



石巻市立広瀨小学校 7月11日 NO.7

早いものでもうすぐ夏休みに入ります。新学期がスタートして3ヶ月が過ぎ、1年生もすっかり広瀨小学校の一員となりました。大きな声で元気に挨拶をしたり、休み時間に上級生と一緒に遊んだり、教室や廊下の掃除にも取り組んでいます。

今年度は梅雨の時期でも雨が少なく、校庭で元気いっぱい遊ぶ姿が見られます。毎日、水分補給のための冷たい飲み物のご準備ありがとうございます。合わせて、汗をふくハンカチやタオルなどの声掛けもよろしくお願いいたします。

お口の健康教室より

<1年生>



- ・乳歯が抜けたところに少し歯が見える。
 - ・前歯が大きい。
 - ・ギザギザしている歯がある。
 - ・むし歯があった。
- などいろいろな発見がありました。



低学年にとって身近な6歳臼歯です。

6歳臼歯は

- ① かむ力が一番強い。
 - ② 大人の歯の中で、最初にはえてくる。
 - ③ 上の歯と下の歯が正しくかみ合うようにする。
 - ④ 他の歯の並び方を決める。
- などとても大切な歯です。

でも残念なことにむし歯になりやすく、はえてすぐむし歯になってしまう子も多いそうです。

6歳臼歯はむし歯になりやすい

むし歯になりやすいわけ

- ① 乳歯のいちばん奥に生えてくるため気づきにくい
- ② 完全に生えるまでに時間がかかるため、
歯みがきしにくい
- ③ 噛む面がデコボコしているので
食べかすがたまりやすくなる



6歳臼歯の1本みがき



- 生えてくる途中は他の歯より低いいため、
歯ブラシの毛がとどかない



- お口の横から1本みがきをしましょう

6歳臼歯だけでなく、生えてすぐの大人の歯はやわらかいため、むし歯になりやすいです。歯ブラシを上手にを使って、しっかりと1本1本みがきましょう。

<歯みがきのポイント>

- 1 歯ブラシの持ち方は「えんぴつもち」
- 2 歯ブラシは場所によって「つまさき」「わき」「かかと」に分かれ、歯の形や場所によって使い分ける。
- 3 みがく時の強さは手の甲に歯ブラシを当てた時に歯ブラシの毛先が広がらない強さを目安に小刻みにみがく。

歯科衛生士さんより

- ・ 歯ブラシが口の大きさに対して大きすぎたり、毛先がひらいている児童がいるので、家庭でもう一度確認してほしい。
- ・ ギザギザした歯ブラシは汚れがとれないので、力をいれずにみがける平らな歯ブラシを使ってほしい。
- ・ 上の歯の前歯の汚れが目立った。ほとんどの児童が上の歯の前歯に歯ブラシが当たっていない。一緒に歯みがきをすると、3年生以上の児童は丁寧にみがいて、染め出しの色がきちんととれるので、歯みがきはできている。しっかりと1本1本を意識してみがいてほしい。
- ・ 低学年の児童には、夜の歯みがきの後に、毎日だけでなくぜひ仕上げみがきをしてほしい。



6年生は自分の唾液をとって、むし歯菌の活動性を見る実験を行いました。