



はは歯クラブだより



NO.08

こんにちは！  医療法人 **ゆきなり小児・矯正歯科** です。毎日、歯磨きをしてあげて
いますか？

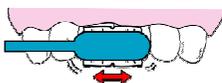
今回は、“6月4日(むし歯予防デー)”ということで

『はみがき』について少しお話します。

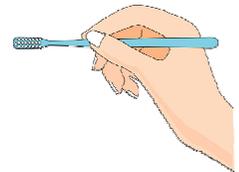


幼稚園児でも一人で上手に磨いているように見えますが、やっぱりまだ
一人では磨けません…ですので、少なくとも1日に2～3回は、大人の方
がしっかり磨いてあげてください。

磨く時は、もちろん寝かせ磨きがお勧めです。

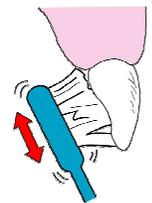


歯ブラシは、力が入り過ぎないように、
鉛筆持ちで持ってください。



動かす時は、細かく横にシャカシャカ動かします。目安は、2本を一緒に
磨くつもりで、1ヶ所を20回以上です。

ただし、前歯の裏を磨く時は、歯ブラシを縦に1本ずつ
シャカシャカ動かして下さい。



順番を決めて磨くと、磨き残しが少なくなります。

朝は、バタバタすると思いますが、スッキリしたお口で幼稚園に送りだして
あげてください！

(歯科衛生士 小林)



今回は、年齢に適した歯ブラシを
プレゼントしますので、ぜひ使ってみてください！！

詳しくは、ホームページをご覧ください。

「ゆきなり」で検索すると簡単です。