

ほんたより

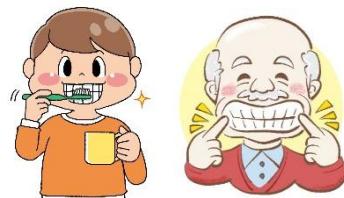
6月

流山市立
西深井小学校
No. 3

だんだんと暑さが厳しくなる季節です。暑さに慣れていないうちは特に注意が必要です。また、晴れて暑い日もあれば雨が降り肌寒い日もあります。衣服で調節できるようにしましょう。

6月4日～10日は歯と口の健康習慣です

◆クイズ◆歯の役割はどれ？



おいしくごはんを食べること、家族や友だちと話したり笑ったりすること、走ったりスポーツすること…これらは全部、歯がないといつものようにはできなくなります。いつまでも自分の歯で元気にすごせるように、歯を大切にしましょう。

歯を大切にしよう 6月5日に歯科検診があります

歯科検診で歯科医の先生はこんなことをみています

①むし歯や歯周病(歯ぐきの病気)がないか



②歯並びややかみ合わせ、



③歯みがきで上手に歯垢が取れているか



「歯垢」は、歯についていた細菌のかたまりのこと。むし歯や歯周病の原因になる細菌もたくさんいます。ネバネバしていてうがいでは取れないでの、歯みがきが必要なんですよ。

むし歯になってしまふと、歯医者さんで治療してもらわないと治りません。むし歯になつてはじめて歯の大切さがわかつた…ということにならないように、毎日の歯みがきで予防しましょう。検診の結果、むし歯のお知らせをもらった人は、早めに治療を受けてくださいね。

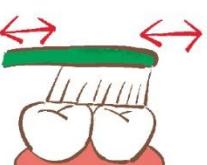
できているかな？

正しい歯のみがき方

せっかく毎日歯みがきをしていても正しいみがき方ができていないと、みがき残しが多くなつて口の中でむし歯菌が増えてしまつます。次の4つを意識してみましょう。



かる
軽い力で
えんぴつ持ち



こきざみに
うご
動かす



歯ブラシの毛先を
歯の面にあてる



かがみ
鏡を見ながらみがいて、
みがき残しがちをチェックする



各検診が終わり次第、所見のあったお子さんには結果のお知らせを配付しています。受け取りましたら早めに受診をしていただき、受診報告書の提出をお願いします。