

な つ や す

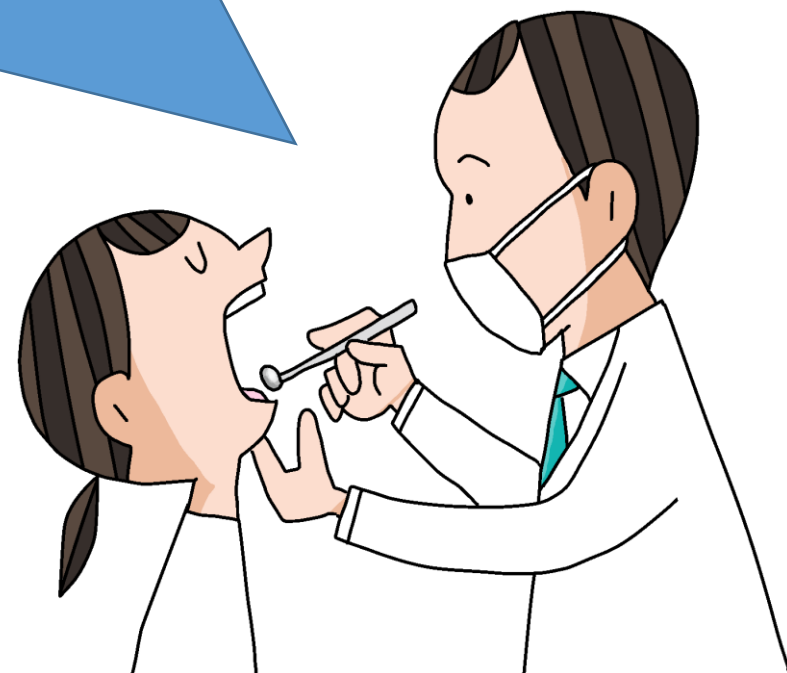
# ～夏休みのおやくそく～

がっこうしかい かねたにせんせい

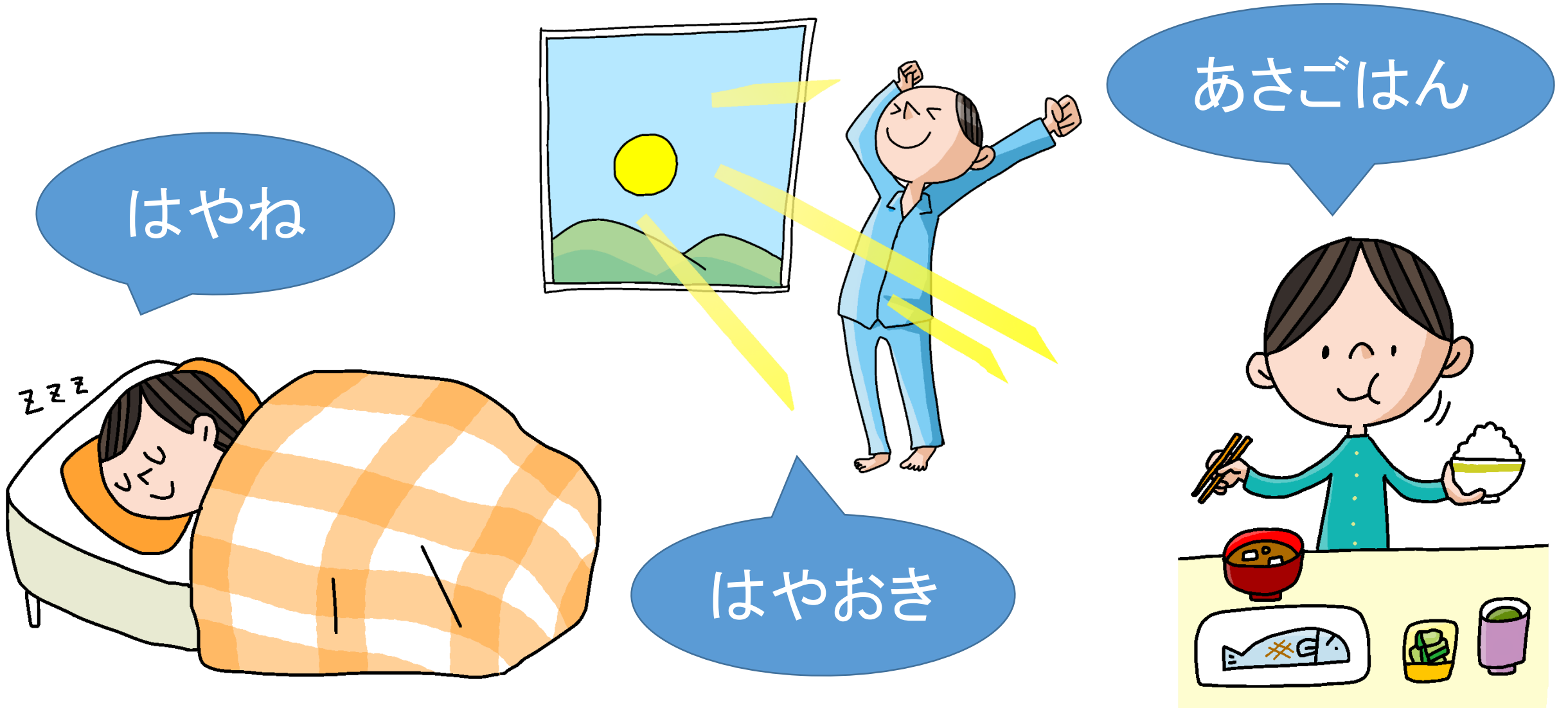
学校歯科医 金谷先生から

