

새로운 일을 앞두고 벌어지는 ‘전날’ 이야기  
처음 치과 가는 아이들에게 용기를 불어넣는 그림책!



글 이현서·그림 김정진 | 44쪽 | 상상아이

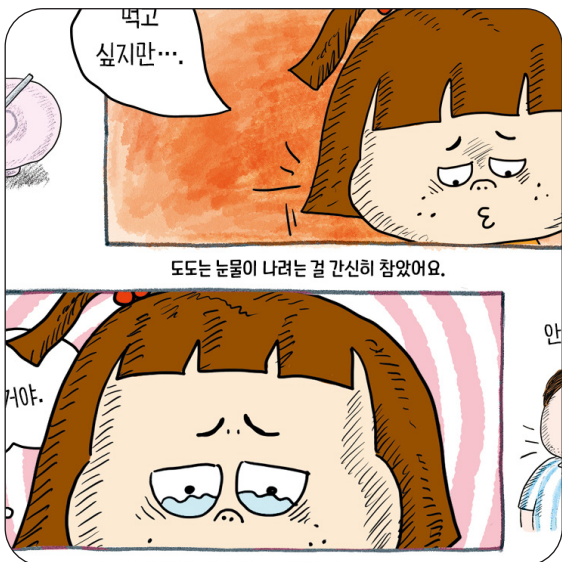
### 추천의 말

“치과 가는 길이 쉬워져요!” 이건 비밀인데요. 사실 어른들도 치과가 무섭대요!(속닥속닥)  
치과는 생각만 해도 덜덜 떨리는 곳이지만, 자주 가면 갈수록 오히려 두려움이 사라진답니다.  
다녀오면 사진 한 방 찍어 줄게요. 윗니 아랫니 다 보이도록 환하게 웃어 봐요.  
‘와이키키, 시금치, 김치~ 찹카!’

- 김여진 (초등교사, 좋아서하는어린이책연구회)

# 활동 1 치과 가기 전날, 나의 마음 깨내 보기

① 치과 가는 도도의 발걸음이 무거워지는 건 도도의 마음속에 어떤 감정이 생겼기 때문이  
 예요. 치과 가기 전날 도도의 하루를 살펴보며 그 감정들을 찾아보세요. 특히 도도의 표정과  
 말을 유심히 살펴보세요.



걱정돼요	미안해요	슬퍼요
궁금해요	떨려요	무서워요
긴장돼요	반가워요	부러워요

② 여러분은 치과 가기 전날 기분이 어땠나요? 나의 경험을 떠올리며 도도 얼굴에 표정을 직접 그리고, 어떤 마음을 그린 것인지 이야기해 보세요.



치과 가기 전날, 나의 마음은 ( )요.

**활동 2****나의 이를 잘 지키고 있나요?**

자, 이제부터 다음 열 가지 행동을 잘 읽어 보고 나에게 해당하는 항목에 표시해 보세요.

1	숨을 입으로 자주 쉬어요.	
2	양치질을 깜박한 적이 있어요.	
3	불소가 없는 치약을 사용해요.	
4	한쪽으로만 씹는 습관이 있어요.	
5	씹을 때 아픈 이가 있지만 모른 척해요.	
6	‘메롱’ 하듯 혀를 자주 내밀어요.	
7	나도 모르게 종종 손톱을 물어뜯어요.	
8	손가락을 자주 빨아요.	
9	달콤한 간식을 하루에 한 번 넘게 먹어요.	
10	턱을 괴고 있으면 편해요.	
얼마나 표시했나요?		개

지금까지 살펴본 행동들은 나의 이를 아프게 만드는 잘못된 습관들이에요. 나의 이를 튼튼하게 지키기 위해서는 표시한 습관들은 꼭 고쳐 주세요.



