

歯の大切さ

八街市立八街東小学校三年 藤井 梨々愛

みなさんは、むし歯がありますか。

わたしは、まだむし歯がありません。なぜ

むし歯がないか、この作文を書くのにわたし

がいつも、やっていることを思い出してみま

した。

一つ目は、ごはんを食べた後は歯みがきを

している。二つ目は、かがみの前で歯や歯ブ

ラシのかくどなどを見ながら、ていねいにみ

がいている。三つ目は、自分でみがいた後に

仕上げみがきをしてもらっている。四つ目は、

家でフツソをぬっている。

わたしは、幼稚園の時から小学生になって

からも、ブラッシングしどや、お母さんの

お友だちで、歯いしやさんのしごとをしてい

る人などから歯のみがき方や、大切さを教え

てもらったことがある。むし歯にならない

いために、教えてもらったことをきちんとか

ってきたので、「むし歯にならないか

な。」と思いましたが。
わたしは学校の歯科けんしんでしれつこう
ごうというところ、丸がついていました。
しれつこうごうが何かわからなかったのでお
母さんに聞くと、歯ならびやかみ合わせのこ
とだと教えてくれました。
歯ならびがわるいと食べかすがはさまりやす
くなったり、みがきにくくなりむし歯にな
りやすくなったりするそうです。それだけで
はなく、頭がいたくなったり、上手に食べ物
を小さくして食べることができないので、い
ちょうにもよくなかったりするなど、いろい
ろなことを歯いしやさんでしごとをしている
人に教えてもらいました。
これから教えることもわすれず
に歯を大切にしていこうと思えます。
みなさんもむし歯にならないようにしつか
り歯をみがき、きれいな歯をいっしょにか
やかせましょう。