

こんなことはありませんか？

「歯みがきを嫌がります。しないといけないでしょうか？」



● 乳幼児期のはみがきについて ●

歯みがきは歯の生えてくる8か月頃から始めると良いですね。

上下8本程生えそろうまでは、ぬるま湯で濡らしたガーゼを指に巻いて拭きましょう。歯の本数が増えてきたら、歯ブラシを使い始めます。まずは歯ブラシに慣れることが大切です。日頃から口元を触る等のスキンシップをして、触られることに慣れると嫌がりにくくなります。歯みがきに話しかけたり、数を数えたりすると歯みがきの終わりの見通しがつくため子どもも頑張ることができますよ。

(子育て講座 「乳幼児の歯と健康」より一部抜粋)

● 歯みがきにおすすめの絵本 ●



「はみがき あそび」
ゆうちゃんも子犬のコロ
もはぶらしてお口の中をこ
しごし。楽しみながらはみ
がきに関心をもつことがで
きる仕掛け絵本です。



くぼ まちこ 作
アリス館

「はみがきれっしゃ
しゅっぱつしんこう！」
歯みがきの嫌いなたっくんのお口
に「しゅっぱつ しんこう！」とはみ
がきれっしゃがやってきてお口の中
を歯みがきしていきます。



○○○

絵本をきっかけに、歯磨きに慣れ親しむ
ことができるといいですね。

地域子育て支援センター大宝東

TEL 551-2370

FAX 551-2330