#### 활동 4

#### 내 이를 튼튼하게 만들어 줄 음식 고르기

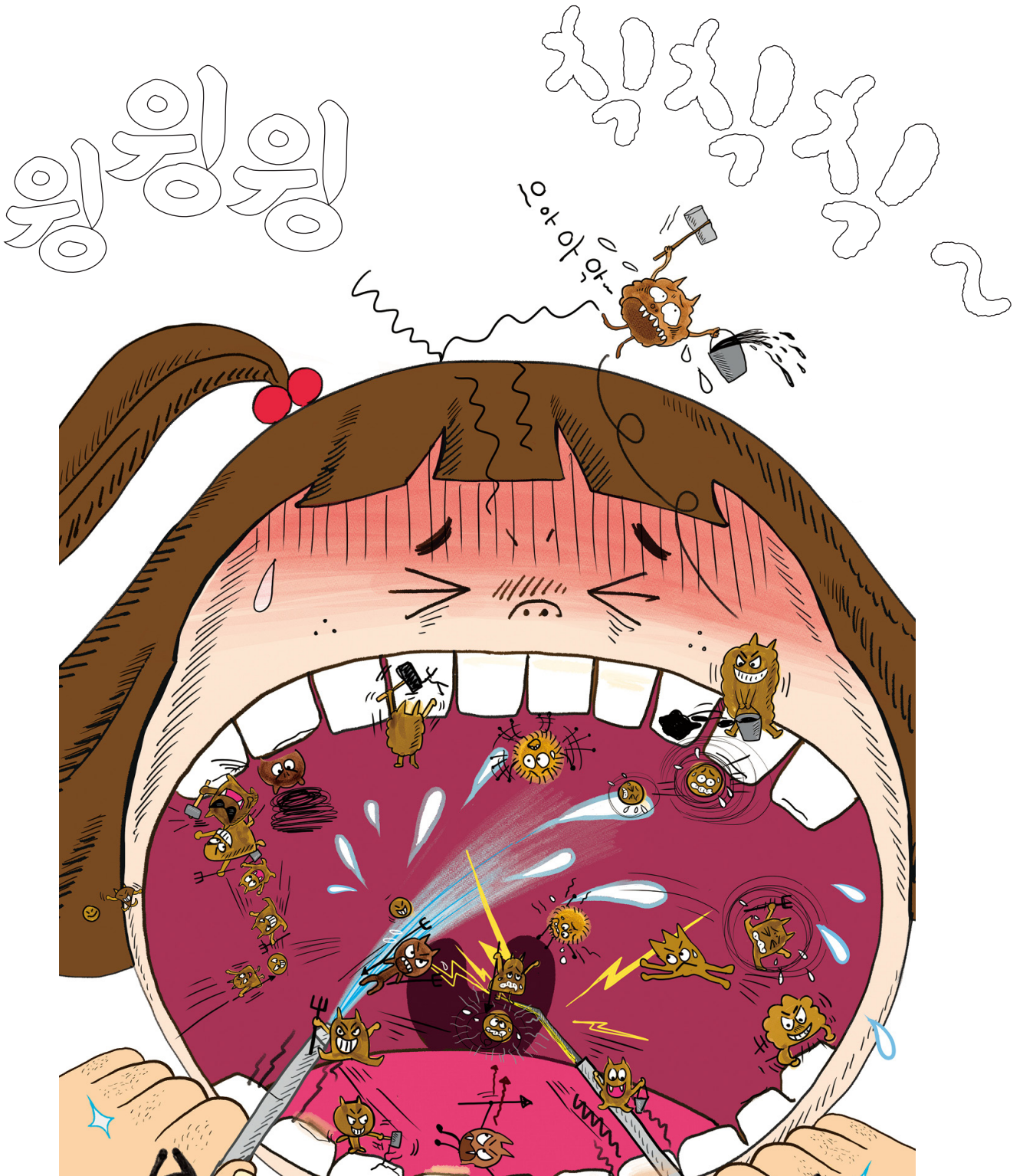
소중한 이를 지키기 위해서는 치과에 가야 해요. 그런데 충치 괴물이 길 곳곳에서 유혹하며 치과 가는 길을 방해하네요. 우리의 이를 썩게 만드는 충치균은 이에 남은 음식물 찌꺼기를 먹으면서 살아가요. 충치균은 단맛이 나는 음식을 특히 좋아하고, 이를 튼튼하게 만드는 음식을 싫어한답니다. 충치 괴물이 보여 주는 메뉴 가운데 이를 튼튼하게 만드는 음식만 고르며 치과에 도착해 보세요.

