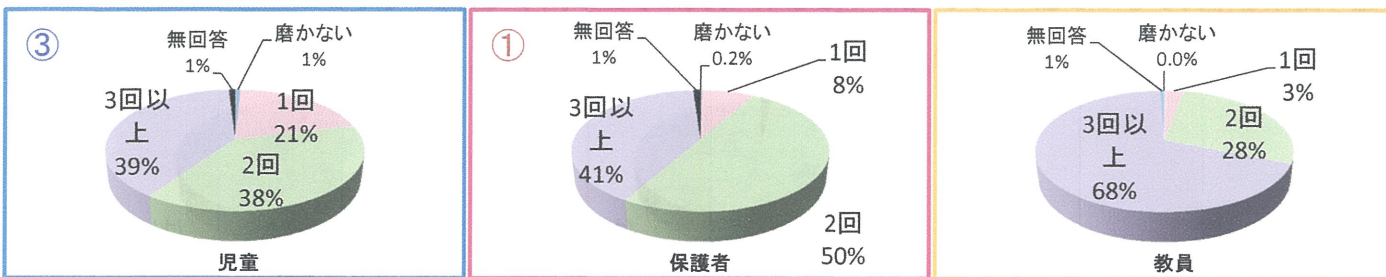
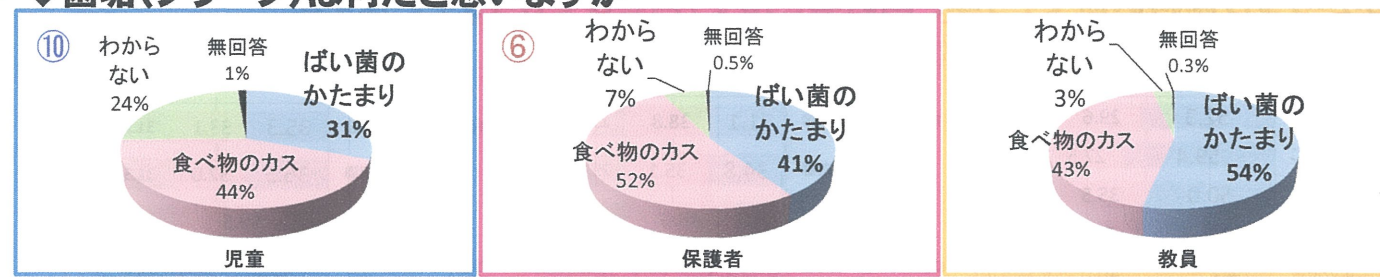


