

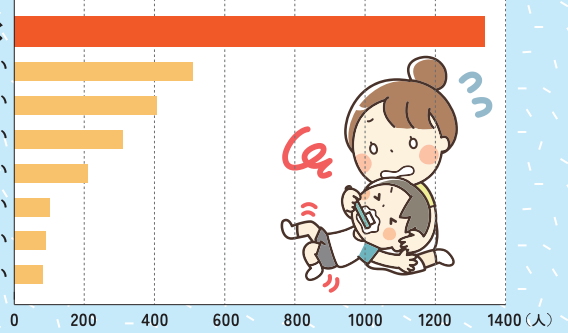
どうして仕上げみがきができないの？

1歳6か月児のダントツ第1位は、
こどもが嫌がる・泣くから！

仕上げみがきを楽しい時間にする
には「**準備ステップ**」が大切です

「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)

こどもが嫌がる・泣く
時間にゆとりがない
育児や家事が忙しい
気持ちにゆとりがない
めんどくさい
仕事忙しい
周りの協力が得られない
みがき方がわからない



仕上げみがきに向けた準備ステップ

STEP
1



ふれあいの中で感覚が発達し、
さわられることに慣れていきます

- ・おひざにゴロンの練習
- ・顔や口元をてのひらでマッサージ
- ・「あっぷっぷ」や「いないいないばあ」などの顔や口を使った遊び
- ・指で口の中をさわりながら観察を



目や耳から入る情報で
興味が芽生えていきます

- ・家族の歯みがきの様子を見せる
- ・“歯”の絵本を読み聞かせる
- ・歯みがきの歌を歌う
- ・キャラクターを上手に使う



STEP
2



スプーンを自分で持つようになったら
「こども用歯ブラシ」を持たせてみましょう

- ・「自分でやりたい」を大切にする
- ・家族のマネができたらほめる



⚠ 歯ブラシの事故に注意!

歯みがき中に転んでのどをつく事故の報告があります。必ず近くで大人が見守るようにしてください。こどもがマネをしないよう家族も歩きながら歯みがきはNGです

STEP
3



そろそろできるかな？

- ・最初はガーゼみがきがおすすめ
- ・仕上げ用の小さな歯ブラシを準備する
- ・まずは機嫌のよいときに、慣れてきたら寝る前に

動画で解説!



東京都足立区提供

仕上げ
みがきの
ポイント

イヤイヤ原因 No.1

上の唇と前歯をつなぐスジはとても敏感です。ひっぱらない、指でガードする、たてにみがくなどの工夫がいらいます。



じょうしんしょうたい (上唇小帯といいます)

歯がたくさん
はえてきたね

上手にお口が
開けられるね
おりこうさんだね

ほめられて
うれしいな
はみがきだいすき

おひざにゴロン
きもちいいな
たのしいな

こどもの成長には「できた!」の積み重ねが大切です