

はは歯クラブだより



《 3・4年生のみなさんへ 》

NO. 52 長崎市鳴見台小学校

学校歯科医 行成 哲弘



医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科

こんにちは！

みなさんは、歯の汚れを赤く染め出す染め出し液を知っていますか？

歯垢は歯と同じ白い汚れのため、区別が付きにくく見落としがちです。

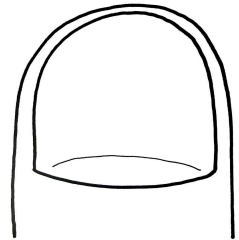
染め出し液は汚れが残っているところを赤く染め出すため、自分のハミガキの弱点がわかります。

ハブラシで歯のどこをどういうふうにみがいたらいいのでしょうか？

汚れがとりにくい部分にしるしをつけてみよう

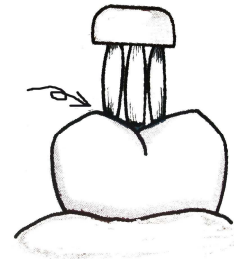
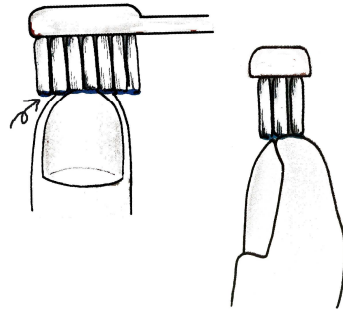
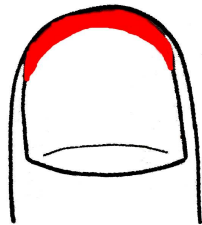
【実験】親指のつめに絵の具をぬり、乾いたら ハブラシでみがいてみましょう。 つめについた絵の具は、

- ① どのところが とれにくいでしょうか？
- ② また、そこはどのような工夫をしたら とれるでしょうか？



① どのところが？ ☆②どのように工夫する？……

歯も同じです

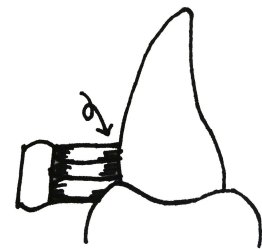
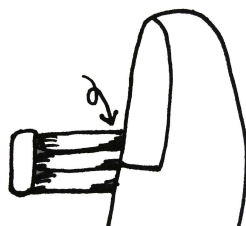
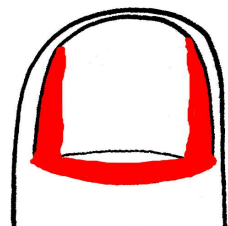


つめと指の境目が残りやすいです

☆つめと指の間にハブラシを当てよう

☆ハブラシを小さく動かそう

歯のみぞや歯ぐきのところにあてはまります



染め出し液を使って1・2回練習したからといって1人で上手にみがけるわけではありません。何度も繰り返し練習することが大切です！！週に1回を目安に染め出し液を使ってみましょう。

〈文責：歯科衛生士 池田友紀〉

詳しくは、ホームページをご覧ください。「ゆきなり」で検索すると簡単です。