# 歯みがきについて

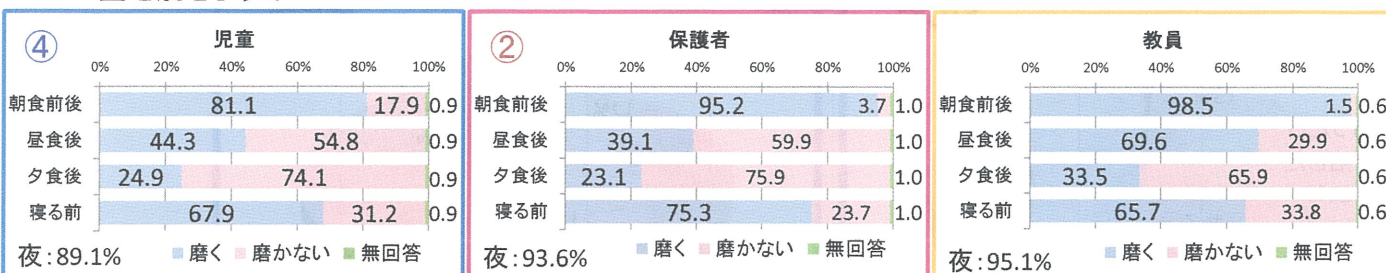
## □1日の歯みがき回数



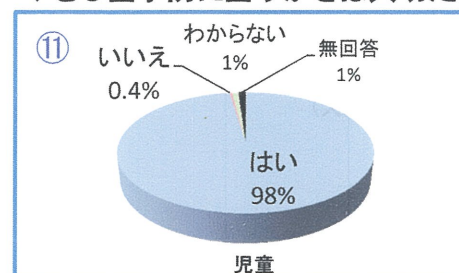
## ★ ◆歯垢(プラーク)は何だと思いますか



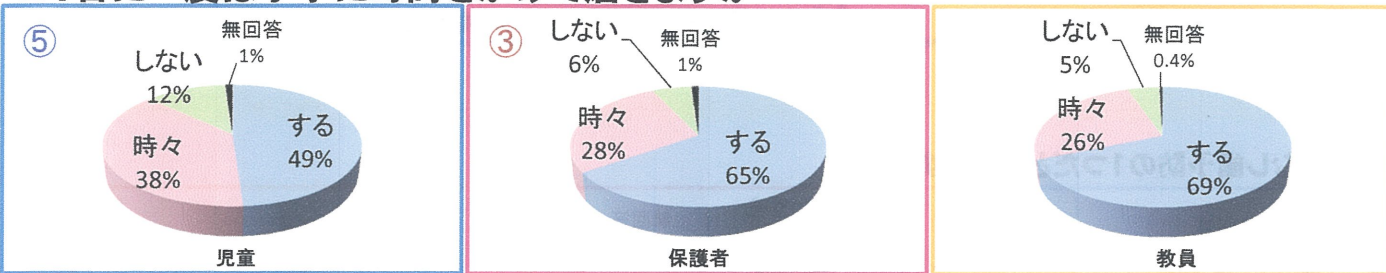
## □いつ歯を磨きますか



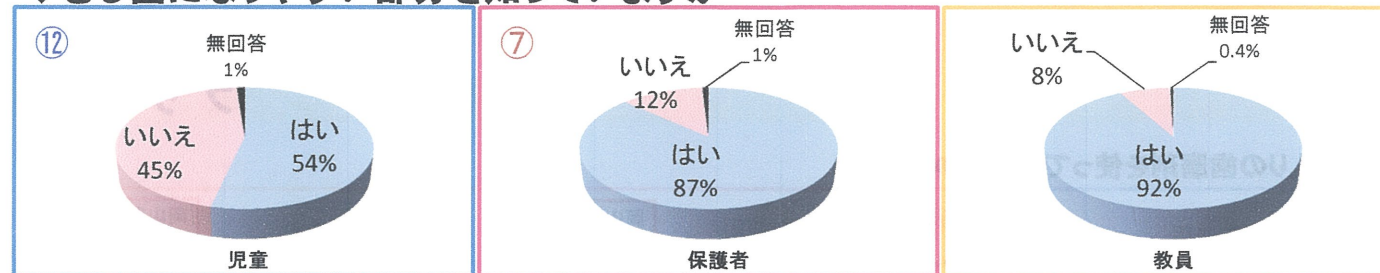
## ◆むし歯予防に歯みがきは大切だと思いますか



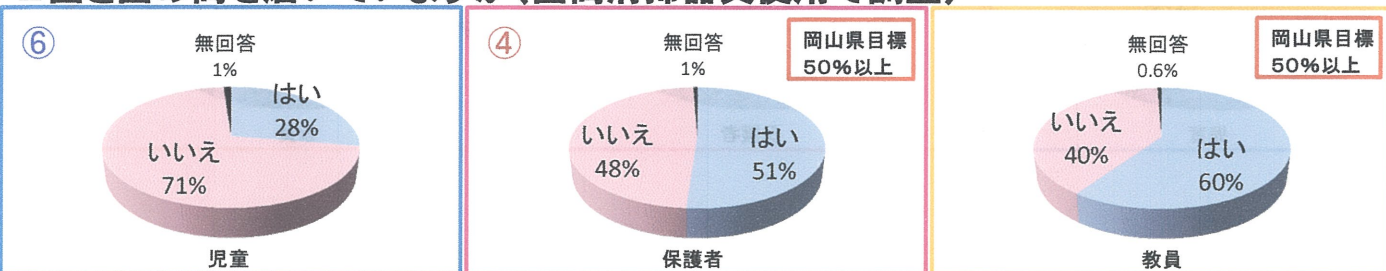
