

# はみがき指導がありました！

## くま組・きりん組・ぞう組



先日、くま組・きりん組・ぞう組へ歯科衛生士によるはみがき指導がありました。

### 《虫歯についてのおはなし》



初めは、パネルシアターで虫歯についてのお話を聞きました。虫歯にならないための約束をしました。

- ①好き嫌いしないでなんでも食べよう
- ②食べたら歯をみがこう
- ③甘いものは時間を決めて少しだけにしよう

約束を守って健康な歯でいられるといいですね！

うがいの練習もしました。  
初めは、右頬に水をためて、次は左頬に水をためて  
交互にぶくぶくうがい…  
みんな上手に頬を動かしていました。

右、左、右、左…  
ぶくぶく…



### 《赤染めをしました》



前歯を赤染めしました。染めたところを鏡で自分で  
見てみました。「ここが赤くなってる！」と興味  
津々に鏡を見ていた子どもたちです。  
その後は、はみがきの方法を実際に歯ブラシを  
使って教えてもらいました。

歯ブラシを使うときのお約束も教えてもらいました。

- ①歯ブラシをもって遊ばない
- ②歯ブラシをくわえてあるかない
- ③歯ブラシを噛まない

最後は、お家の方に仕上げみがきをしてもらいましょう！  
とお話がありました。

### 《永久歯のおはなし》

みんなが今生えている歯は子どもの歯。歯が抜けると、大人の歯が生えてきます。また、今は生えていない奥歯も生えてきます。（6歳臼歯）  
大人の歯はずっと使う歯です。虫歯にならないよう  
しっかりはみがきをしましょう！  
集中して話を聞いていた子どもたちです。

