

# 2月1日(水)

## 上手なはみがき



今日から2月になりました。まだまだ寒い日が続きますが、少しずつ日が長くなってきていることを感じます。体には気をつけながら、春が来るのを楽しみに待ちましょう！

さて、昨日は、学校歯科医の杉山先生の出前授業がありました。今回のテーマは、「上手なはみがき」。適切な歯ブラシの選び方や歯磨き粉のつけ方から、汚れの取りにくい部分とその磨き方まで、図を使って分かりやすく教えていただきました。仕上げ磨きをされているご家庭も多いと思います。正しい歯磨きの習慣を身に付けるために、小学生のうちはとても大切だそうです。自分でケアができるよう、よろしくお願いします。