

ねんせい

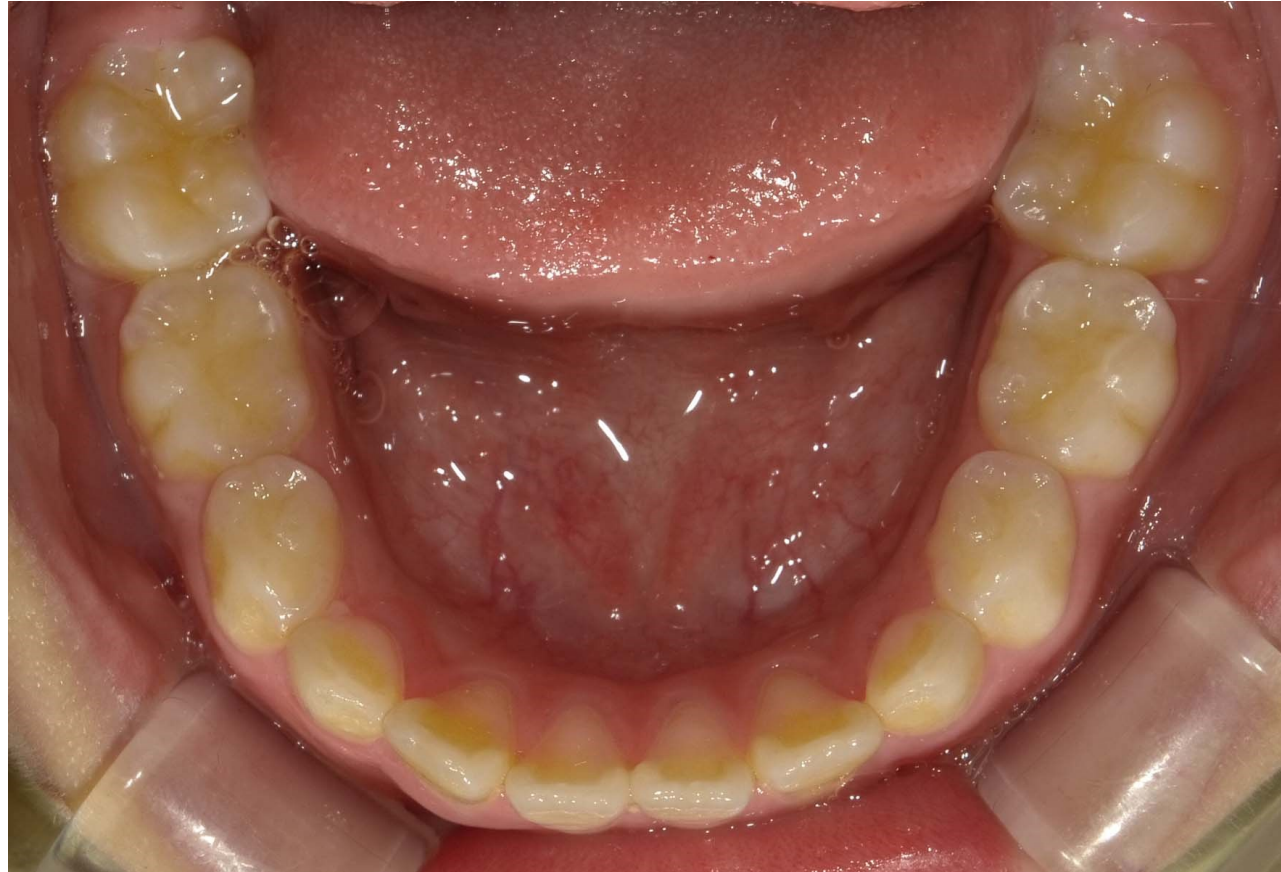
1年生

どうして

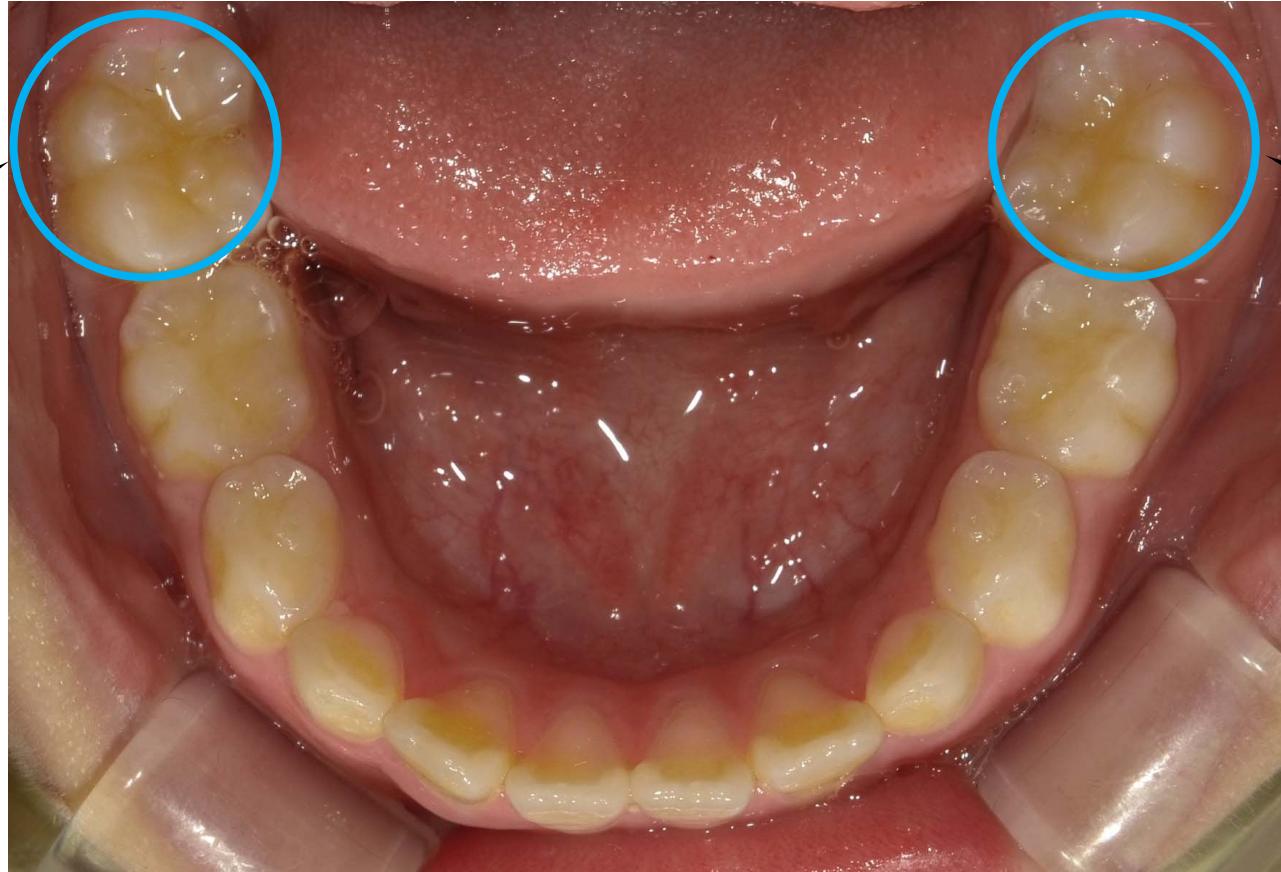
むしばになるの？



ねんせい くち  
**1年生のお口**



# はの<sup>おう</sup>王さまをさがしてみよう

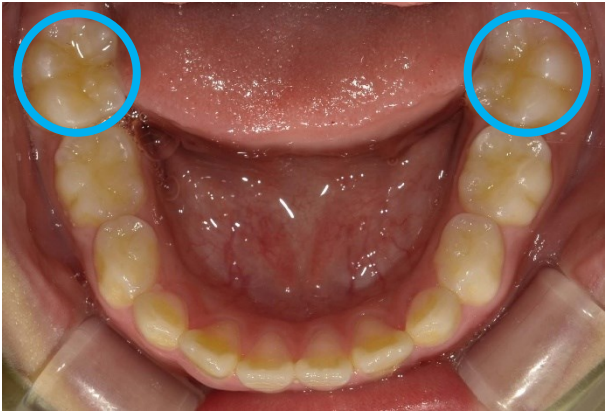


ここにいるよ

みぎ ひだり  
右と左  
ぽん  
1本ずつだよ

だい<sup>いちだい</sup>一大きゅうし (6さいきゅうし)

