

ちゃんとみがいていますか？



まえば おくば
(前歯はぴかぴか奥歯はきたない)



まえば おくば
(前歯も奥歯もぴかぴか)



おくば
奥歯もしっかりみがきましょう！

<健康教育シート裏面>

【健康教育シート③ ちゃんとみがいていますか？】

いつも前歯はみがくけれど、奥歯まで歯ブラシが届いていない人もいます。奥歯は食べ物を噛んだり、食べたものを飲み込むために大切な働きをしています。むし歯で奥歯に穴があいたり、歯周病でぐらぐらしてしまえば毎日の食事が楽しくありません。

奥歯に歯ブラシをあててていねいに歯をみがいてください。