



カラーテスターで、歯みがきチェック



6月に2年生、3年生がカラーテスターを使い、歯の汚れ（歯垢）の染め出しチェックをしました。古い汚れが青色、最近の汚れが赤色に発色します。クラスの保健委員の指示のもと、カラーテスター液を浸した綿棒で歯を1本ずつ塗り、鏡を見ながら自分の歯についている歯垢のチェックをおこないました。きれいにみがけている人もいれば、けっこう歯が汚れているのがわかり、歯のイラストに磨き残しのチェックを真剣に記入し、鏡のぞき込んで熱心に歯みがきしている様子が見られました。

土中では毎日、食後昼休みに歯みがきを行うなど、歯科保健に力を入れています。歯をきれいに保ち、～8020～自分の歯をいつまでも大切にしたいですね。



上の歯がしっかり磨けていないのだなと思った。青色（古い歯の汚れ）はなかったから良かったけど、これからもしっかり歯を磨くようにしようと思った。下の歯はピンク色（新しい歯の汚れ）にならなかったから、よく磨けているのだなと思った。

奥歯などはあまり色がついていなかったが、前歯上下に赤っぽい色がたくさんついてた。

でも、青い汚れがあまりなかったのは、良かったと思う。歯と歯の間が少し青っぽいので、磨き足りないところが出ないように、しっかり意識して歯を磨きたい。

下の歯はすべてきれいだったので、良かった。上の歯は、歯と歯の間や歯と歯ぐきの境に汚れがあったので、毎日歯みがきをする時に気をつけてみがきたいです。また、歯ならびが悪くて、でこぼこしているところも丁寧に磨くように気をつけたい。どこがみがけていないかがわかったので、良かった。

全然みがけていないところや、よく磨けているところがわかったので、これから歯を磨く時は赤い汚れと青い汚れのついた部分を中心的に磨こうと思いました。また、たくさん色のついたすき間などは糸ようじなどを使ってきれいにしていこうと思いました。今回のカラーテスターで自分の歯がどれだけ汚れているかわかりました。



昼休みに磨いたはずなのに、まだついていたということは、もっとしっかり磨くべきだということがわかった。



(今年でカラーテスター検査が) 3回目ははずなのに、慣れないけど、青色の汚れがなく、赤色の汚れは少しだけだったから、良かった。もっといいねいに磨くようにしていきたい。



前歯の3本が赤くなっていた。赤くなったら最近の汚れなので、お昼に食べたのが、まだ磨ききれていないので、しっかり時間をかけて歯みがきしようと思いま



けっこう赤いところが少なかったので、良かった。でも、前歯が上手にみがききれてなかったなので、これからみがく時に気をつけたいです。そして、裏に書いてある歯のみがき方をしっかりやって、きれいな歯を残していきたいです。昨年やおとしよりも、色が薄くなっていた。矯正の歯医者に通って、毎日入念に歯みがきしているかいがあった。