## ★ □1日に一度は丁寧に時間をかけて磨きますか



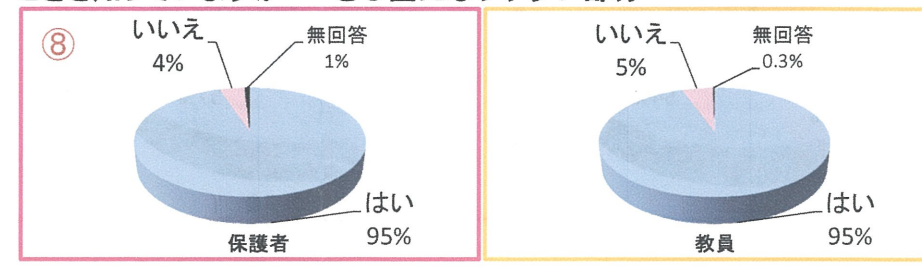
## ★ ◆むし歯になりやすい部分を知っていますか



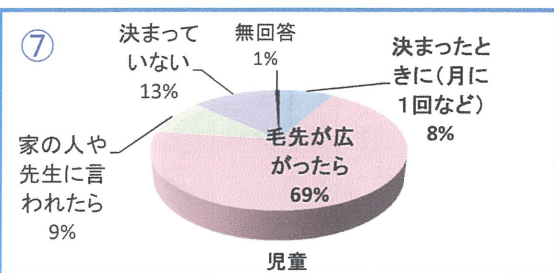
## ★ □歯と歯の間を磨いていますか(歯間清掃器具使用で調整)



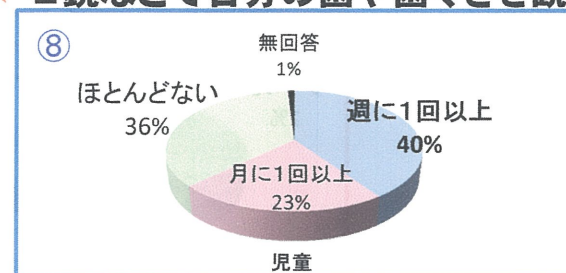
## ◆奥歯の溝は歯ブラシが届きにくいことを知っていますか →むし歯になりやすい部分



