

歯みがき指導教室のお知らせ

～ あなたの歯 じょうずに みがけているかな？ ～

実施日	1時間目	2時間目	3時間目	4時間目
9月4日(水)	4-1	4-2	3-1	3-2
9月5日(木)	2-1	2-2	1-1	1-2
9月12日(木)	6-1	6-2	5-1	5-2

★歯みがき指導教室の日までに、次のものを準備しましょう！

学校（各学級）で準備

- ・牛乳パック
(前日までに洗っておく)



歯をみがこう!



お家（各自）で準備するもの

- ・歯ブラシ（学校に置いている人はOK）
- ・うがい用のコップ
- ・ハンカチまたはタオル（服の汚れ防止に）
- ・洗濯バサミ 2個（タオルをとめる用）



保健室で準備するもの

- ・手鏡、綿棒（染出し液用）



＝ 歯磨き指導の流れ ＝

◇ 歯を染め出してみましょう！

1. タオルまたはハンカチを首に巻いて、洗濯ばさみでとめる
2. 染め出し液を歯に塗る
3. うがいを1～2回する（牛乳パックに吐き出す）
4. 鏡で、口の中を観察する
5. 歯みがきの正しい方法を学ぶ

歯に付いた歯垢（生きたバイ菌のかたまり）が、濃いピンク色に染まります。
そこがまだ歯磨きが十分にできていない場所です！あなたは、大丈夫かな？



【保護者の方へ】

- ・当日の朝、児童はいつもどおりの歯みがきをさせてください。
- ・染め出し液を使いますので、汚れがついてもいい洋服で登校させてください。
- ・おっぱい歯科から、歯科衛生士さんが来校してご指導いただきます。
- ・当日、保護者の皆さまも可能な方はぜひお子さまと一緒にご参加ください。