

# はは歯クラブだより



NO.47

こんにちは！



医療法人

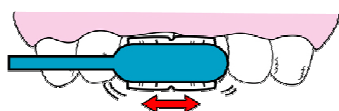
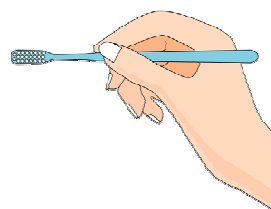
ゆきなり小児・矯正歯科

す。  
毎日、お子様の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』についてお話します。



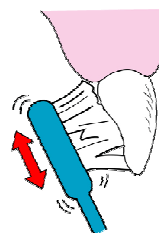
幼稚園児でも上手にハブラシを動かして磨いているように見えますが、まだ一人ですべての汚れを落としきれしてはいません。ですので、少なくとも1日に1～2回は、大人の方の磨きなおしが必要です。

磨く時は、寝かせてみがいた方がいいです。  
向かい合って磨くと奥歯が全く見えません。  
歯ブラシは、力が入り過ぎないように、  
鉛筆持ちで軽く持ちましょう。



動かし方は、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。

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



あちこち磨くより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下さい！今回は、年齢に適した大きさの歯ブラシをプレゼントしますので、ぜひ使ってみて下さい！！

（日本小児歯科学会認定小児歯科専門医 行成哲弘）

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。