令和２年１２月２４日

保護者　様

春日部市立牛島小学校
校　長　　嶺　慎二郎

歯みがきテストの実施ついて（お願い）

寒冷の候、保護者の皆様には益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。日頃から本校教育の推進にご理解とご協力をいただいておりますことに感謝申し上げます。

さて、歯科保健活動の一環として、歯みがきテストを下記のとおり実施いたします。内容をご理解の上、冬休みを利用して、お子さんと一緒に取り組んでいただけますようお願いいたします。

記

＊　歯みがきテストとは・・・

歯垢染め出し錠剤を使って、歯についている汚れ（歯垢）を赤く染め出し、歯がきれいにみがけているかを調べるテストです。

歯垢染め出し錠剤は、乳糖、結晶性セルロース、食用赤色１０４号、香料（オレンジ由来）等からなり、体には無害のものです。衣服に付いた場合は、直ちに水洗いするか漂白剤で洗ってください。

１　実施日　　**令和2年12月25日(金)～令和3年1月7日(木)**

＊期間中、都合のよい日を選び1回実施してください。

２　実施場所　　各家庭

３　実施方法

①　いつものみがき方で歯をみがきます。

②　歯垢染め出し錠剤を口にふくみ、よくかみくだきます。出てきた唾液とよく混ぜ合わせ、舌で歯の隅々まで広がるようにします。

③　約１分後、洗面所ではき出します。（万一飲み込んだ場合でも、害はありません。）
その後、水で口をすすぎます。

④　鏡をみながら、歯の表と裏を見て、赤く染まっているところがあるかを親子で確かめます。

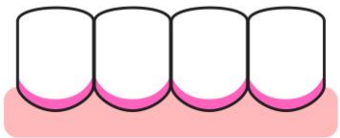
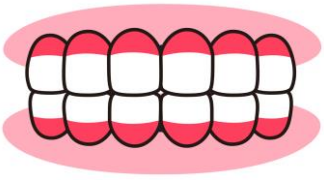
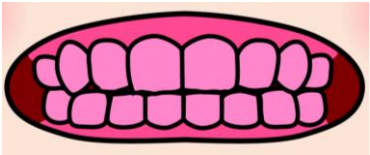
⑤　結果を裏面の「結果記録用紙」に記入します。

⑥　赤く染まったところがきれいになるまで歯をみがきます。

４　配付物　　①　歯垢染め出し錠剤　１錠　　②　結果記録用紙　１枚（お知らせの裏面）

＊　歯垢の染め出しをした時、お子様の口の中を見て、きちんとみがけているか判定をしてください。

<判定のめやす>

		
きれい	**もうすこし**	**まだまだ**
歯と歯ぐきの間が薄く染まる程度で、たいへんきれい。	歯のつけねや奥歯の噛み合わせが赤く染まる程度で、まあまあきれい。	歯のほとんどが赤く染まり、歯のつけねや噛み合わせは濃く染まる。

＊歯みがきテストの記録用紙は、1月8日(金)に学校へ提出してください。

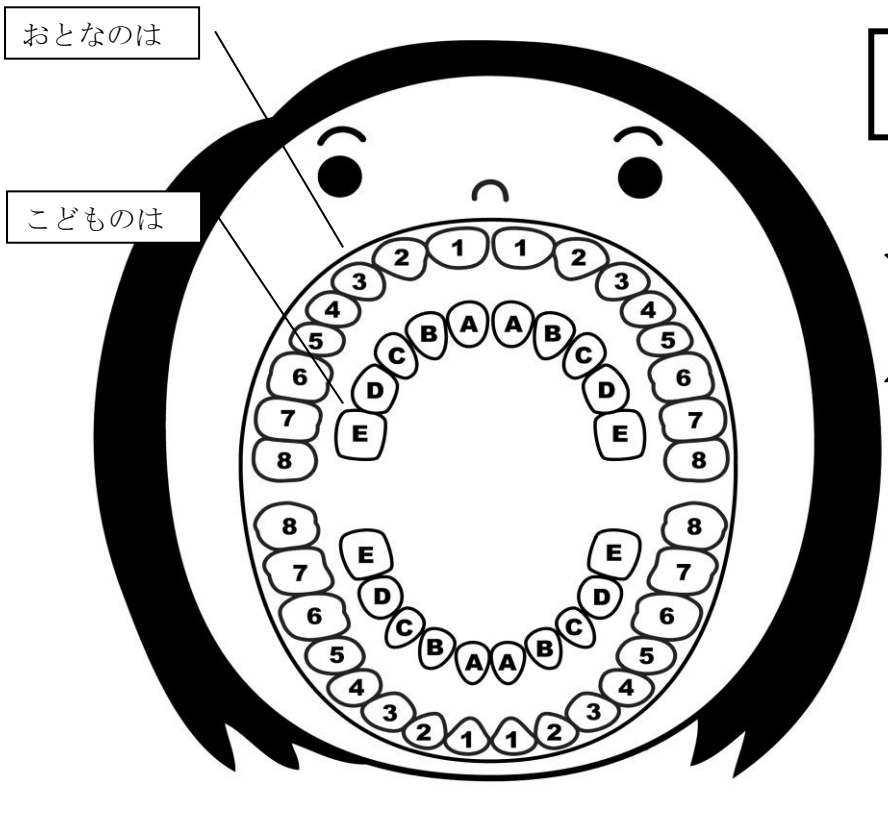
うしじましょうがっこう
牛島小学校

おやこ　は
親子歯みがきテスト

ねん　くみ　なまえ

歯みがきテストのやりかた

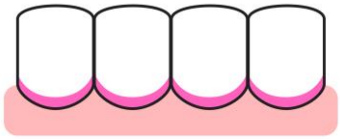
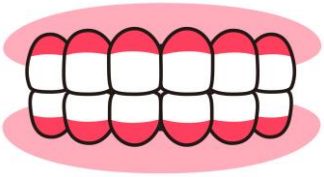
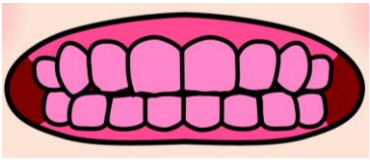
① カラーテスターを使って、歯についている汚れを赤く染め出してみましょう。
② 赤くなったところを記録用紙に同じように色をぬりましょう。
（今回の結果を判定してみましょう。）
③ みがき残しが多かったところを特にていねいに、赤い色がなくなるまでみがいてみましょう。



テストの日:　月　　日(　)

かんそう
～やってみてどうでしたか？～

今回の判定結果は･･･あてはまるところに○をつけましょう

		
きれい	**もうすこし**	**まだまだ**
歯と歯ぐきの間が薄く染まる程度で、たいへんきれい。	歯のつけねや奥歯の噛み合わせが赤く染まる程度で、まあまあきれい。	歯のほとんどが赤く染まり、歯のつけねや噛み合わせは濃く染まる。

1月8日(金)に提出しましょう。