

は 歯ブラシだけで落とせる歯垢は6割!?

むし歯や歯周病の原因は、歯にくっついた白くてネバネバした歯垢(細菌のかたまり)。

予防の基本は毎日の歯みがきですね。

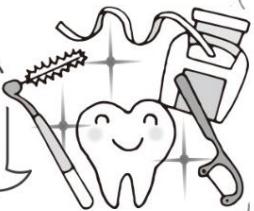
でも実は、“歯ブラシだけ”では歯垢を約6割しか取り除けません。理由は簡単。歯垢がたまりやすい歯と歯の隙間に歯ブラシの毛先が届きにくいからです。



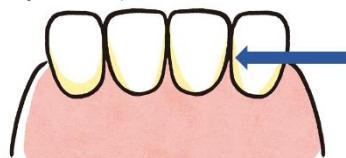
そんな歯と歯の隙間には、デンタルフロスが活躍します。細い糸なので隙間の奥まで入れられ、歯垢を落とせます。歯と歯の隙間が広い場合は、歯間ブラシがオススメです。

これらを併用することで、歯垢の約9割を落とせるといわれています。

歯みがきにデンタルフロス
や歯間ブラシをプラスして
みましょう



デンタルフロスって?



歯と歯の間の歯垢を
取るための道具



ロールタイプ/ ホルダータイプ/



歯と歯の歯垢清掃率

ブラッシングのみ 58%

ブラッシング+デンタルフロス 86%

山本他 日歯周誌 1975 を改編

公益財団法人ライオン歯科衛生研究所

6月の予定

6月4日～10日は



- ・2日(月) 耳鼻科検診
- ・3日(火) 高等部 歯科保健指導 ★
- ・6日(金) 小学部 歯科保健指導 ★
- ・4日(水)～10日(火) 歯みがきカレンダー
- ・18日(木) 中学部 歯科保健指導 ★

～保護者さまへのお願い～

★のついている日は、歯垢の染め出し実験をします。

児童生徒が自分の口の中を観察しますので、鏡とタオルの準備をお願いいたします。

ご用意の難しい方は、学校のものを使用しますのでお知らせください。