

すこやか

令和8年6月5日
甲佐小学校 保健室

6月7日(日)まで

甲佐小★家族歯みがき週間実施中です♪

家族みんなで、ていねいな歯みがきを心がけて、むし歯のない健康な口を目指しましょう！

★染め出し剤 おしらせと一緒に児童に2本ずつ配付しています♪

家族で一緒に使って、染め出しをしてみてください。

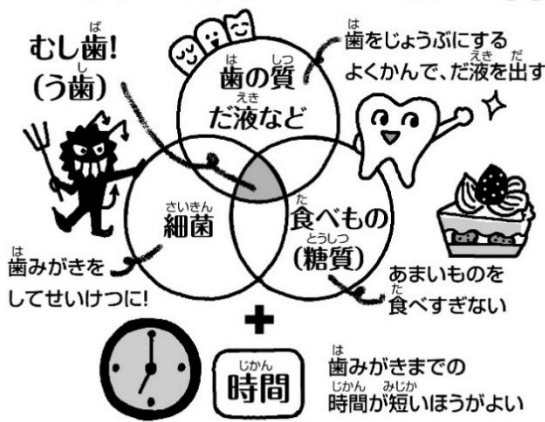
あはははカードの裏側に、顔のイラストがついています。

赤くなったところを、書き込んでみてください。

★あはははカード →あさごはん・はやね・夜のはみがきができたかどうか、チェックしてみましょう。

提出物は8日×切です★

むし歯の原因の3つの輪+時間



食べたらずみがかき

よくかんで食べる

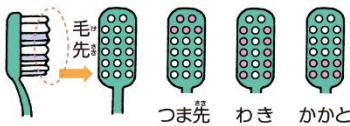
歯にいいおやつ

果物・ナッツ・小魚・チ
ーズ・ヨーグルト・せん
べい等…

上手な歯のみがき方

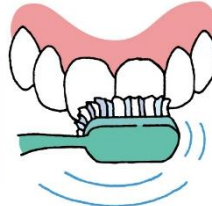
歯ブラシの使い方

みがく場所に合わせて、歯ブラシの毛先を使い分けるといいね！



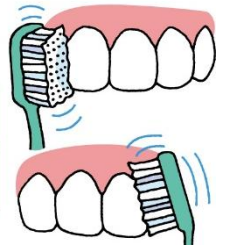
前歯のみがき方

毛先全体で
みがく



前歯のみがき方

わきで
みがく



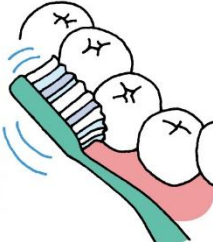
奥歯のみがき方

つまさきで
みがく



奥歯のみがき方

毛先やわきで
みがく



奥歯のみがき方

かかとで
みがく

