

ワークシート 歯と歯ぐきのけんこうを守るう！

自分の口の中を見よう



- 冷たいものがしみたり、いたくなったりする歯がある→ はい いいえ
- 歯ぐきが赤くはれたり、血が出たりしている→ はい いいえ
- 歯の一部がほかの部分とくらべて白く見えたり、茶色や黒く見える歯がある→ はい いいえ

歯ぐきの病気にはどんな病気があるのかな？



- 歯肉えんはどんな病気？
- 歯しゅうえんはどんな病気？

むし歯や歯ぐきの病気にならないための生活習慣を考えてみよう



- ごはんやおやつのはあとは……………
- 歯と歯ぐきがけんこうであるためには……………
- 歯ぐきが赤くはれたり、血が出たりしていたら……………

○歯と歯ぐきのけんこうを守るためにわかったことや、感じたことを自由に書いてみよう