출발	도도의 집	
치과 괴물의 메뉴 1	우유	우유 맛 아이스크림
치과 괴물의 메뉴 2	콩	젤리빈
치과 괴물의 메뉴 3	당근 케이크	당근
치과 괴물의 메뉴 4	생선	생선 모양 사탕
치과 괴물의 메뉴 5	수박 맛 음료수	수박
도착	치과	

## 활동 5

## 치과에서 들리는 소리를 상상하며 색칠하기

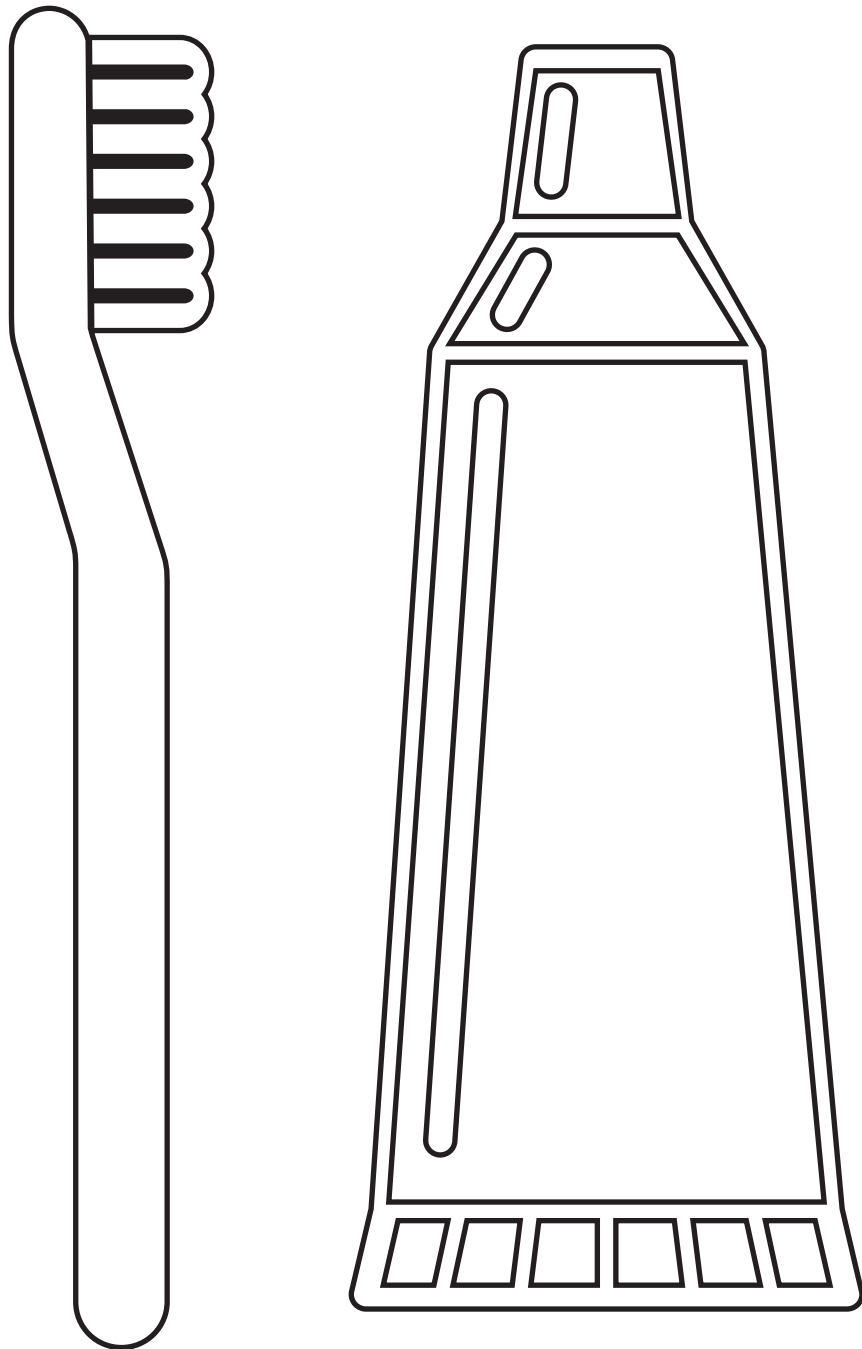
치과에 가면 여러 소리가 들려요. 그 소리는 무섭게도, 재미있게 들리기도 해요. 여러분은 어떤가요? 치과에서 눈을 감고 치료를 기다리는 동안 의사 선생님이 충치 괴물들과 어떻게 싸울지 한번 상상해 보세요. 치열한 전투에서 들리는 멋진 소리라고 생각하면 두려움은 줄어들고 재미있게 느껴질 거예요. 도도가 치료받는 동안 치과에서 들리는 독특한 소리를 찾아 예쁘게 색칠해 보아요.



