



3・4・5 歳児の

歯磨き指導がありました

令和6年11月13日

池袋第五保育園

まずはホールに集まって、歯科衛生士から歯についてのお話です。パネルシアターを見ながら、虫歯にならないための約束を聞きました。



虫歯にならないための約束！

- ① 甘いものは時間を決めてすこしだけ。
- ② 食べたなら歯磨きをしよう。
- ③ 何でもよく噛んで食べよう

ブクブクうがいの練習もしました。

4 歳、5 歳児はクラスに戻り、正しい歯の磨き方を練習しました。自分の歯ブラシでの練習は嬉しそうです。「こんにちはの持ち方」と「さようならの持ち方」を教えてもらいました。歯科衛生士さんのビックな歯の模型での歯磨きの真似をしながら練習。「みんな上手ですよ」と褒められました。



前歯 2 本に赤染め（魔法のクスリ）をぬってもらい、鏡で磨き具合をチェック。
「磨き残し、ないかな？」
「歯と歯の間が赤いなあ」

- ① 歯ブラシで遊ばない
- ② 歯ブラシを持って走らない。
- ③ 歯ブラシをかまない。が約束です。



年長 5 歳児は、子どもの歯が抜けて大人の歯が生えはじめる年齢。特別なお話がありました。1 番奥に、6 歳位になると生える「6 歳臼歯」。生え始めは磨きにくく、虫歯になりやすいそうです。つつこみ磨きで凸凹な並びの歯も磨きましょう。仕上げ磨きも大事とのこと。健康な歯で、元気にすごしたいですね。



奥まで歯ブラシをつっこんでから、磨くよ。

おやつ選びの話。
お菓子の時は、甘くない
お茶にするといいですね。

