

ほっとけんしつ

はの王さまをまもろう！

1年生ごろに生えてくる「だいー大きゅうし」。じつは、すごいところがたくさんあります。まるで、はの王さまです。

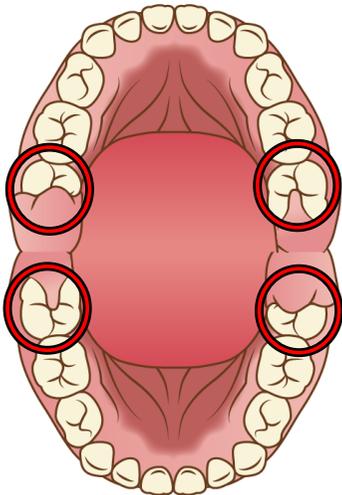
いちばんはじめに生えてくる大人の



いちばん 大きい

いちばん かむ力がつよい

大人のは 生えているかな？ かがみをみて さがしてみよう！



○がついているのが
はの王さま (だいー大きゅうし)

生えていた人、大人のはだね おめでとう！
むしばにならないようにたいせつにしてね。

まだ生えてない人、しんぱいしないでね。
あせらずにまちましょう！

むしばきは、たべもののあまいせいぶんから、「酸（さん）」をつくります。この「酸（さん）」がはをとかし、むしばになるのです。

子どものはは、しぜんにぬけるけど、大人のはは、なくなったら二とと生えてきません。じぶんのはをまもれるのは、じぶんだけです。

つぎは、はみがきについてべんきょうしましょう。

正しいはみがきをしよう！

キーワードは
「か・み・お・き」



くにんしよう えんぴつもち



かるい力でやさしく
みがきましょう



がくときは 1本ずつ



はとはのあいだ、おくば、
はとはぐきのあいだまで、
きれいにみがけます



くばまで わすれず ていねいに



ハブラシをななめに
あてるとよくみがけます



っちり 3ぶん できたかな？

1本につき20かい
ハブラシをうごかしましょう

1しゅうかんチャレンジ！「かみおき」にきをつけてみがけたら いろをぬろう

(水)	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)

保護者の方へ

ご家庭での実践をお願いします！

1年生は、永久歯に生え変わる大切な時期です。また、生えはじめの永久歯はむし歯になりやすく、1年生のうちから正しい歯みがきの習慣をつける必要があります。また、歯みがきは単にむし歯予防ということだけでなく、歯と口の健康から全身の健康を守る行動です。清潔な口の中は感染症予防にもなります。

本校では、1年生を対象に歯科保健指導を行っていますが、感染症拡大防止のため、実践は行わずに紙面での学習としました。ぜひ、ご家庭で正しい歯みがきを実践し、家族ぐるみでセルフケアに取り組んでください。