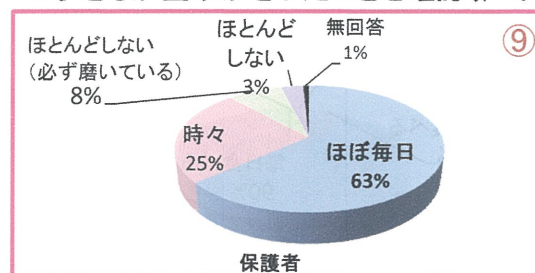
## □歯ブラシをいつ交換しますか



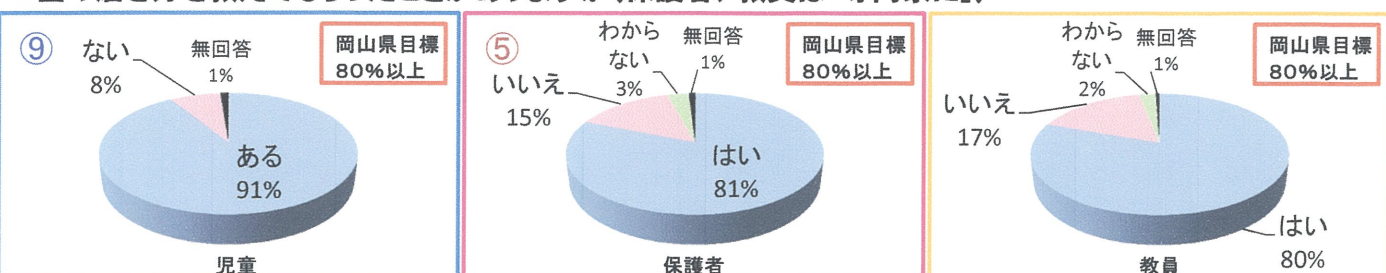
## ★ □鏡などで自分の歯や歯ぐきを観察しますか



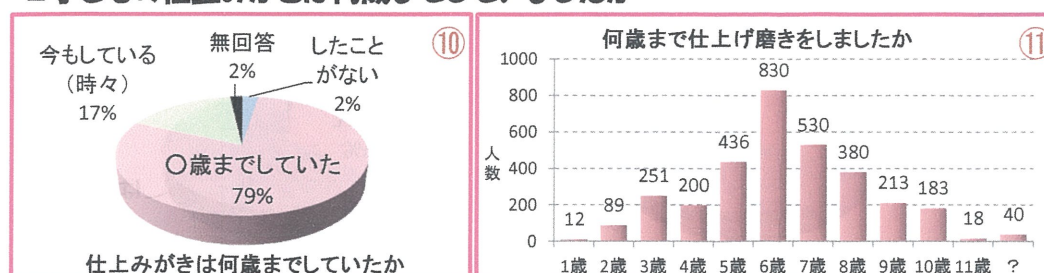
## □子どもが歯みがきしたことを確認(声かけなど)していますか



## □歯の磨き方を教えてもらったことがありますか(保護者、教員は「専門家に」)



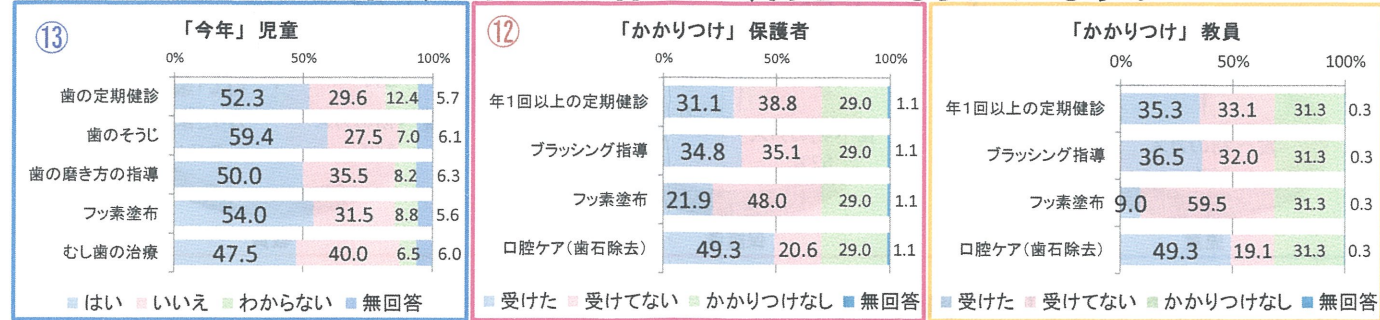
## □子どもの仕上げみがきは何歳までしていましたか



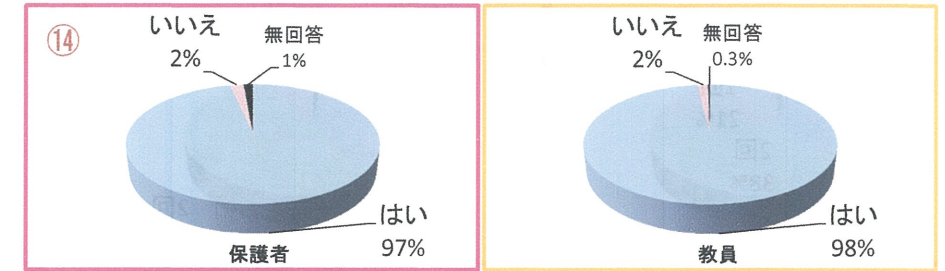


## 歯科医院の定期受診について（定期歯科健診）

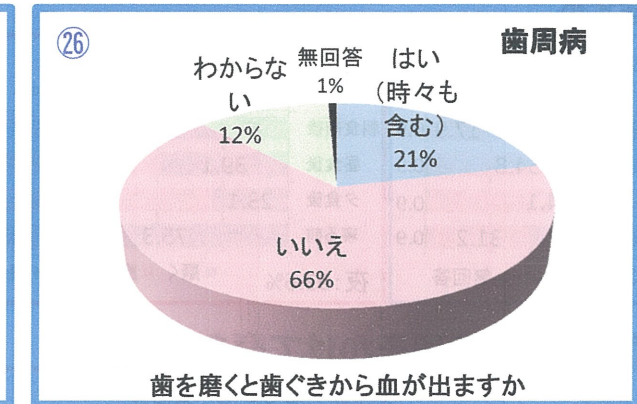
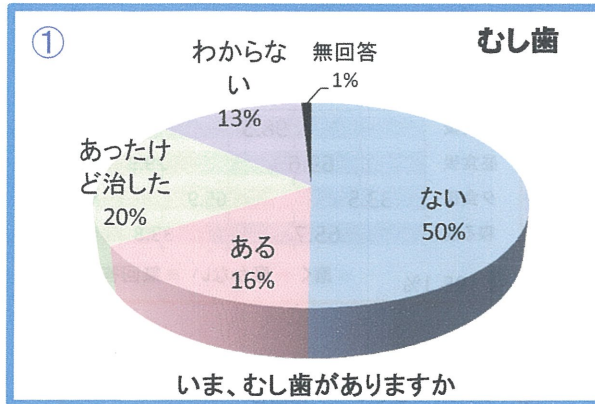
### ★ □かかりつけ歯科医院で（今年、歯医者さんで）何をしてもらっていますか



