

6月11日(金)、佐井村保育所で年長、年中、年少、13名を対象にむし歯予防教室が行われました。今回の歯科指導のテーマは、「どうしてむし歯になるのかな?」むし歯にしないためにはどんなことに気をつければよいのかなど、赤い染め出し液を使って歯の磨き残しを調べ、ブラッシング指導を行いました。佐井村保育所ではむし歯にしないために「4つのお約束」を決め幼児に指導しています。

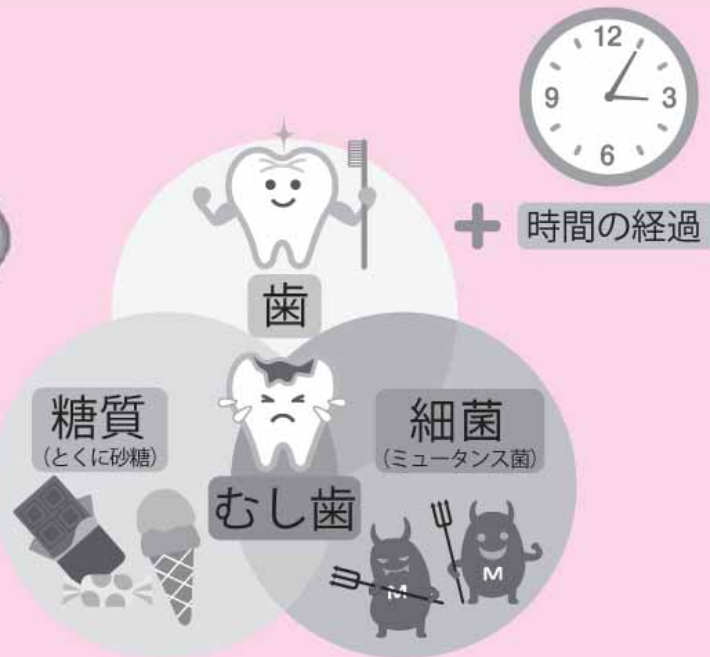
むし歯にしないための「4つのお約束」が守れているかチェックしてみましょう。



## 4つのお約束



- 食べたら、歯を磨こう
- のどが乾いたらお水を飲もう
- おやつは時間を決めてたべよう
- 好き嫌いなくなんでもよくかんで食べよう



歯の質 …… むし歯になりやすい歯の質

細菌 …… むし歯菌 (ミュータンス菌など)

糖質 …… 砂糖が多い食べ物

時間 …… ダラダラ食べなどお口の中が溶けやすい酸性になる時間が長い

\*この4つが重なったところがむし歯です。むし歯になりにくくするために、「4つのお約束」を参考に見てみましょう。