

ほけんだより

矢吹町立三神小学校
令和5年6月7日 NO. 6

は くち けんこう かんが 歯と口の健康を考える②

～ わたしたちの歯 ～



は かたち はたら 1 歯の形と働き

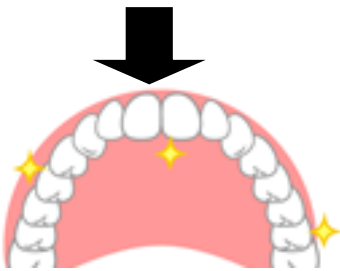
口は食べ物の入口で、上下に並んだ歯が食べ物を細かくします。
切歯(前歯)、犬歯(糸切り歯)、臼歯(奥歯)はどんな働きをするのでしょうか？

切歯 (前歯)

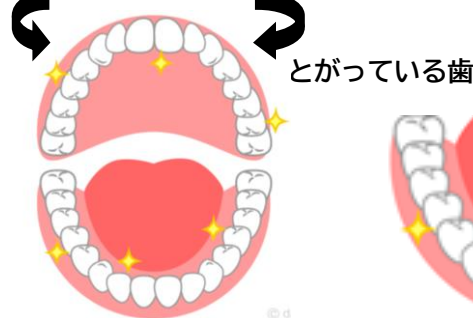
犬歯 (糸切り歯)

臼歯 (奥歯)

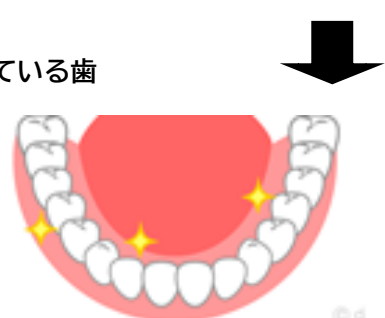
かみ切る働き



切りさく働き



すりつぶす働き



こ は おとな は はえ か 2 子どもの歯から大人の歯へ生え変わりの方



乳歯の下で、永久歯が
できはじめています。



永久歯が成長する
につれ、乳歯の根がだ
んだん溶けて短くなり
ます。

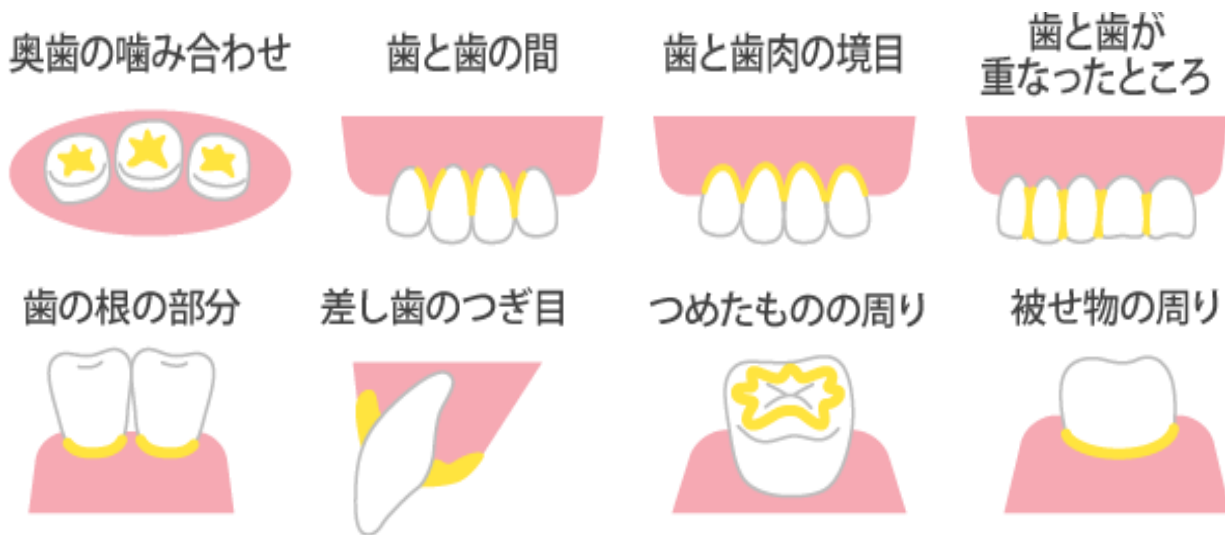


根の短くなった乳歯はグ
ラグラになり抜けてしま
います。その後、永久歯が生
えてきます。

乳歯(子どもの歯)は、私たちのからだの成長、発育を支えるだけでなく、永久歯(大人の歯)が正しい位置に生えるための案内役をしてくれます。

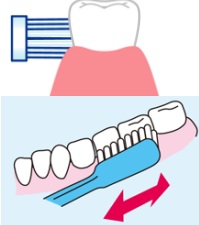
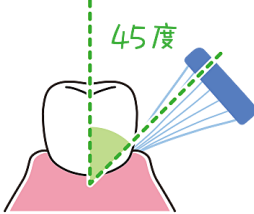

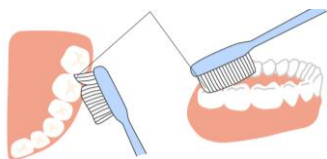
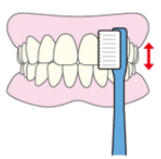
3 おし歯になりやすいところが 歯みがきしにくいところ

歯と歯の間、奥歯の噛み合わせなどの歯垢（プラーク）の残りやすいところ、歯の根の部分、つめた物のまわりなど、歯磨きのしにくいところはプラークが残りやすく、「むし歯になりやすい」ところです。図のようなところは、特に念入りに磨きましょう。



4 しっかり歯みがきのポイントは

- その① 食べたらずぐに3分間歯をみがく。
- その② 鏡を見ながら1本1本ていねいにみがく。
- その③ 歯ブラシの毛先を歯に直角（90°）にあてて、こきざみに動かす。
- その④ 歯と歯の間は、毛先でよごれをかき出すようにする。

<p><歯の横> 細かく震わせてみがく</p> 	<p><歯と歯肉の境目> 45度の角度にあてて細かくみがく</p> 	<p><前歯の裏側> 歯ブラシの毛先を当てて、かき出すようにみがく</p> 
<p><奥歯> ブラシの毛先が当たるようにみがく</p> 	<p><重なったところ> 1本ずつタテにみがく</p> 	<p>力を入れすぎず、1本1本丁寧に磨きましょう。</p>