### ◆口腔の健康を維持するにはセルフケアだけではなく、専門のケアが大事だと思いますか

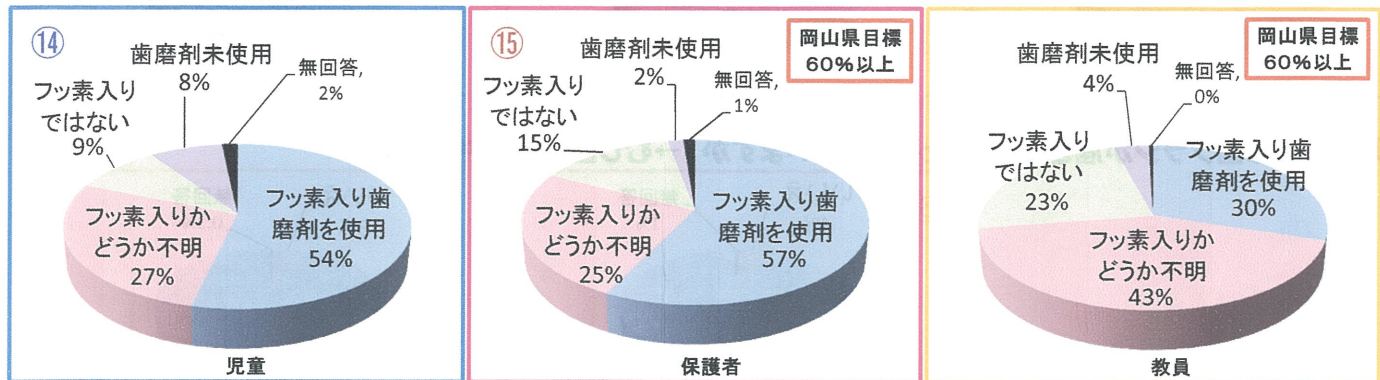


### ★ □子どもを定期的に歯科医院に連れて行っていますか

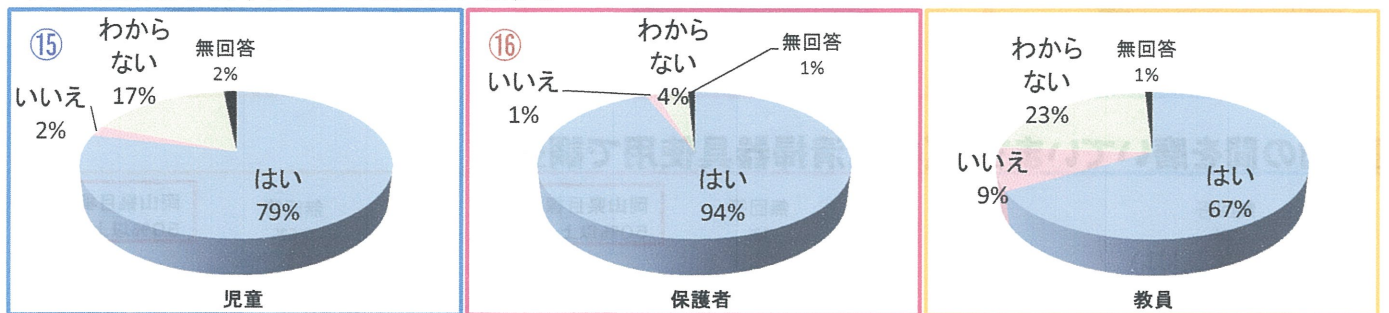


## フッ化物について

### □フッ素入りの歯磨剤を使っていますか

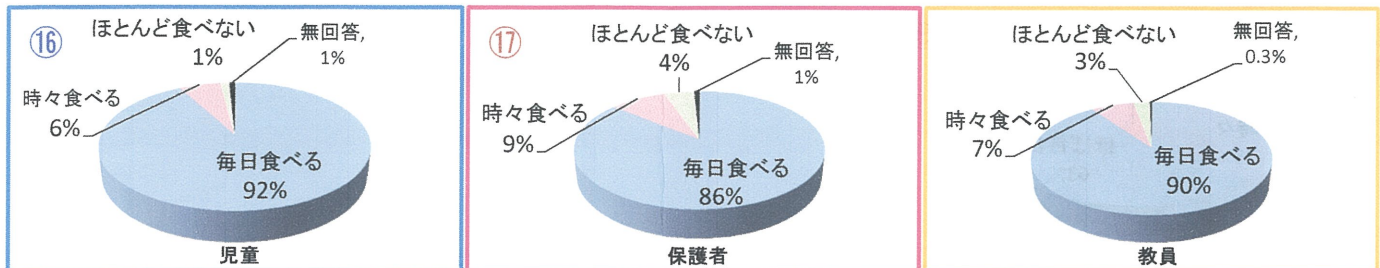


### ◆フッ素はむし歯予防の1つだと思いますか

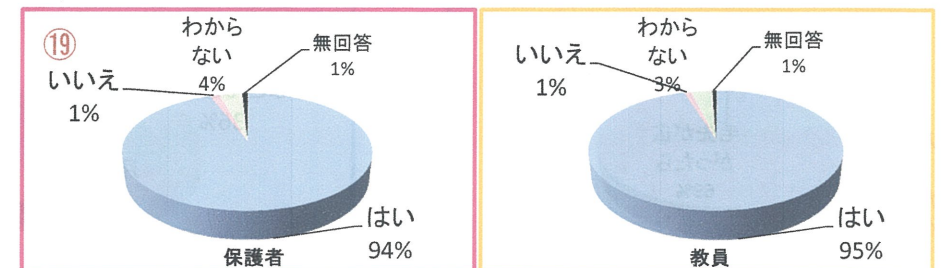


