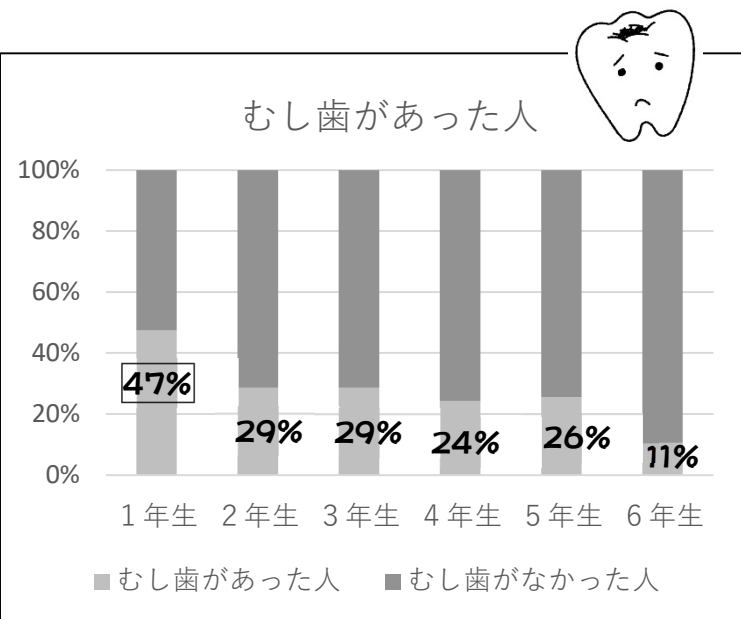
仁 義 礼 智
西江原小学校
R5年6月16日

歯科検診の結果をお知らせします

いい歯でいい笑顔



歯のみがき方



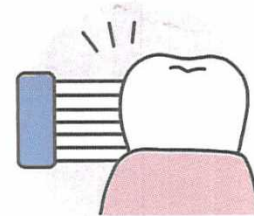
1年生のむし歯が多い結果となりました。1年生は、まだこどもの歯が多く、むし歯になりやすい時期です。また、生えたばかりの大人の歯もむし歯になりやすいので気をつけましょう。

2～5年生で2～3割の人にむし歯がありました。朝・夕の歯みがきを毎日しましょう。むし歯は早めに治療しましょう。

4年生でみがき残しが多い結果となりました。4年生はだんだんと生活の中で親の手がはなれてくる時期ですが、まだ器用に歯みがきが出来ていない子もいます。歯みがき後のチェックや仕上げみがきを4年生までは定期的にしてあげてください。

高学年のみがき残しが多くなっています。高学年は大人の歯が増えてむし歯になりにくくなりますが、歯肉炎にはなります。歯と歯ぐきの間を丁寧にみがきましょう！

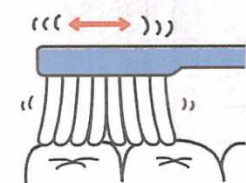
毛先を歯に
きちんとあてよう



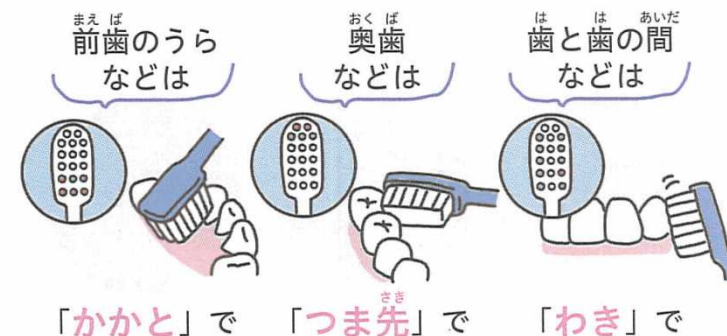
力を入れすぎない
ようにしよう



歯ブラシをこまかく、
こきざみに動かそう



みがきにくいところは…



続けよう！ むし歯になりにくい生活習慣



食後の歯みがき



ゆっくりよくかんで食べる



甘いものの食べすぎに注意

※定期的に歯医者さんで歯科健診を受けるのも、むし歯予防に効果的です。