

すこやか通信 6月号

武生東小学校

R6.6.3

6月4日から10日は歯と口の健康週間です。

4月に歯科検診がありましたね。みなさんは、自分の歯科検診の結果を確認しましたか？受診のおすすめの欄に一つでも〇があった人は早めに歯医者さんを受診しましょう。乳歯（子どもの歯）のむし歯であっても放っておくと、乳歯の下で生える時を待っている永久歯（大人の歯）がきれいに生えてこない場合があります。一生使っていく歯ですから、大切にしましょう。



チェックしよう！正しい方法で歯みがきできているかな？

歯みがきのコツ



① 歯ブラシの毛先を歯に

まっすぐあてて

② やさしい力で

③ ちいさく動かす

歯ブラシを長期間交換しないと...

歯垢の除去率が下がる



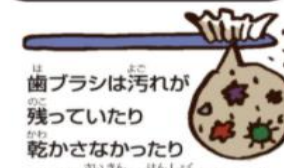
だんだん歯ブラシの毛先が開いてくるため歯にしっかり当たらず、歯垢が取り除きにくくなります。

歯や歯肉を傷つけやすい



広がった毛先が歯肉に当たったり、古い歯ブラシは弾力性が失われるため歯や歯肉にダメージを与えるおそれがあります。

細菌が繁殖してしまう



歯ブラシは汚れが残っていたり乾かさなかったりすると細菌が繁殖しやすく、長く使っていると不衛生になりがちです。

「1か月に1度」を目安に、新しい歯ブラシと交換しよう！
1～2週間くらいで毛先が開いてしまう場合は、みがく力が強すぎるかもしれないので注意してね！

保護者の皆様へ

今年度の歯科検診の結果、受診のお勧めをしたお子様の治療は始められているでしょうか。歯は一度むし歯になってしまうと自然に治癒することはできません。乳歯であっても、むし歯が進行すると、歯並びや永久歯の質に影響します。お早めに歯科医へ受診し、ご相談いただきますようお願いいたします。

また小学生には、自分だけの力できれいに歯をみがくことは難しいです。特に低学年・中学年にお子様のいる方は、時間に余裕のあるときだけでも構いませんので仕上げみがきをしていただくことをおすすめします。

大切なお子様が一生使っていく歯ですので、ご協力をお願いいたします。