# だい<sup>いち だい</sup>一大きゅうしのひみつ



いちばん<sup>おお</sup>大きいおとなのは

いちばん<sup>ちから</sup>力もちのおとなのは

はならび・かみあわせのきじゅん

むしばになりやすい

# どうしてむしばになるの？

ミュータンスキン

さとう

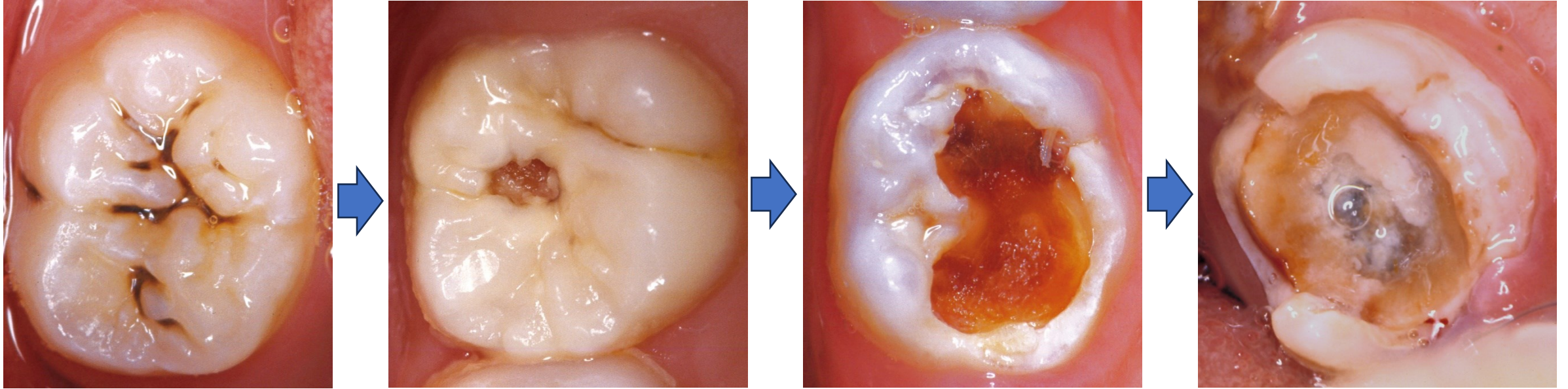


しろいうんち

しこう

さん

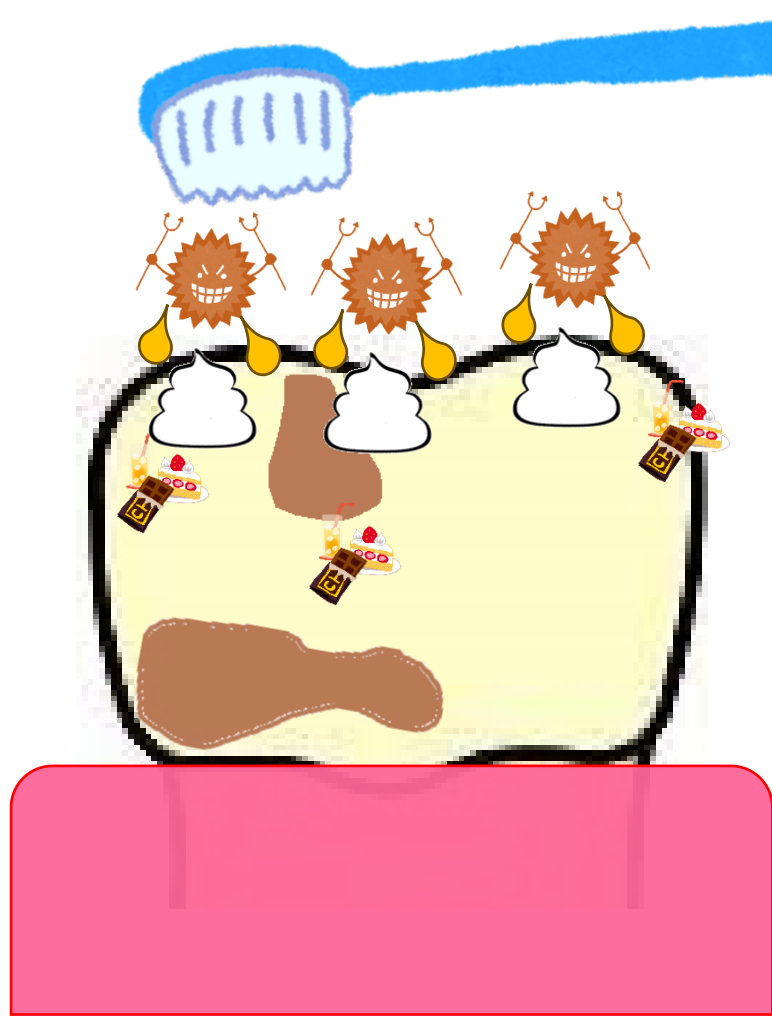
# むしば



むしばは、はみがきしても  
なおりません



# むしばにならないようにするには？



じょうずなはみがき！



# ぴっかぴかのは <sup>だい</sup>大きくせん！

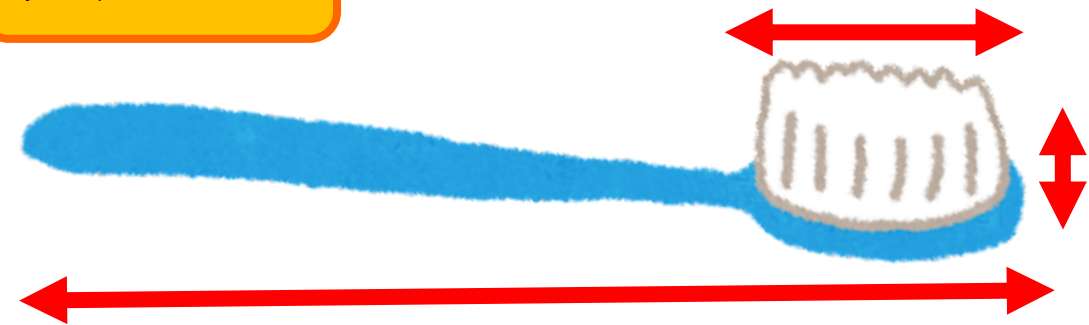
## ① よいどうぐをつかおう

### かたさ

「ふつう」がおすすめ。  
(「やわらかめ」はよごれがおちににくい)

### おお 大きさ

ひと <sup>いち</sup>  
人さしゆびのだいーかんせつくらい



けたば  
・ 3~4れつ  
・ たかさ8~9mm

けたばを <sup>うえ</sup>上から  
み  
見たとき  
3~4れつもの



ぜんたいの <sup>おお</sup>大きさ：じぶんの <sup>て</sup>手・ <sup>くち</sup>口の <sup>おお</sup>大きさにあわせる





# こんなハブブラシはダメ



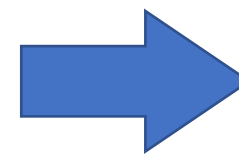
