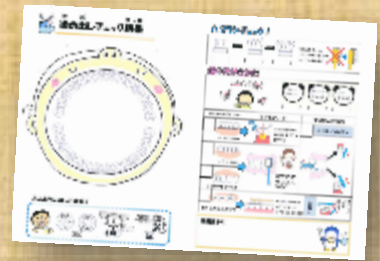




こべつ

# 個別はみがきチェックがおわいました!

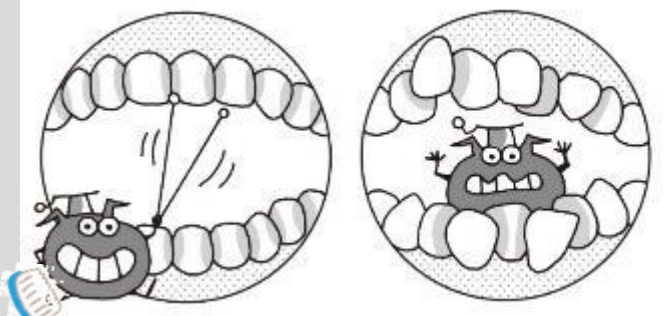


すべてのチェックが終わったので、歯みがきチェックのお知らせを配りました。おうちの人と一緒に読んでください。みなさんのお話をきくと、歯に色をぬるのが楽しいみたいです。これからもチェックをしたかったら保健室にきてください。赤くそまらないことを願っています…。

## みがけていなかったところ

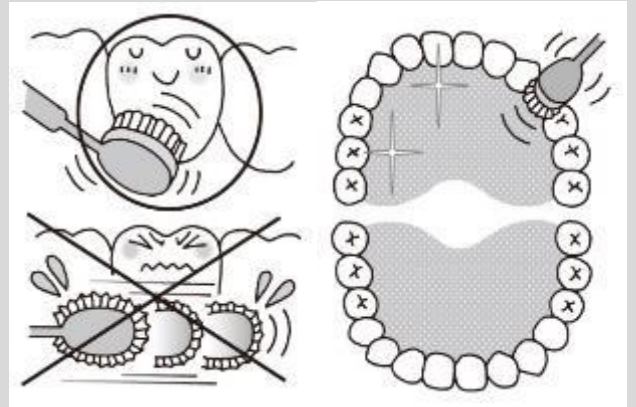
ははあひ  
歯と歯の間

はかさ  
歯が重なっているところ



歯ブラシのあてかたを  
考えよう!

## やってみてね!



コチョコチョみがき

みがく順番をきめる

## むしばをそのままにしていると...

がまんできない痛みになる、はぐきが腫れる、口が臭くなる、骨や鼻に広がって炎症を起こす...などさまざまな問題がおきてしまいます。



## 感染症情報です！

11月29日（木）現在の状況ですが、木古内の小学校でインフルエンザA型の罹患者が数名いるそうです。感染経路は部活動などの遠征先でウイルスをもらったのではないかとされています。遠出をする際は、マスクの着用など感染予防の徹底をお願いいたします。

### 正しいマスクのつけかた・外し方



① 半分に折る



② ひらく



③ 中心を鼻に合わせ耳にかける



① 外すときは・・・



② マスクの外を内側にしてたむ。



これで自分も相手も守れます！

※マスクの外側の方が汚いからです。

## 個別はみがきチェック結果を配布しました。

私は現在デンタルクリニックに通っており、セラミック治療が高額で過去のむし歯を悔やんでいます。子どものうちにちゃんと磨けていれば・・・という気持ちが強く、見開きになってしまいました。多少見にくい部分もあると思いますがご家庭で参考にいただければ嬉しいです。



## 仕上げみがきをお願いします！

一般的には、歯のはえ替わりが多い小学校3年生までは仕上げみがきをお願いすることが多いようです。「仕上げみがきをしてもらっている！」という声も聞こえてきたので、歯みがきチェックの結果も参考にできるかなと思い、今年度はご家庭にも配布することにしました。

## 歯科衛生士さんから歯みがき指導を！

やはり専門的なアドバイスをいただく方法が一番だと思います。予防の観点から歯医者に行き、みがき方チェックをすることをおすすめします。

