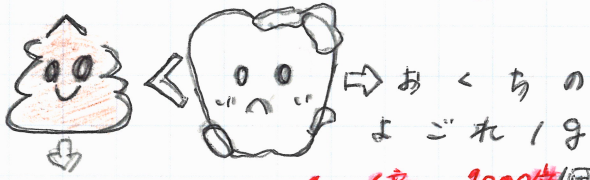


おうちの中和おレソの穴
どっちが汚れている?!



おうちの
よごれ19
うんち19 **100億~1000億**
の細菌
100万個の細菌
(おうちの菌が原因で
おこる病気)

「**歯周病**」ニサイレントデジズ
サイレントキラー
歯周病は**無症状**で
進行することから
「**歯周病の病**」と
言われてしまふ。
虫歯であればしめる
いたみがあるなど
症状が早い段階で
発見できず、
歯周病の場合には
無症状のまま、
歯周病の病気が
重症化している
ことが多いです。

歯みがきのポイント!!

- ① 毛先をきちんと当てる。
- ② 小まごみに動かす。
1~2歯ずつみがく感じで動かす。
(1~2mm)
- ③ 歯ブラシは毎日交かん!
- ④ おうちの人からのしあげ。(チャージ)
- ⑤ 定期的に歯医者さんでチャージ!

今回、BOCや歯みがき、
歯周病について調べて
てみて家族に伝えて
あげたいことを知らな
い友達とかに教えて
あげたいので周りの
人の健康を守って
あげたいなと思っ
た。おしる学んだこと
を無かしていきな
い。

編集後記

ベーシックオーラルケアで
救える命がある!!

Basic Oral Care

基本的な おうちの ケア

おうちで毎日行っている
日常的な歯みがきのことを
「**BOC**」とします。

[歯周病と全身の健康]

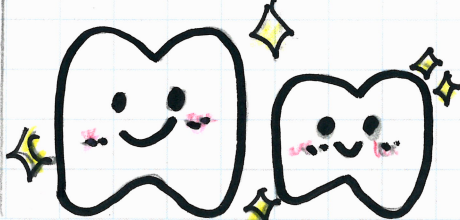


お口のお手入れは**命**のお手入れ!!

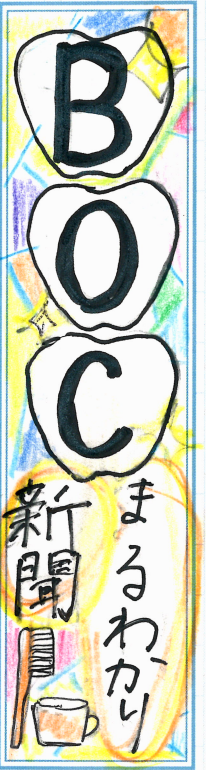
[歯医者さんはこわくない!!]

いなくなる前の歯科検診

- ① おし歯、歯ぐきの検査
- ② 歯石とり、着色とり
- ③ ケアのしどう



歯医者さんは、歯がこわくなくな
行く所ではなく、おし歯を予防す
るために行くことが大切!!
定期的にはメンテナンスを行
うことで、常におうちのなか
の**健康を保とう。**



発行所
なまえ
政時 5年 3組
百花
合川 小学校