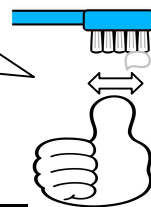


はみがきがんばいカード

ちょうどよい歯ブラシの大きさは、
親指の横幅くらいです。(※)



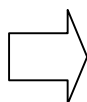
4 ・ 6年 組 番 名前

☆ 6月 16 日に歯のけんさがあります。まい日、ピカピカにみがいて、歯医者さんにきれいな歯と歯肉をみてもらいましょう。

☆ おうちの方へ：この機会に親子で、歯肉のチェックをしてみませんか？

<10日に、はブラシチェックをしよう！>

	○×
はブラシの毛先はひらいていない	
はブラシによごれがついていない	
はブラシの大きさはちょうどいい	



×がついたはブラシは、あらったり、新しいはブラシにとりかえたりしましょう。

※ 歯ブラシの大きさは、春日井市健康増進課 歯科衛生士より、指導を受けました。

☆ 歯と歯肉のさかい目をていねいにみがこう！！			10 (金)	11 (土)	12 (日)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)
朝の 歯 みが き	◎	かがみを見て、ていねいにみがいた							
	○	みがいた							
	×	みがけなかった							
夜の 歯 みが き	◎	かがみを見て、ていねいにみがいた							
	○	みがいた							
	×	みがけなかった							
歯 肉 の チ ェ ッ ク を し よ う ！	色	○ ピンク色 × 赤っぽい							
	形	○ 歯と歯の間に三角に入りこんでいる × まるくなってふくらんでいる							
	ひきしまり	○ ひきしまってピチピチ × はれていてブヨブヨ							
	出血	歯みがきをしたとき × 血が出た ○ 血が出ない							

自分の感想

おうちの方から

☆ 17日(金)にもってきましょう。