

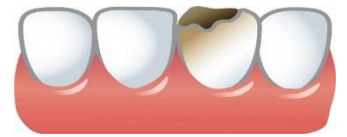
おくち なか
お口の中をみてみよう！

しんがた せいかつ りゅうこう は けんしん えんき は じどう ちゅうし
新型コロナウイルスの流行のため、歯の検診が延期になり、歯みがき指導も中止になりました。

ちが せいかつ おくち なか よご ば
いつもと違う生活がつづくと、お口の中も汚れがちになり、むし歯ができたり、歯ぐきがはれてき
たりします。かがみでおくち なかお口の中をみて、じぶん自分でチェックしてみましょう！

は せいご せいかつ て あら おお なくち は いっぽん
～歯みがきをして、きれいに手を洗ってから、大きな口をあけて、歯を一本ずつみていきましょう～

- は くろ歯が黒くなったり、あな あ穴が開いているところはありませんか？
- は あか歯ぐきが赤くなっていたり、はれたりしていませんか？
- いた痛いところはありませんか？
- はぐらぐらしている歯はありませんか？
- ぬ こ は した おとな はまだ抜けていない子どもの歯の下から、大人の歯がはえてきて
いませんか？
- は歯ならびはどうですか？
- くち いた おと口をあけたりとじたりすると、あごが痛かったり、音がしたり
しませんか？



ひと ひと
おうちの人にもみてもらって、あてはまることがあったら、はいしゃ歯医者さんに行ってみてもらいましょう。

な いま は ちゅうし なか
あてはまることが無かった人も、今までどおり、しっかり歯みがきをして、お口の中をきれいにし
ておきましょう。お口の中をいつもきれいにしておくことは、むし歯の予防だけでなく、びょうき よぼう病気の予防
にもなります。