学校歯科医と学ぶ　歯と口の学習　６年

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」にかかっていることや、歯周病は歯だけではなく、心臓や肺など体全体に影響があることを教えてもらいました。

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とりましょう。

フロスを使ってチェック！！

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！

みがく順番を決めておくと、
みがき残しが少なくなるよ!

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！