

みやぎのフッ化物洗口ソング ～ブクブクうがいで歯をまもろう～

ピカピカみがいた きれいな歯
さらに バリアをつけましょう
むしばきんに 負けないように
ブクブク フッ素で守っぺし

「みんなで ブクブク始めるよ」
「うがいのお水を お口に入れて～！」
「最初は前歯の方から 1、2、3ハイ」
1、2、3、4、クチュクチュ こぼさないように
1、2、3、4、クチュクチュ 気をつけて！

「次は右～！」
1、2、3、4、ブクブク 飲んじゃダメ！
1、2、3、4、ブクブク がんばらいん！

「今度は左ね」
1、2、3、4、クチュクチュ もう少しだっちゃ
1、2、3、4、クチュクチュ がんばらいん！

「最後はどっちも」
右、左、右、左 お口いっぱい泡を作ろう

3、2、1、ハイ！ おしま～い
「コップにお水 吐き出そう」

たくさん泡ができたかな
上手にできたよ がんばったね
フッ素パワーで丈夫な歯
すっきり さわやか いい気持ち！

