

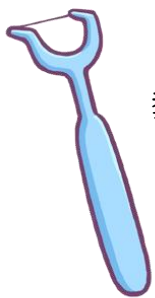
健康な歯と歯ぐきは、 ていねいな歯の手入れから！



歯垢(プラーク)や歯石、菌が原因で歯ぐきに炎症が起こり、赤く腫れた状態が「歯肉炎」です。

学校歯科医の増田先生から、10代で約6割の人が「歯肉炎」にかかっているということを教えてもらいました。

口腔健診の結果はどうだったかな？



増田先生から6年生に、デンタルフロスの使い方を教えていただきました！

給食後、歯みがきをするようになりましたが、1日1回、1本1本丁寧に磨く時間を取りましょう。フロスを使ってチェック！！

みがく順番を決めておくと、みがき残しが少なくなるよ！



デンタルフロスを使ってみました！！



フロスを使うと、歯と歯の間がスッキリしたよ！

今日の宿題は…

「仕上げみがき！」

大人の人にしてもらいましょう。
してもらったかな？



歯ブラシを細かく動かして、1本1本丁寧に
シャカシャカ！磨いてみよう！

