

## ブラッシーからのお願い

- 歯<sup>は</sup>によい<sup>た</sup>食べものや食べかた<sup>し</sup>を知ろう!
- 食事<sup>しょくじ</sup>の時は、姿勢<sup>とき</sup>よく座<sup>しせい</sup>って、しっかり<sup>すわ</sup>噛<sup>か</sup>もう!
- 歯<sup>は</sup>みがきとぶくぶく<sup>くち</sup>うがいでお口の菌<sup>きん</sup>をやっつけろ!
- フッ素<sup>そい</sup>入りハミガキ<sup>ざい</sup>剤<sup>つか</sup>を使<sup>つか</sup>おう!
- おし<sup>ば</sup>歯<sup>は</sup>がなくても歯<sup>はい</sup>医者<sup>い</sup>さん<sup>くち</sup>に行<sup>い</sup>ってお口の<sup>くち</sup>中<sup>じゅう</sup>を<sup>くち</sup>チェッ<sup>くち</sup>ク<sup>くち</sup>してもら<sup>くち</sup>おう



ブラッシー

いっしょに<sup>まな</sup>学ぼう!  
お口<sup>くち</sup>のこと



### 保護者の方へ

小さいお子様では、保護者の仕上げみがきが重要です。

歯の生え変わり時期も保護者の見守りとお口チェックが重要です。

食事では、よく噛むこと、おやつの取り方、普段の飲み物にも注意が必要です。

定期的な「かかりつけ歯科医院」への受診は、歯とお口の健康増進につながります。

よい歯とお口の健康づくりの相談は、歯科医師・歯科衛生士にご相談ください!



### 【発行元/問い合わせ先】

一般社団法人和歌山県歯科衛生士会  
〒640-8287 和歌山市築港1丁目4-7  
和歌山県歯科医師会館内



あなたの<sup>けんこうまも</sup>健口守ります  
一般社団法人和歌山県歯科衛生士会  
<https://wakayama.jdha.or.jp/>

くち はたら し  
お口の働きを知っていますか？



はなし  
話をする



ごはんを  
食べる

ひょうじょう  
表情をつくる

こきゅう  
呼吸をする

だえき はたら し  
唾液の働きを知っていますか？

はよご  
歯の汚れを  
あらながすよ  
洗い流すよ



あじかん  
味を感じ  
やすくするよ

むし歯に  
なりにくするよ

たべもの  
食べ物を飲み込み  
やすくするよ

さいきん  
細菌をやっつけるよ

おしゃべりを  
しやすくするよ

しょうか  
消化を助けるよ

きみは、だいじょうぶかな？



ほおづえ  
頬杖をつく



かたがわ  
片側だけで噛む



くちびる  
唇を噛む

ゆび  
指しゃぶり・爪噛み



くち  
お口で呼吸・お口ぽかん



はみがき  
歯みがき嫌い  
あまいもの  
甘いもの大好き

こんな子は、むし歯になりやすく  
歯並びが悪くなりやすくなるよ



イラスト出典：(株)コムネット

はたら しょうかい  
働きを紹介するよ！

まえば  
前歯は食べ物を  
かきやくわり  
噛み切る役割



けんし  
犬歯は食べ物を  
ひきさくやくわり  
引きさく役割



ほほ  
頬は食べ物が外側に  
こぼれないようにする壁の  
ようなやくわり  
ような役割



おくば  
奥歯は食べ物を  
すりつぶすやくわり  
すりつぶす役割



した  
舌は食べ物を歯や  
のどおくはこ  
喉の奥に運んだり、  
あじかん  
味を感じたりするやくわり  
役割



くちびる  
唇はセンサー  
のやくわり  
の役割



それぞれが健康で正しい働きをしないと  
お口の力を発揮できないよ！

ぶくぶくうがい できるかな？



みぎ  
右ぶくぶく



ひだり  
左ぶくぶく



ぜんたい  
全体ぶくぶく

