



No.333
令和元年6月1日発行
ことぶき保育園



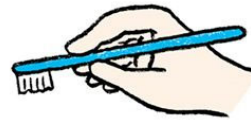
★今月のテーマは「**歯を大切にしよう**」です。



歯の磨き始めは、一般的に8カ月になり、歯が生え始めたらと言われています。この時期は、歯磨きになれることを目標としているため、軽く触れる程度で十分です！（^^）
一歳半程でスプーンを持つようになったら、歯ブラシを自分で持ち、口に入れてみるようにします。奥歯が生えてきたら噛み合わせをしっかりと磨くことが大切です（*^_^*）
子どもが自分でしっかり歯を磨けるようになるには、9歳くらいで、それまでは、大人の仕上げ磨きが大事とされています。特に5歳から9歳くらいは歯の交換が活発で、虫歯もできやすいので、大人がしっかり口の中を観察してあげましょう。

★歯磨きのポイント★

1. 持ち方は、エンピツをもつように
2. ハブラシを歯に優しくあてる
3. 歯の面や、歯並びにあわせて細かく動かす。
4. 磨く順序を決める



★仕上げ磨きのポイント★

保護者の膝の上に子どもの頭がくるように寝かせ、スキンシップの一環として、口の中をよく見てあげましょう。歌を歌ったり、話しかけたりしながら、リラックスして歯磨きをすると、うまくいきやすくなります（*^_^*）

ハブラシ名人になって、虫歯ゼロをめざそう♪