

2023年6月22日実施

# 保健通信 第9号

## 歯みがき指導

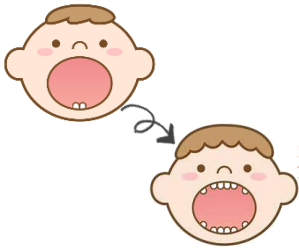
6/4~6/10「歯と口の健康習慣に合わせ、パネルシアターや紙芝居を使って歯の大切さについてうさぎ組さんの皆と考えました。

- ・歯や口の役割を知る
- ・歯みがきを習慣化する
- ・歯の大切さを学ぶ
- ・むし歯予防の方法を知る

ノリノリで看護師の話に耳を傾け、意見や質問も飛び出し、楽しく学べたようです。

「からだの健康は歯の健康から!」

ご家庭では仕上げみがきをお願いします。



赤ちゃんは生まれて6か月頃から歯が生えてくるよ。パネルの絵を見て教えてみよう。子どもの歯は20本だよ。みんなは何本あるかな?



歯ブラシの持ち方は「こんにちは」と「さようなら」があるんだね。



だらだら食べてるとむし歯菌にやられちゃうんだね。決まった時間に食べなくちゃ。



食べものをよく噛むと唾液が沢山出るんだね→口の中の汚れを洗い流してくれるんだって→むし歯を防いでくれるよ。

歯みがき楽しい~



- 🦷 むし歯を防ぐ食べ方
- ・だらだら食べない
- ・おやつ時間を決める
- ・よくかんで食べる