## ばくはつハブブラシ



- はぐきをきずつける



- きれいにみかけない



げっ  
1か月に1かいはかえましょう！

## ② もちかた

ちから  
かるい力で、えんぴつもち



て  
手かがみを見て、ハブラシのあたるばしょを  
かくにんしながらみがく。

# 3 みがきかた

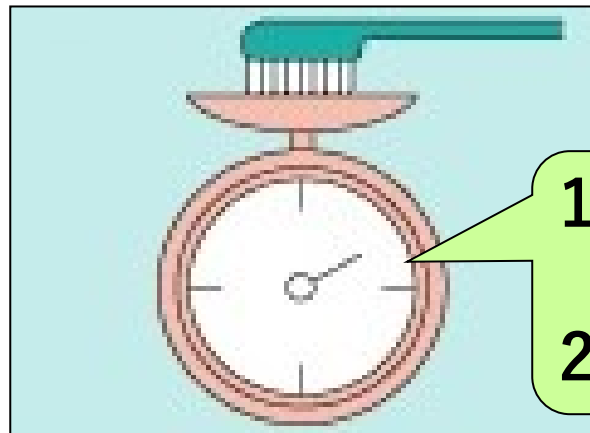
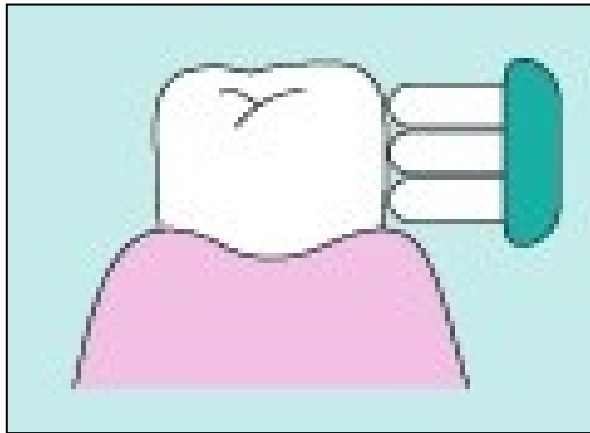
あてたときにけ先が  
ひろがらないでいどで  
みがく

シャカシャカ  
みがき

ポイント①

ポイント②

ポイント③



ぴったりあてて

ちから  
かるい力で

ちい  
小さくはやく

4

1年生はここがポイント

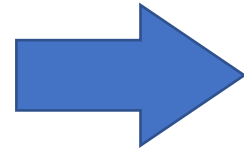
いちだい

だい一大きゅうしのつつこみみがき



# ⑤ やくそく

1 たべたらみがく。



2 よるはおうちの<sup>ひと</sup>の人にしあげみがきをしてもらう。

3 おやつは1日<sup>にち</sup>1かいで、  
ジュースはできるだけ<sup>ま</sup>ない。



4 <sup>ねん</sup>年に1かいは、むしばがなくとも、  
はいしゃさんにいく。



5 よくかんでたべる。 (<sup>くち</sup>1口30かい)



この教材の著作権は松山市歯科医師会と松山市教育委員会に帰属しております。教材の内容、テキスト、画像等の無断転載・無断使用を固く禁じます。また、他の教材等への引用や改変等の二次利用を厳禁いたします。