かみがもしょうがっこう

上賀茂小学校のみんなへ



# 1 はやね はやおき あさごはん



## 2 <sup>た</sup>食べた<sup>は</sup>ら 歯をみがく

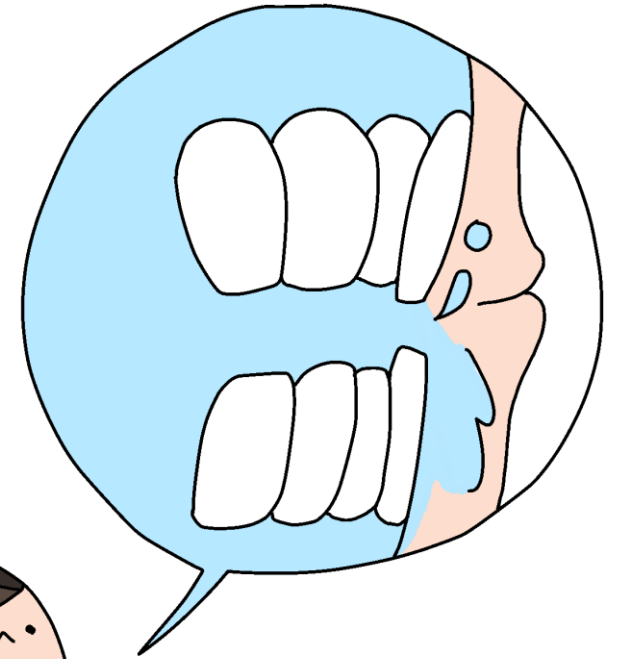


