



くなくなってしまった場合でも、口の中のけんこ  
うに気を配らないと、むし歯や歯周病などの  
トラブルだけでなく、インフルエンザや肺炎  
などの感染症にもなりやすくなるそうです。  
しかも、ひなんしなければならぬようなじ  
ょうきょうでは、具合が悪くなってしまうて  
も、すぐに病院に行けなかつたり、お医者さ  
んの手が足りなかつたりするかもしれない。  
みんなが大変な時だからこそ、自分でできる  
ことはしっかりとやりたいです。水があまり使

えない時には、液体ハミガキや歯みがきシ  
トを使う方法もあるそうです。  
きんきゆうじたいの時には、歯みがきより  
もゆう先しなければならぬことがあるかも  
しれません。それでも、いつまでもむし歯の  
ないじょうぶな歯でいたいので、毎日のてい  
ねいな歯みがきを続けながら、もしもの時に  
も不安な思いをしないようにそなえておきた  
いと思います。