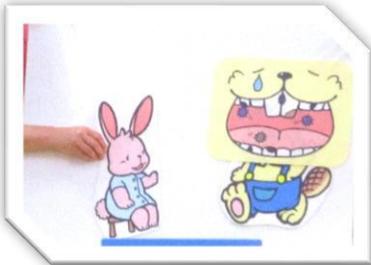


歯科衛生士による 歯みがき指導

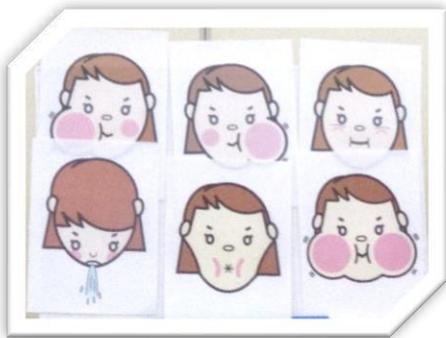


先日歯科衛生士の方に来ていただき、3・4・5歳児クラスが歯みがき指導に参加しました。

ホールでは、「びっきーとはーちゃん」のパネルシアターお話を見た後に、虫歯にならない3つの約束を教えてくださいました。

- 1, 食べたら歯を磨こう
- 2, 甘いおやつは時間を決めて少しにしよう
- 3, なんでもよく噛んで食べよう

「はい！」と元気のいい返事で答える子どもたちです。



ブクブクうがいの仕方
ほっぺをたくさん動かしてうがいをすると良いことを教えてくださいました、頬をぱくぱくと動かし練習をします。



歯みがきの仕方

歯ブラシの安全な使い方を確認してから歯みがき指導を受けました。

歯ブラシのブラシがこちらを向いた、「こんにちは持ち」、ブラシが反対を向いた「さようなら持ち」を教えてくださいました。磨くところによって持ち替えることが大切です。仕上げ磨きも忘れずに！

大人の歯(永久歯)は、溝があるため、つつこみ磨きをします。



毎日の歯みがきの時に思い出してやっていけるといいですね。