☆4年生の歯みがき指導のこと

7月13日のほけんだよりで7月11日の歯みがき指導のことについては少しお話しました。

歯こうの染め出しえきをつかって、歯みがきのできていないところを確認しました。（これは1年生と同じです）

4年生はさらに、染め出しチャートに、歯こうがついているところを書きこみお家に持ち帰りました。

歯科校医さんのお話の後で、ケーキやコーラ、スポーツ飲料に入っている砂糖の量（5ｇスティック何本分？）を紹介すると、思った以上に入っていてビックリ！！

（保護者の方にアイデアをいただきました。ありがとうございました。）

＜感想より＞

- **こんなに赤くなるなんて思わなかった。夏休みは甘い食べ物は少なくして、きちんと歯みがきします。**
- **よるねるまえに、きちんとはみがきする。**
- **まえばはきれいだとおもっていたのに、けっこうきたなかったです。　など**

夏休みになります。勉強したことを忘れずに、また、ほかの学年のみなさんも、きちんとはみがきしましょうね。

☆おまけの「まちがいさがし」にチャレンジ！

（こたえはこのページにあります）

2まいのえには7つのまちがいがあります。さがしてみてね。

☆保護者の方へ

一学期は、お忙しい中、提出物など色々なことでご協力いただきましてありがとうございました。

今年度から4年生も歯みがき指導を実施し、1年生と4年生の2学年で歯みがき指導を行いました。歯こうそめだし液で歯が染まった人は4年生の方が多かったように感じました。 4年生になると自分でみがいているお子さんも多く、また混合歯列となり歯をみがくのも難しくなるためと思われます。

夜寝る前は、入念な歯みがきが大切と歯科校医さんもお話していました。4年生だけに限らず、この機会に仕上げみがきなども取り入れるなど、きちんと歯みがきができるように、ご配慮いただけると幸いです。

お子様たちが元気で夏休みをすごし、二学期に会えるのをたのしみにしています。気温差がありすごしにくい頃ですが、皆様お体に十分お気をつけてお過ごしください。