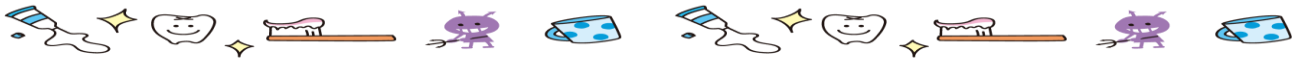
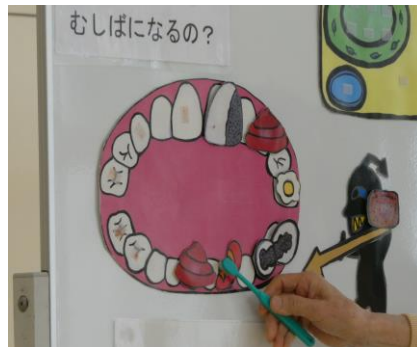
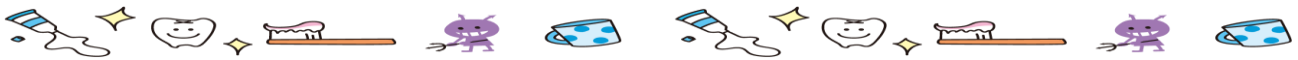


虫歯🦷予防教室

R7.6.4
南陽幼保園



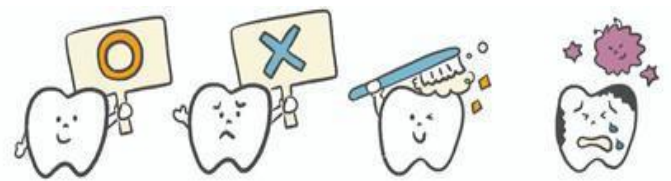
本日、ゆり組・すみれ組・ばら組さんとふれあいルームに参加していた親子4組が、虫歯予防教室に参加しました🦷 歯科衛生士の内野さんに来ていただき、『なぜ虫歯ができるのか？』や『正しい歯の磨き方』を教えてくださいました。また、ふれあいルームでは仕上げ磨きの大切さや、味付けの薄い離乳食の子どもたちは、お茶で口内の殺菌ができることから、食後のお茶を飲むことで虫歯予防ができるという話を教えてくださいました。





正しい歯の磨き方

- ① 歯ブラシはヘッドが水平なものを選ぶ
- ② 歯ブラシはバキューン持ちで1本1本優しく磨く(決して激しく磨かない)
- ③ 永久歯が生えてきたら、歯ブラシを縦に持ち、脇を上げて奥歯を横に優しく磨く
- ④ 歯ブラシは毛先のぼさぼさにかかわらず、1ヶ月に1回交換する
(歯ブラシは高価なものでもなくてよい)
- ⑤ 仕上げ磨きの歯ブラシはよりヘッドが小さい磨きやすいものが多い



お口ぽかん

近年、アレルギーによる慢性的な鼻づまりや、口回りの筋力不足から、お口がぽかんとあいてしまう子どもが全国的に増えています。

口内が乾燥し虫歯や歯周病のリスクが高まったり、歯並びにも影響します。『お口ぽかん』に身に覚えのある方は、耳鼻科や歯科で一度相談しましょう。

歯ブラシ・コップなどの準備ありがとうございました。
コップの汚れがないか確認やコップ袋のお洗濯も
よろしくお願いします。