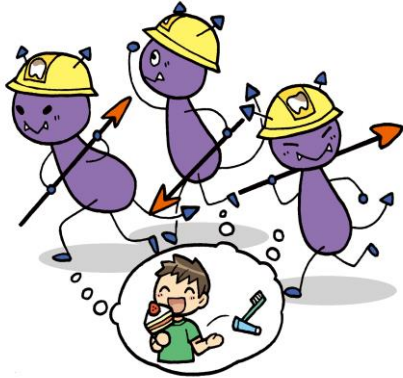


5月 むし歯予防の日 (5/24)

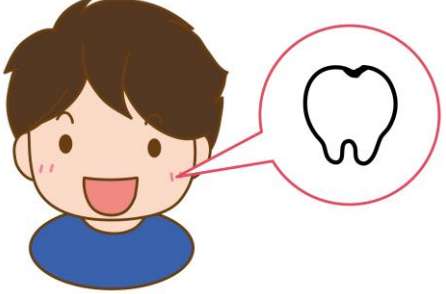



めあて 「 むし歯の進み方について知り、むし歯の予防をしよう 」

1 むし歯ってなに？

口の中にある「ミュータンス菌」が、食べもの（特にあまいもの）をエサにして「酸」を作り出します。この「酸」によって歯がとける病気が、むし歯です。



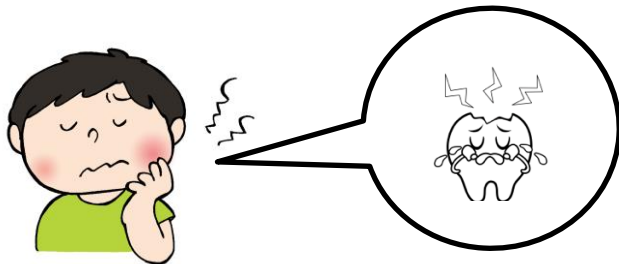
2 むし歯の進み方

<p>シーワン C 1</p> <p>すこ ちやいろ 少し茶色になる、 まだいたくない</p> 	<p>シーツー C 2</p> <p>つめ 冷たいものがしみる くろ 黒くなってくる</p> 
<p>シースリー C 3</p> <p>ずきずきいたむ いたくてねむれない</p> 	<p>シーフォー C 4</p> <p>は 歯のしんけいがかさっている ものをかむことができない</p> 

3 あなたは、むしばになりやすい？

あてはまるときは、( ) の<sup>なか</sup>中に○を<sup>か</sup>書きましょう。

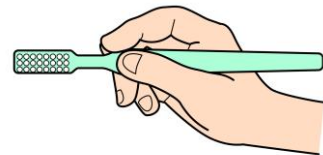
- ① ( ) あまいおやつを<sup>た</sup>食べたり、あまい<sup>の</sup>飲み物<sup>の</sup>を<sup>の</sup>飲んだりする回数<sup>かいすう</sup>が多い<sup>おお</sup>。
- ② ( ) <sup>いま</sup>今までに、むし<sup>ば</sup>歯<sup>ば</sup>になったことがある。
- ③ ( ) <sup>は</sup>歯<sup>は</sup>ならび<sup>わる</sup>が悪い。
- ④ ( ) <sup>えき</sup>だ液<sup>りょう</sup> (つば) の<sup>すく</sup>量<sup>くち</sup>が少ない。口<sup>なか</sup>の中<sup>なか</sup>が、かわきやすい。
- ⑤ ( ) <sup>し</sup>歯<sup>しろ</sup>こう (白くてネバネバしたもの) が<sup>は</sup>歯<sup>は</sup>にたくさんついている。
- ⑥ ( ) <sup>よる</sup>夜<sup>まえ</sup>ねる<sup>は</sup>前に、歯<sup>は</sup>を<sup>み</sup>みが<sup>か</sup>かないことが多い<sup>おお</sup>



○の数 <sup>かず</sup> . . . \_\_\_\_\_ こ

4 じょうずな<sup>は</sup>歯<sup>かた</sup>のみがき方

かるい<sup>ちから</sup>力で、こまかく<sup>は</sup>歯<sup>うご</sup>ブラシを動かす



<p>はとはぐきのあいだ</p>	<p>はのうらがわ</p>	<p>おくばのみぞ</p>
<p>たてにうごかす</p> <p>よこにこまかくうごかす</p>	<p>かかとでみがく</p>	<p>ブラシをみぞにあててうごかす</p>