かがみをつかって  
きれいにみがける  
といいね！

### 3 は 歯みがきができないときは くち 口をゆすぐ

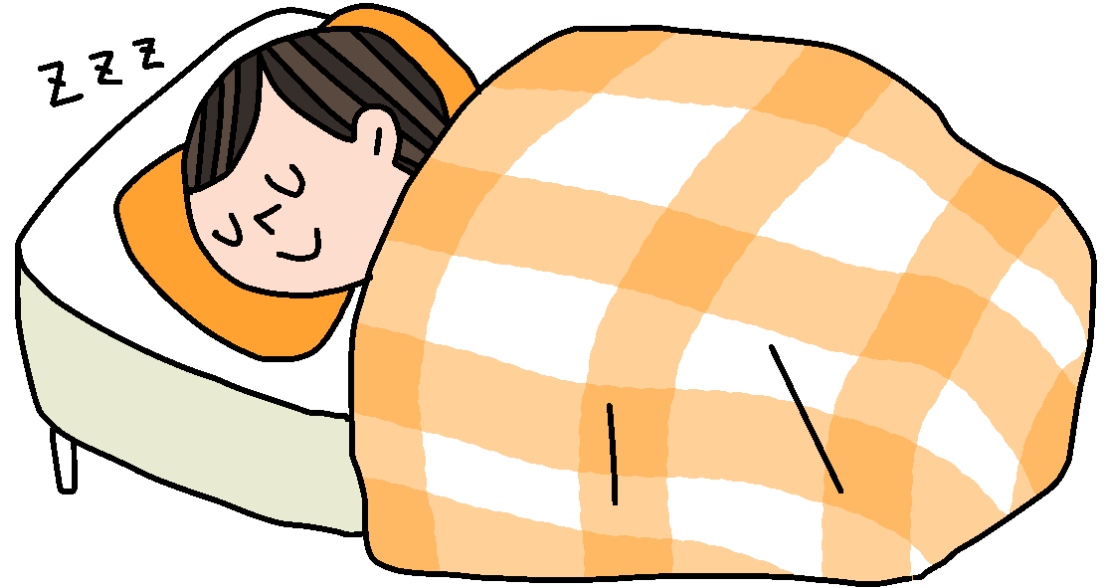
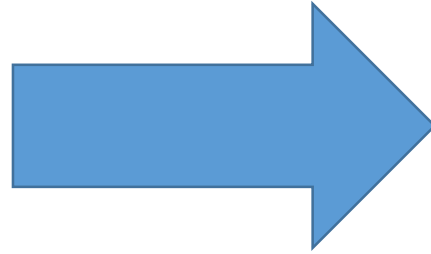


