

正しい歯のみがき方も学びました。 今後の生活に取り入れようと思いました。

実は、私の奥歯が3本、存続の危機にさらされていります。昔、歯を削いて治療した際に、両どりの歯にブリッジをさけていたのがいよいよ弱ってきて、このままいくと、3本全部抜いて、入れ歯にするしかない、とのこと。」「入れ歯」といつかにはなるこ

と驚き、じつはイヤです。(年寄りですが)インプラントという方法もあるようですが(具体的にどんなのかは自分で調べよう)、私の場合、費用が一本50万円、それが3本で150万円は最低限かかる、といふことで、とてもじゃないけどムリです。となると、今どうにか

か生き延びる歯を大事にして、一日でも長く使おうしかない、そのためには歯みがきをしっかりするしかない、とのこと。です。歯みがきには、歯が丈夫になる、歯の寿命が伸びる、ということです。みはさん、年をとってから後悔しないように今からしっかり歯みがき

始めは歯はどうでもいいと思っていましたが、しかし一回むし歯になつたので歯をみがこうと思いました。ほくは歯肉炎は歯医者に付かないと治らないと思つていました。しかし本当は歯磨きをしっかりとらると聞いてへーと思つきました。むし歯はちやうと我慢しただけでどんどんでかくなる事が一番怖かったです。歯肉炎は色が変わる所がちやうとおもしろかったです。クイズでは全然正解できなかったのでもうや

歯と口の健康教室で初めて知ったことが、むし歯は痛くなるけれど、もっとひどくなると神経が切れて、痛みがなくなるといふことです。痛くなくなつたから、むし歯が治っているんだと思つていたら、むし歯がひどくなつていただけと聞いて、こわいと思いました。正しい歯のみがき方も学びました。今後の生活に取り入れようと思いました。また、歯みがきは、食事の直後にすると、酸が出ているから三十分後ぐらいにやつた方がいいと聞きました。でも、酸が出ている時間を短くするために、食事の直後にした方がいいと言つていたのでちがいのかなと思ひました。写真のような歯にならないようにしていねいに歯みがきしようと思ひました。

11
3<み
Kさん

3<み
Sさん

3<み
Nさん

私は今回の、歯と口の健康教室で、色々なお話を聞きました。今まで知らなかつた事や知つていてもめんどくさがつてあまりやつたことがない歯の健康方法とかも、今回のお話で、その一つ一つをする事がどれだけ大切かを知る事ができました。そしてお話も、聞くだけじゃなくて、皆と一緒にできるようなクイズもあったので、とても分かりやすく、楽しかったです。今まで、大丈夫だ!!と思つてあまり気にしていなかつた事も、これからほつと気を付けよう!!と思ひました。全部歯がそろつたら、20本もあるなんて初めて知りました。とてもびっくりしました!!まだぬけてない歯もあると思うから、早くぬけてほしいです。

55 期生の仲間たち

東三国中学校 1年生学年通信 vol.4 2015年11月27日(金)