



# むし歯予防編

## 「リッパー ～6歳臼歯をまもろう！編～」

### —ねらい—

江戸川区 8020 応援キャラクター「リッパー」が登場するアニメーションを観ることで、歯や口の働きに関心を持ち、むし歯予防の具体的な方法を学び、歯と口の健康づくりの推進を図る。

### —あらすじ—

ドーナツが大好きな「ケンタ」のところへやってきた「リッパー」。ケンタの6歳臼歯がむし歯になりそうだと、リッパーとケンタは口の中の冒険へと出かける。口の中で、ケンタとリッパーは「フッ素」の力を使ってむし歯菌と戦う。ケンタは「ぼくの歯はぼくが守る！」とリッパーと約束をする。

### ◆テーマ「6歳臼歯とむし歯予防のポイントについて」

小学校低学年ごろ萌出する6歳臼歯は、噛む力が大きく、かみ合わせにも重要な歯です。しかし、乳歯の奥に生えるために磨きにくく、永久歯の中で使う期間が長いいためむし歯になりやすい傾向にあることから、テーマとしました。

### ◆対象

小学校1年生向けの内容となっておりますが、むし歯予防の基本的な部分については共通事項も多いため、どの学年でも使用可能です。

### ◆内容

むし歯予防の授業等の導入で利用できます。(時間：5分)  
アニメーションのポイントは下記のとおりです。適宜補足してご説明ください。

#### (1) むし歯の原因

歯垢（プラーク）中のむし歯菌が砂糖から酸を作り、この酸によって歯の表面が溶けて、むし歯になります。したがって、以下のポイントがむし歯予防のために重要となります。

#### (2) むし歯予防のポイント

- ① フッ素入り歯磨剤の正しい使い方
  - ・フッ素は歯の質を強くする、むし歯菌の活動をおさえるなど、むし歯予防に有効な働きをします。フッ素入り歯みがき剤の効果を理解して正しく使用することは、むし歯予防に効果的です。
  - ・フッ素入り歯みがき剤の使用量は、小学生では1cm程度が望ましいです。
  - ・フッ素を口の中に長くとどめるために、フッ素入り歯みがき剤使用後のうがいは1回のみをおすすめします。
- ② おやつ選び方
  - むし歯菌が、砂糖をえさにして酸を作るため、甘くないおやつを選ぶことが大切です。

#### ③ かかりつけ歯科医の受診

健康な歯を保つためには、かかりつけの歯医者さんでの定期的なチェックと専門的なクリーニングが必要です。定期健診や予防処置を受ける習慣を身に付けることの大切さを伝えて下さい。

