



すこやか

令和3年6月1日(火)
 仙台市立馬場小学校
 ほけんだより NO. 4
 実家庭配布

本日、歯科検診の結果を全員に配付しました。むし歯や歯肉炎等がある場合は、かかりつけの歯科を受診することをお勧めします。異常無しの場合は、今後も丁寧に歯を磨き、健康な状態を保ってください。また、給食後の歯磨きができない分、朝と夜の歯磨きを忘れないよう、ご家庭でのお声掛けをお願いいたします。



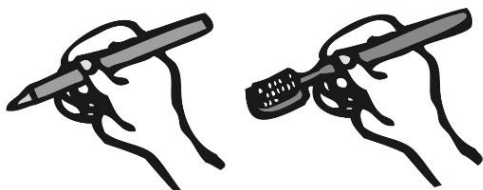
～お家の人と一緒に読みましょう～

しかこうい たんのいちろうせんせい しかほけん
歯科校医の丹野一郎先生から、歯科保健
 しどう
指導をしていただきました！



はみが だいじ 歯磨きの大事なポイント

① 歯ブラシの持ち方



えんぴつ
鉛筆のように持つ！

② 磨き残しが多いところ

- ☆ 歯の溝
- ☆ 歯と歯の間
- ☆ 歯と歯ぐきの境目

歯ブラシのかかとやつま先
 を使い、歯垢（プラーク）を
 落としましょう。

③ 力を入れすぎない

磨く時に力を入れすぎると、毛先が歯の面で開いて
 しまい、歯垢は落とせず、逆に歯を傷つけます。歯の
 表面を滑らせるように磨きましょう。

