

ほけんだより

～歯をたいせつにしよう特別号～

日南市立大窪小学校
保健室
令和7年6月20日発行

おうちの方と読んでね



健康な歯のためにできることを考えよう

6月19日、学級活動の時間に、歯科指導をおこないました。

まず、歯の役割について知り、自分の歯肉の状態チェックや染め出し体験でみがき残しを確認しました。

みがき残しに合わせた歯のみがき方を動画で学習しましたが、悠馬さんも結々さんも上手にみがくことができました。

学んだことをお家でも続けてほしいと思います。



悠馬さんと結々さんの歯は、今の時期、乳歯がすべて永久歯に生えかわったり、食べ物をかむために重要な役割をはたす第二大臼歯がはえてきたりとこれからも発達していきます。

将来、歯と口の健康を保つためにも、毎日、ていねいに歯をみがきましょう。

また、歯科健診の結果で症状がある人や、今、歯に痛みがある人は、早めに治療をしましょう。



保護者のみなさまへ

今回、歯の染め出し体験をおこないました。ほけんだよりと一緒に結果をお渡ししています。また、染め出し体験に使用した歯ブラシは、6才から12才までの子どもに合った歯ブラシです。1回しか使用していませんので、今回、お家に持って帰ってもらいました。

年齢に合った歯ブラシ(歯に合った歯ブラシ)を使用することで、歯垢が落としやすくなります。毛先が広がってしまうと、磨いても歯に密着せず、歯垢が落としにくくなるので、定期的に歯ブラシチェックをお願いします。

