

# よいこといっぱい!

# 仕上げみがき



仕上げみがきとは

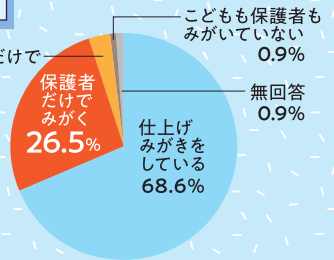
こどもがみがいた後に  
保護者が  
みがくことです



### 毎日の歯みがき、どうしてる?

1歳6か月児の4人に  
1人は保護者だけで  
みがいています

こどもだけで  
みがく  
3.0%



「お子さんの歯みがきに関するアンケート」結果より  
(愛知県内22市町村/2,558人回答/2021年)

保護者が  
みがくだけじゃ  
もったいない!

## こどもが自分でみがく「自分みがき」は こどもの「育つ力」を伸ばすチャンス!



手先を使った  
細かい動作が  
上達していく



目と手と指と口が  
連動することで  
よい刺激が  
脳に届く



シャカシャカ音や  
触感が心地よく  
リラックス  
できる

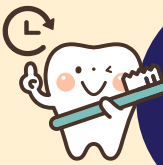


自分でできた!  
ほめられた!  
を繰り返して  
自信がついていく

## さらに! 自分みがきの後に 保護者が「仕上げみがき」をすることで...



お口の  
健康を  
保てます



歯みがきの  
習慣が  
身につきます



こどもとの  
ふれあいが  
増えます

よいこといっぱい!  
仕上げみがきのヒントは裏側に



愛知県

保健医療局健康医療部健康対策課