



げんきのもと

岩美南小学校 保健だより
No.7 (H27. 11. 5)



11月8日は「いい歯の日」です

第2回 夜の歯みがきががんばり週間

岩美町内の保育所・小学校・中学校に通う、全ての子どもが対象です。

- 期間：11月5日（木）～11日（水） 7日間
- 配布：11月5日（木）
- 提出：11月12日（木）



寒くなってきたので、お風呂で暖まりながらの歯みがきもいいかもしれませんね。

南小は「仕上げみがき」の実施率が良いです。仕上げみがきはお子さまとのスキンシップにもなります。オススメです。

毎月1回 歯ブラシ交換を

今使っている歯ブラシ、いつから使っているか覚えていますか？

使っているうちに、ブラシ部分がへたってしまい、汚れが十分に落とせなくなります。ボサボサになった歯ブラシでは無意識に力が入り、歯ぐきを傷つけてしまいます。毛先が開いていなくても、1か月を目安に交換をお願いします。また、1か月もたたないうちに毛先が開く場合は、力が入りすぎているか、歯ブラシを噛むクセがある可能性があります。お子さまの歯みがきの様子を観察してみてください。

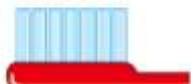
★歯ブラシ交換の目安

- ・ブラシの毛先が開いてきたら
- ・1か月以上使ったら

×



○



11月12日（木）から産休をいただくことになりました。

これからもしっかり歯をみがいて、むし歯や感染症を予防してくださいネ！ 松浦



給食後の歯みがきの様子