

おうちのひとといっしょによみましょう！

ほけんだより

～はみがきしどう指導号～

令和元年 10月 堺市立光竜寺小学校 保健室

はみがきしどう指導をします！！










大切なはを守るために、毎日朝と寝る前まいにちあさにするはみがき。みなさん、ていねいにできていますか？
ちゃんとみがいているつもりでも、じつは、みがき残のこしているところがあるかもしれません。

今回は、こんかいは、はみがき指導しどうを行います。歯はについての学がく習しゅうとブラッシング指導しどうで、毎日まいにちの歯はみがきがもっと上手じょうずになるといいですね。がんばりましょう！！

☆日時☆

11月 6日 (水)	4年生 (2時間目)、6年生 (3時間目)
11月12日 (火)	1年生 (2時間目)、5年生 (3時間目)
11月14日 (木)	2年生 (5時間目)、3年生 (6時間目)

☆用意するもの☆

- 歯はブラシ (いつも使っているものがよい。 )
- タオル (染め出し前そだで服まへが汚れるのを防ふせぐために首くびまわりにつけます。
長いものをご用意ください。 )
- コップ2つ (うがい用ようの水みずを入れるものとはきだし用。  )
*はきだし用は、からの牛乳ぎゅうにゅうパックなどでも構かまいません。 
- 洗濯せんたくばさみ (タオルをとめるために使つかいます。 )
- 手鏡てかがみ 

普段電動歯ブラシを使っている場合は、電源は入れずに、普通の歯ブラシと同じようにして使用しますので、お知らせください。

※ 当日、忘れ物がないようにしてください。持ち物には名前を書いてください。

おうちの方へ

歯みがき指導の際に歯みがきの効果がわかるように、歯垢染め出し剤を使用します。(歯垢染め出し剤とは、歯についた歯垢という口腔内の細菌のかたまりをわかりやすくするために使用するものです。)

ブラッシング指導当日は、お子さまのお口の周りや舌に赤い色素が残っていますが、通常通り食事をしていただいで問題ありません。また、時間の経過とともに消えていきます。使用後の歯ブラシが赤く染まったり、衣服・タオルに付くとシミになることがありますので、ブラッシング指導当日は汚れが目立ちにくい服装で登校してください。なお、染め出し剤で染まった歯ブラシは通常通り使用していただいで問題ありませんし、時間の経過とともに色は薄くなっていきます。

歯科治療の関係等で染め出しができない場合は、お子様から伝えられるようにしてください。朝はいつも通り歯みがきをしてきてください。よろしくお願いします。