ぶくぶく うがいをしよう



まえばにも みずをあてよう

## 4 ねるまえに 歯みがき



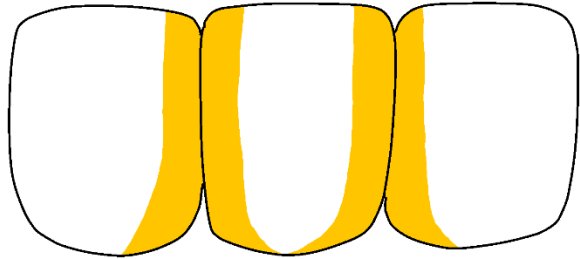
よる

すく

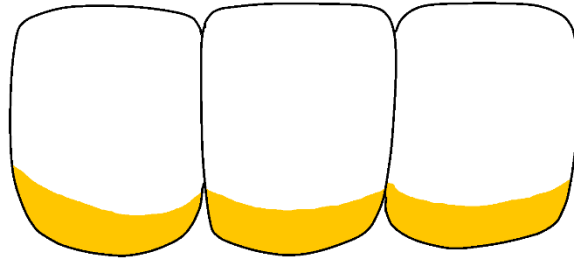
ば

夜は だえきが少なくなるから むし歯になりやすいよ！

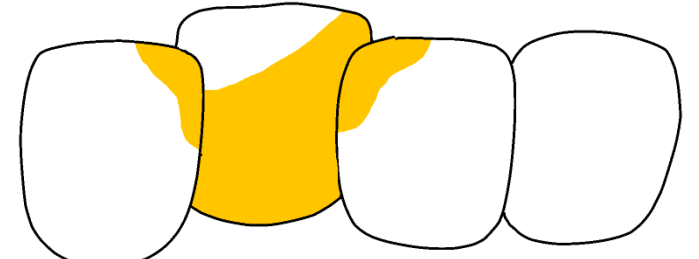
## 5 しあげみがきをしてもらおう



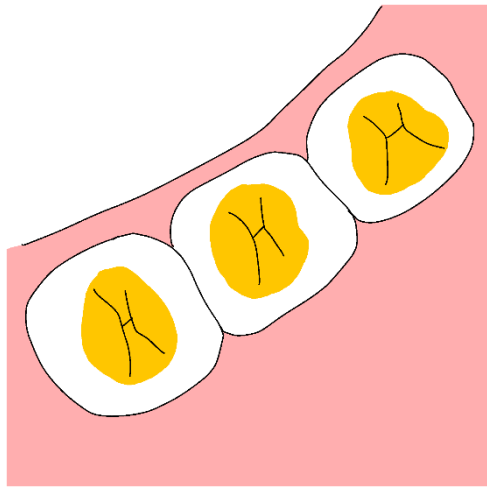
は は あいだ  
歯と歯の間



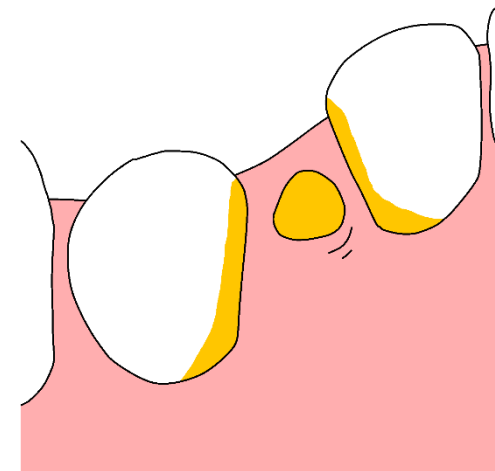
は は あいだ  
歯と歯ぐきの間



ぜんご は  
前後にずれている歯



ば あ  
おく歯のかみ合わせ

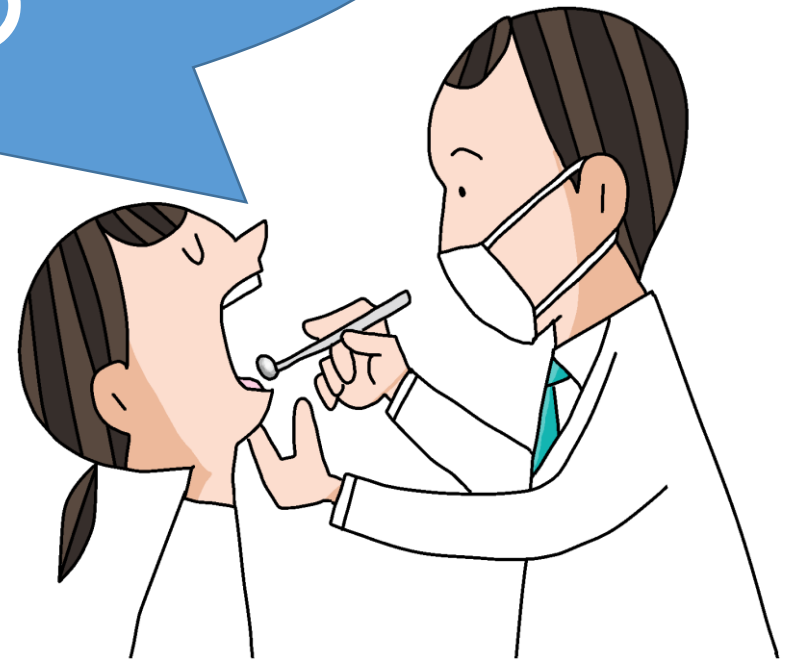


あたら は は まわ  
新しく生えている歯・その周り

は  
きれいな歯で

けんこう まも

健康を守りましょう



かねたにせんせい  
金谷先生