

はは歯クラブだより



NO. 174

こんにちは！  医療法人
ゆきなり小児・矯正歯科です。

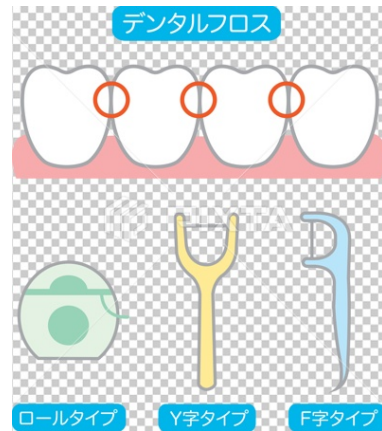
5月19日に歯科検診がありましたが、みなさんととても上手にお口を開けて診せてくれました。お家でもたくさんほめてあげてくださいね。

きれいにみがけているお子さんが多かった中で、歯と歯の間に食べかすが詰まっていたり、歯ぐきの腫れや、下の歯の裏側に歯石がたくさんついているお子さんもいました。今の年齢のお子さんはひとりではみがけません。

食べた後は必ず大人の方が **みがき直し** をしましょう！

〈みがき直しのポイント〉

- ①寝かせみがきで歯ブラシはえんぴつ握りで軽く持ち、奥歯から順番に2本20回ずつ細かくみがく
- ③歯ブラシは小さめのものを使い、広がったらすぐに交換（広がらなくても、1日3回使って1か月で交換が目安）
- ④歯と歯の間の汚れは使いやすいタイプフロスを使う



また、幼稚園の健診はスクリーニングです。歯医者さんで行うような健診ではありませんので、この機会にぜひ一度歯医者さんで診てもらってくださいね。

〈文責：歯科衛生士 濱崎華果〉