## 咀嚼・食育について

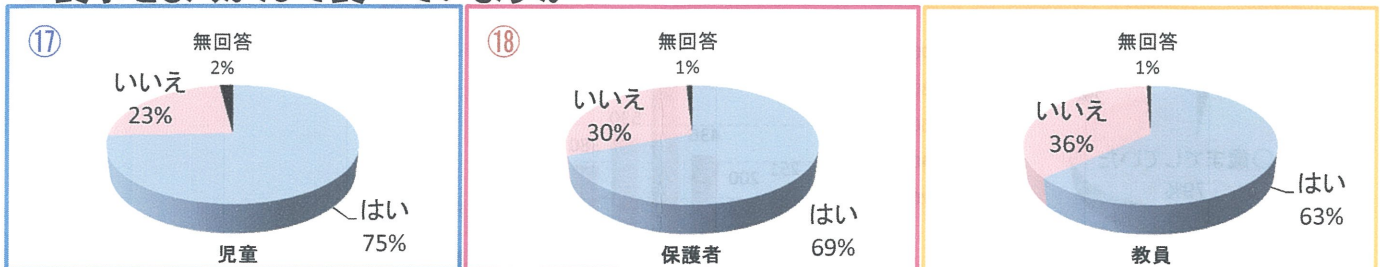
### □朝ごはんを食べますか



### ◆早食いは肥満の原因になると思いますか



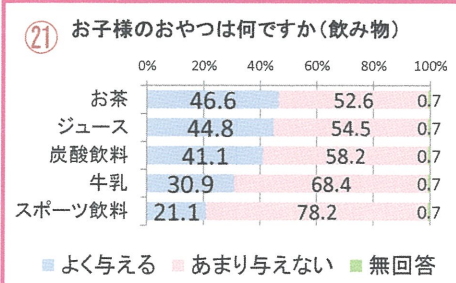
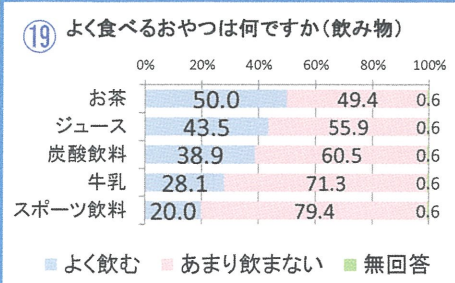
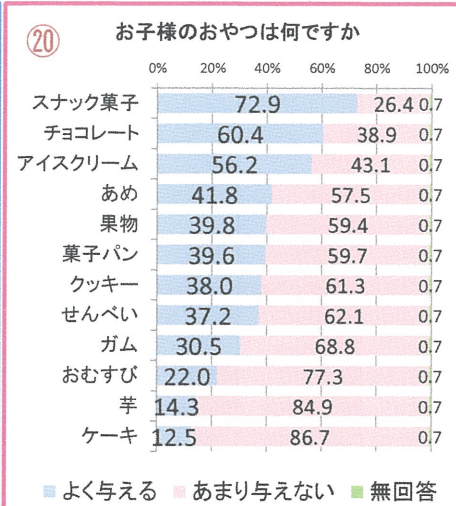
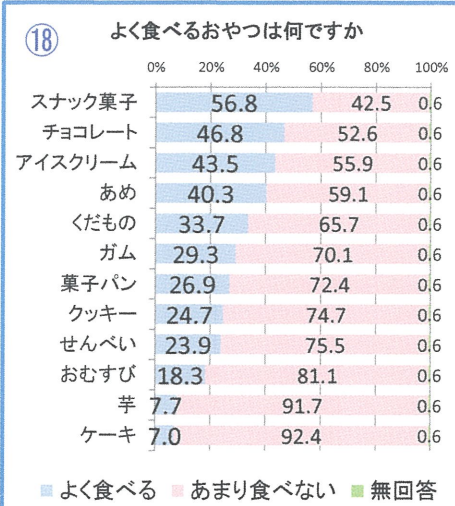
### ★ □食事をよくかんで食べていますか



