

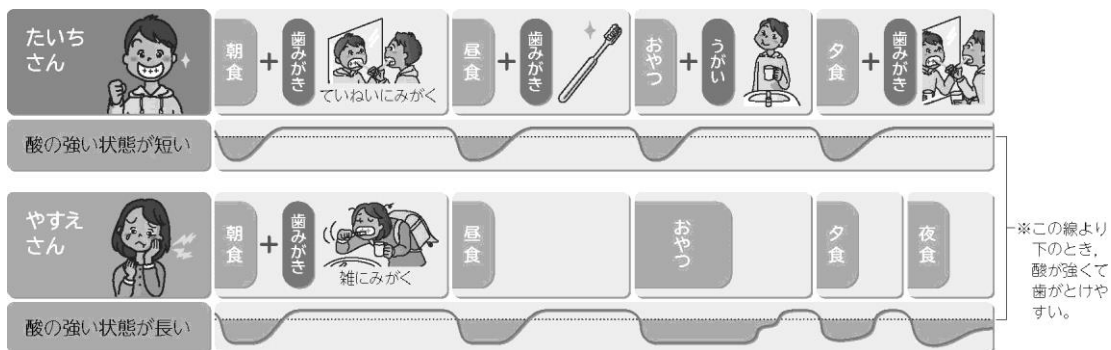
# 病気の予防 4 生活習慣病の予防

めあて：むし歯や歯ぐきの病気を予防するには、どうすればよいか調べよう。

組	番	名前

1 たいちさんとやすえさんの生活を比べ、生活の仕方と口の中の酸の強さとの関係調べてみましょう。

↓ 生活の仕方と口の中の酸の強さとの関係



やすえさんの生活で、「口の中の酸が強くて歯がとけやすいとき」を○で囲みましょう。また、なぜ酸が強くなっているのか、その理由を考えてみましょう。

【理由】

---



---



---



---

2 次の（ ）に言葉を入れましょう。

むし歯は、（ ）の中の細菌が、食べ物などにふくまれる（ ）を酸に変え、その酸が（ ）ことで起こります。食事中や（ ）は酸が強くなり、（ ）状態になります。歯をみがかないでねると、歯がとけやすい状態が長く続くことになります。歯がとけやすい状態が長く続くと、むし歯の原因になります。

3 歯周病<sup>ししゅうびょう</sup>について書きましょう。

	歯周病の歯肉の様子
色	( )または( )である。
感触 <sup>かんしよく</sup>	( ), ( )している。
見た目	( )をもって、( )がはれている。
出血	歯みがき程度の( )でも、( )しやすい。

4 [活用] なおきさんが言っていることは、正しいでしょうか。正しくないところがあれば、その理由を挙げて説明してみましょう。



ぼくは、朝ていねいに歯をみがいたよ。だから、昼と夜はみがかなくてもだいじょうぶだね。

正しい

正しくない

理由

[本時のまとめ] むし歯や歯周病を予防するには、どうすればよいかをまとめましょう。

むし歯や歯周病を予防するには、食事の後や( )には、必ず歯みがきや( )をするなど、口の中を( )にしておく必要があります。

[学習感想] むし歯や歯周病を予防するために学んだことについて分かったことや考えたことを書きましょう。