

# 虫歯予防教室をしました！

令和3年5月 香芝市立二上幼稚園



5月14日、香芝市から保健師と歯科衛生士の方が来てくださいました。おやつのはきはき形式で、「口の中ですぐに溶けてしまう甘いおやつは虫歯になりやすいです」「しっかりと噛んで食べるとだ液がたくさん出て虫歯になりにくいですよ」と分かりやすく教えていただきました。

チーズ食べた  
ことあるよ！



しっかりと噛んで  
食べるおやつが  
いいですね！



ブラッシング指導は、歯の  
模型を見ながら、マスクの上  
から人さし指で押さえてこす  
る口外法で練習しました。



給食を食べた後は、  
ぴかぴかに磨いているよ！



## ～3つのお約束～

- ① おやつは1にち1かい
- ② よくかんで たべよう
- ③ たべたら はをみがこう



仕上げ磨きがとても大切だそうです。

お家でもよろしくお願いします！