



はは歯クラブだより

(4、5、6年生用)

NO.123 長崎市鳴見台小学校

学校歯科医 行成 哲弘



医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科

こんにちは！

11月21日に秋の歯科健診を行いました。

結果はいかがでしたか？

今回、はみがきは比較的きれいな子が多かったですが、
歯石（しせき）がついているお子さんが多く見られました。



歯石は、毎日みがきをしていても、みがき残し（歯垢・プラーク）があるとできます。みがき残しが無ければできないのですが、歯の色と、みがき残した汚れの色は白っぽくて似ているので、ぱっと見ただけでは、どこに汚れが残っているのかが分かりません。

染め出し液をご存知ですか？

染め出し液は、みがき残した汚れに色が赤く付くので、どこにみがき残しがあるのかがひと目で分かります。

お勧めするのは、写真にある綿棒で塗るタイプの染め出し液です。

細かい部分のみがき残しにも、はっきり色がついてくれます。

うがいのタイプの染め出し液もありますが、色付きが悪くわかりにくいのであまりお勧めはしません。



お家でも染め出し液を使い、定期的に（週に1回の使用をお勧めします）みがき残しがあるのかを確認してみてください。

そうすれば歯石が出来にくくなります。

詳しくはホームページでご覧下さい。
「ゆきなり」で検索すると簡単です。

<文責：歯科衛生士 池本真実>