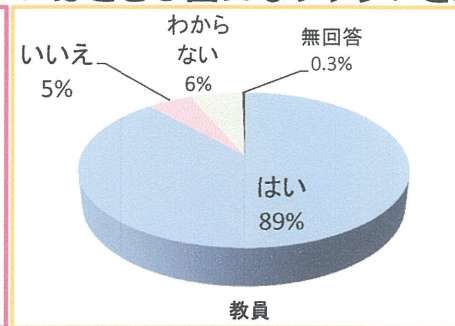
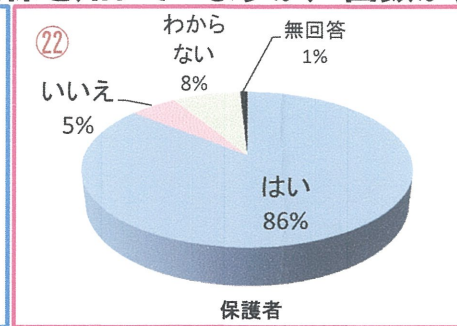
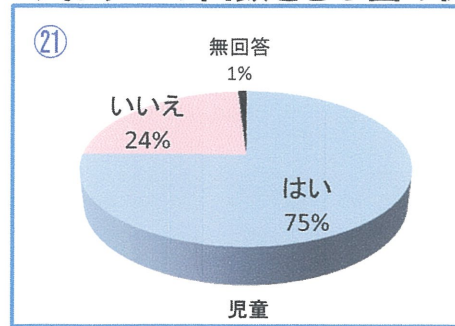


## 糖のコントロールについて

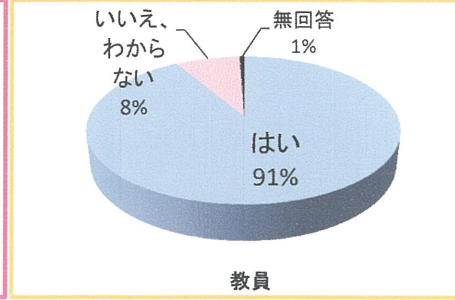
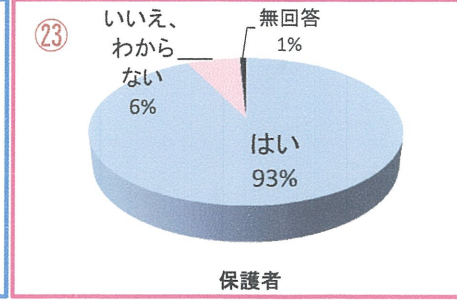
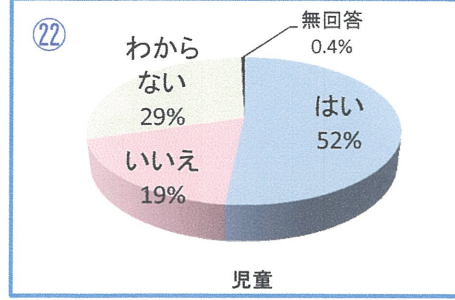
### □子どものおやつ、飲み物



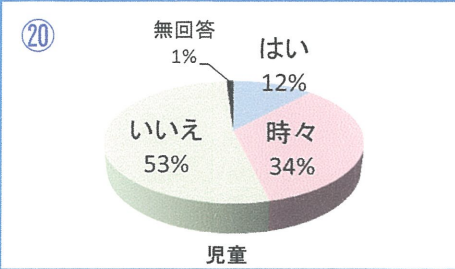
### ◆おやつの回数とむし歯の関係を知っていますか/回数が多いほどむし歯になりやすいと思



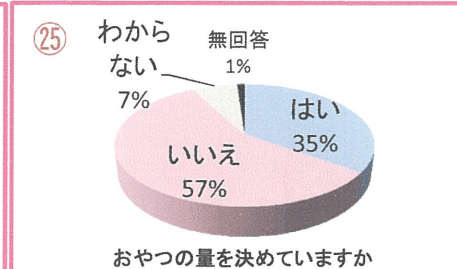
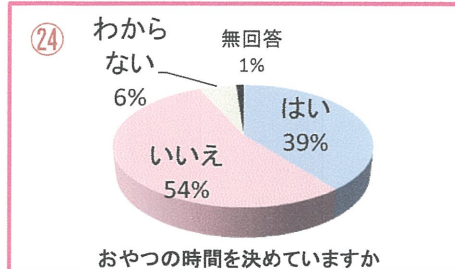
### ★◆果汁100%ジュースや野菜ジュースはむし歯の原因になると思いますか



