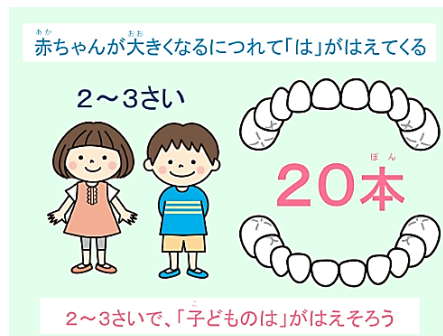


# ほけんだより 6月

令和3年6月11日 白山市立北陽小学校 保健室

今週、1年生に歯の指導をしました。内容は、6歳臼歯の話と奥歯のみがき方です。1、2年生の頃に乳歯の一番奥に生えてくる6歳臼歯（第一大臼歯）は、ほかの乳歯と比べて背が低くやわらかいため、むし歯になりやすいです。歯ブラシの持ち方や力の入れ方、ブラシの入れ方など、奥歯をみがく時のポイントについて話しました。例年ですと学校でブラッシングの練習もするのですが、今年も飛沫飛散防止の点から実施しません。そこで、ご家庭でお子さんと一緒に歯みがきの練習をお願いします。1年生は、奥歯をきれいにみがけるようになることが目標です。カラーテスターを配りますので、みがき残しの確認をしながら歯みがきの練習をしてください。カラーテスターの結果はプリントに書いて、担任まで提出してください。6月18日までをお願いします。この機会に、お子さんと日ごろの歯みがきのやり方や歯の健康についてお話をしていただけたらと思います。



## 「6さいきゅうし」のとくちょう

①かむ力が一番強い

②「おとなのは」の中で、一番さいしょにはえてくる

③「上のは」と「下のは」を正しくかみ合うようにする

④ほかの「は」のならび方をきめる



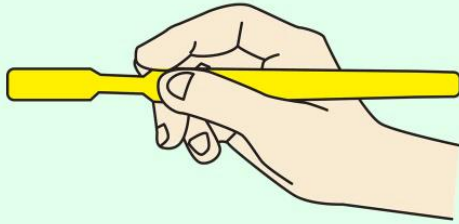
はえてすぐの「おとなのは」は、むしばになりやすい



みぞがいっぱい

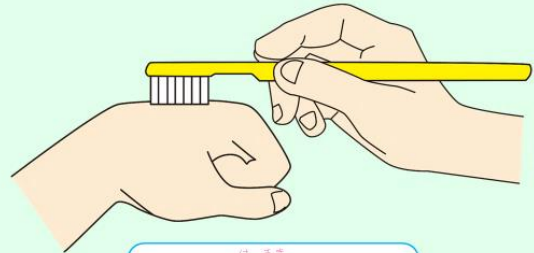
せがひくい

はブラシのもちかた



えんぴつにぎり

みがく時の力の強さ  
とき ちから つよ



毛先が  
ひろがらない強さ  
け さき つよ

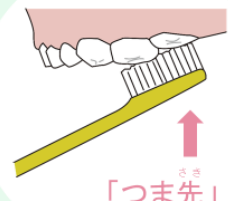
「おとなのは」のみがきかた  
した (下のは)

くち  
口をひろげる



「おとなのは」のみがきかた  
うえ (上のは)

くち  
口をひろげる

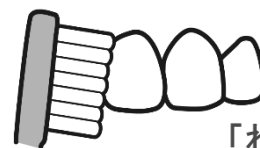


カラーテスターのじょうざいとプリント

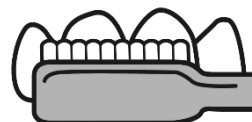


よろしくお願いします

そのほかのみがき方  
☆1年生には教えていませんが、  
みがき方の参考に！



「わき」でみがく



「毛先全体」でみがく

「かかと」でみがく

