

文責：天本 雅子



歯科検診を終えて歯科校医の梅津先生より

歯に汚れがついている子がいました。

『歯みがき不十分』にチェックがついているお子さんは検査の日の朝、磨き忘れたという状態ではありませんでした。しばらく十分に磨けていない状態が続いているようです。

◎子どもの磨いている様子を見てください。（歯みがき時間、毛先が当たっているか）

◎夜だけでも仕上げ磨きをしてください。（高学年でも上手に磨けない子には必要）



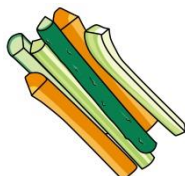
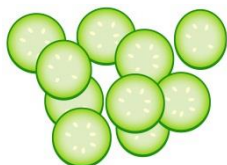
『スペース不足』や『叢生』でも、成長途中だからまだ間に合う！

歯が生えている歯槽骨を成長させよう！

○ 噛みごたえのある食材を使う。



○ 大きめに切って、たくさん噛めるようにする。



どちらの切り方でも問題がない料理であれば、薄く・小さくよりも、厚く・大きく切ってみましょう。

○ 食事の時、水分で流し込み食べをしない。



飲み物で流し込むように食べると、噛む回数が少なくなります。飲み物は初めと最後のみにして、食事中は自分の力で飲み込むようにしましょう。

スマホ・ケータイ安全教室を開催します

スマートフォンや携帯電話は便利で楽しい道具ですが、危険も多く潜んでいます。

今回、学校保健委員会主催でNTTドコモのメディアインストラクターの方をお招きし、スマホ・ケータイ安全教室を開催します。子どもたちを守る方法を身につけましょう！

日時：平成29年12月14日（木） 15：00～15：45
場所：3階算数ルーム

多くのご参加を
お願いします！