



歯みがきセミプロ卒後講座

歯をみがいたつもりに

しないために

西味鏡支部 小松 清子

定期的に歯みがき

セミプロ卒後講座を

8〜10名で行ってい

ます。これまで、介

護者のみがき方・

噛む力測定・口臭

チェック・唾液の大

切さといった内容で

開催してきました。年末には、噛みごたえのあ

る食べ物をみんなで作って食べるという内容で

行い、中にはこの回を楽しみに都合をつけて参

加される方もいます。昨年12月には、もりやま

ブロックで修了されたばかりの方も楽しく参加

されました。

講座では毎回ならず、歯の染め出しを行い

自分のみがき方をチェックしています。卒後講

座に参加することで歯の大切さ、口の中への意

識が高まりました。

私はこどもの頃、歯医者がいやでいやで今で

は元気な歯が全体の1/5ほどしか残っていない

ことに後悔しています。

子育て中のお母

さん！私のように

後悔させないため、

しないためにもぜ

ひ歯みがきセミプ

ロ講座をおすすめ

します。

6面情報BOXをご覧

ください。



歯の染め出して
みがき残しをチェック

