はじめて知ったこと

成田市立平成小学校
三年　大和田　あや心

私には五才の弟がいます。今年の夏、家のかいだんで転んでしまいました。口が血だらけになり、すぐに歯医者さんに行きました。前歯の位置がずれてしまって、口の中の骨が見えてしまっていたそうです。すぐに歯医者さんに行ったら、ぬってなおしてくれました。泣き止んだ笑顔の弟を見て、

「すごい、かっこいいな。」

と思い、歯医者さんが好きになりました。

歯医者さんは好きだけど、正直わたしは毎日の歯みがきが好きではありません。理由は、めんどうくさいときもあるし、ほかのことをやりたい日もあるからです。それに、小さい時に虫歯になってしまって、とてもいたかったからです。

この前学校で歯について勉強をしました。はじめて知ったことがあって、とてもおどろ

きました。勉強した中でいんしょうにのこっていることが三つあります。第一大きゅうしをしっかりみがくこと、歯を一本ずつみがくこと、「シャカシャカ」という音が出るように歯をみがくことです。その中で一番おぼえているのは「シャカシャカ」という音が出るようにみがくことです。私は今までゴシゴシみがいていました。歯をみがいている時「シャカシャカ」という音は出ていないし、正直考えたこともなかったです。

次の日から家と学校で練習してみました。そうすると「シャカシャカ」という音を出すためには、ハブラシをやさしく持つことがいとわかりました。ハブラシをぎゅっと強くもつと「シャカシャカ」という音は出ません。自分でいしきして練習してみると、口の中がすっきりして気持ちがよかったです。

これからも正しいみがき方をつづけて、きれいな歯ですごせるようにしたいと思います。