

6月の保健目標は「歯を大切にしよう」です。



みなさん、歯を毎日みがいていますか？

朝食後、昼食後、夕食後の1日3回、忘れずにみがくことが歯の健康にとって大切です。

保健室前には、歯に関するクイズが掲示されています。



その中から1問紹介します♪

Q、みがき残しやすいところはどこでしょうか？

- ①歯と歯の間 ②歯と歯ぐきの間 ③奥歯のかみ合わせ

正解は・・・「全部」です！！

歯ブラシの毛先が届きにくいところや、見えにくいところは、特にていねいにみがきたいですね。

1日3回の歯磨き習慣をしっかりと身に付けて、自分の歯を大切にしていきましょう。