## 활동 6

## 세상에 하나뿐인 나만의 칫솔과 치약 꾸미기

씩씩하게 치과 치료를 마친 도도는 이제 양치도 더욱 열심히 할 거예요. 양치를 하려면 무엇이 필요할까요? 바로 칫솔과 치약이에요. 예쁜 칫솔에 내가 좋아하는 맛이 나는 치약을 묻혀 양치하는 상상을 해 보세요. 양치하는 시간이 얼마나 즐거울까요? 아래 그림을 꾸며 세상에 하나뿐인 나만의 칫솔과 치약을 완성해 보세요. 완성한 후 테두리를 잘라서 장식해도 좋아요.





## 활동 7

## 치카치카 올바른 양치법 연습!

이는 오래 닦는 것보다 꼼꼼하게 닦는 게 더 중요하다는 사실을 아나요? 그런데 우리의 이는 틈새가 있어 바른 방법으로 닦아야만 모든 면을 깨끗하게 닦을 수 있습니다. 귀찮다고 칫솔질을 대충 하면 양치를 해도 충치균이 또 찾아올 수 있어요. 보기에서 알맞은 단어를 찾아 올바른 양치법을 완성해 보세요.

### < 보 기 >

위쪽, 아래쪽, 치실, 헛바닥, 구석구석

### < 이렇게 양치해요 >

- ① 윗니의 바깥쪽 안쪽 모두 잇몸부터 

--	--	--

 방향으로 닦아요.
- ② 아랫니 바깥쪽 안쪽 모두 잇몸부터 

--	--

 방향으로 닦아요.
- ③ 이의 앞면과 뒷면을 

--	--	--	--

 모두 닦아요.
- ④ 

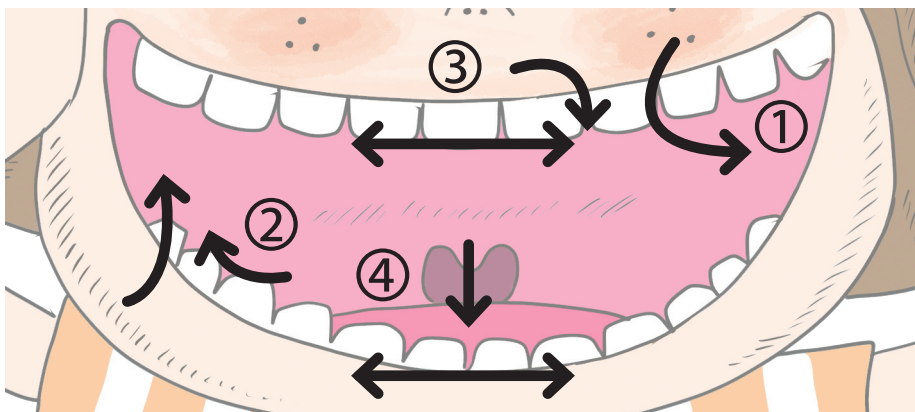
--	--	--

 도 닦아요.
- ⑤ 

--	--

 이나 치간 칫솔로 이의 틈새까지 닦아요.

이제 올바른 양치법을 연습해 볼까요? 그려진 화살표 방향에 따라 도도의 이를 닦아 보세요. 앞에서 그렸던 나만의 칫솔을 사용해 보세요.



## 활동 8

## 동생이나 친구가 치과를 무서워한다면?

치과는 이가 아플 때만 가는 곳이 아니란 걸 아나요? 치과는 규칙적으로 방문하여 이가 건강한지 의사 선생님과 확인해야 해요. 이를 '구강검진'이라고 불러요. 도도뿐만 아니라 도도의 동생 호야도 구강검진을 하러 치과에 가야 할 텐데요. 치과를 무서워하는 동생이나 친구에게 어떤 응원의 말을 해 주면 좋을까요? 그림 속 말풍선에 응원하는 말을 적어 보세요.

