



2025年11月27日（木）  
加古川歯科保健センターの衛生士さんに、4歳児、5歳児対象に歯科保健指導をして頂きました。

## 歯科保健指導



どうしてむし歯ができるのか成り立ちについて教えてもらいました。ご飯を食べた後歯を磨かないとむし歯になってしまいます。ご飯を食べた後は丁寧に歯磨きしていきましょうね♪

パネルシアターの「いたずらごっくんとははっかい」を見ました。甘い物だけでなく、野菜や魚、牛乳など歯にいいものを食べて、歯磨きをすることが大事ということを学びましたね。



6歳臼歯について教えてもらいました。また、6歳臼歯の磨き方も含め、歯ブラシを使用し歯をみんなで磨きました。歯ブラシを小さく動かして10回ずつ磨こうね♪



- 歯科衛生士さんとのおやくそく●
  - ①歯がつるつるになるまで磨く
  - ②甘いものをだらだら食べない
  - ③虫歯はすぐに歯医者さんに行く
- 上記3つをおやくそくしました☆