

4年生・おやつについて



むし歯になるには

むし歯は3つの原因が重なったときになるそうです。その3つは歯・バイキン・たべものです。『歯があるからむし歯ができる!』と先生が言っていました。歯をなくするわけにはいかないの、みんなががんばれるところは、『バイキンをへらすこと』と『食べものを気をつけること』でしょうか。



やっぱり大事なものは『歯みがき』です。歯みがきが上手だと、バイキンが減って、むし歯になりにくくなります。