### ★ □寝る前にお茶・水以外のものを飲食しますか

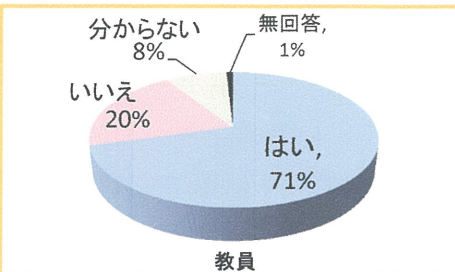
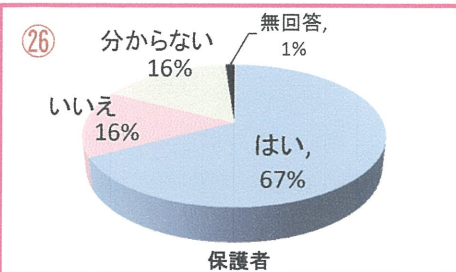
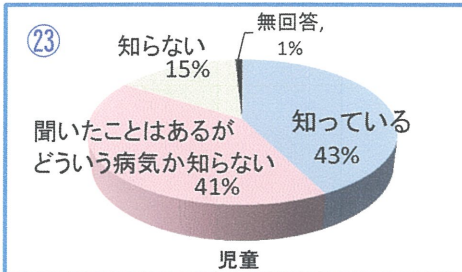


### □子どものおやつの時間、量を決めていますか

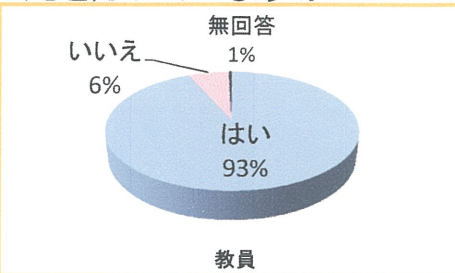
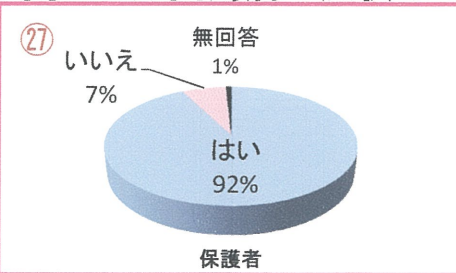
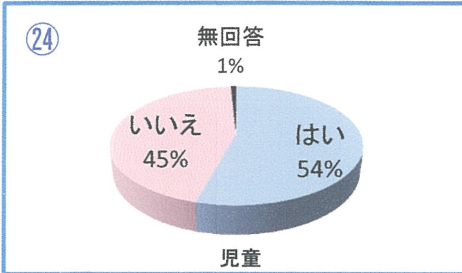


## 歯周病について

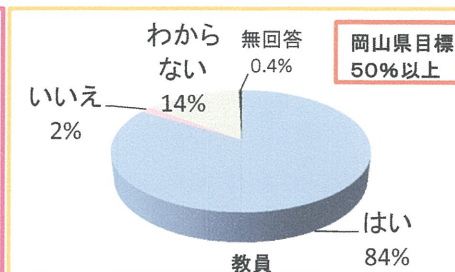
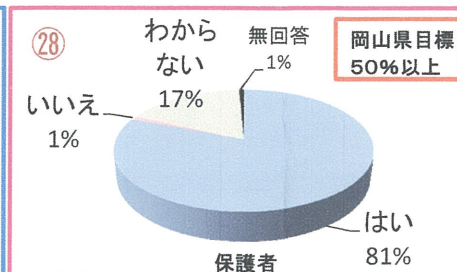
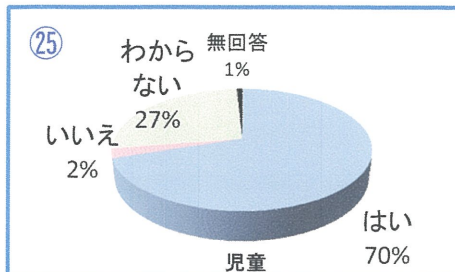
### ◆歯周病を知っていますか / 歯周病は歯ぐきや歯槽骨が溶ける病気だと思いますか



### ◆歯を磨くと、歯ぐきから血が出るのは歯周病の症状の1つだと知っていますか



### ◆たばこは歯周病に良くないと思いますか



### ◆糖尿病は歯周病を悪化させると知っていますか

