

# 5年 全国歯みがき大会

6月5日(金)に第83回全国歯みがき大会に参加しました。



口の能力や歯と歯ぐきの健康を保つことを、動画を見ながら学びました。歯みがきだけでは、歯と歯の間の歯垢(プラーク)は取りきれず、デンタルフロスの必要性を感じ、これからデンタルフロスをやっていきたいと宣言していました。