



# はは歯クラブだより

NO. 75



こんにちは！  医療法人  
ゆきなり小児・矯正歯科です。

6月4日に歯科健診がありました。結果はいかがでしたか？



健診時、お口の中を診てみると、年長さんになるほど汚れが多く残っていました…年長さんになると、上手に歯をみがいているように見えますが、実際にみがいているのはむし歯になりにくいところだけです！  
まだまだ**保護者のみがきなおし**が必要です！！

これからもお子さんのお口の中を守るために、  
みがきなおしを続けていきましょう！！

スーパーやドラッグストアに行くと、たくさんのハブラシがありますね。  
では、どのようなハブラシを選べばいいのでしょうか？

ハブラシを選ぶときのポイントは……

- 1.毛先の大きさが前歯の2本分くらいのもの
- 2.毛先が短く、小さめでコシのあるもの

※嘔吐反射が強いお子さんは特に小さめのハブラシがおすすめです。

〈みがきなおし用のハブラシの大きさ〉



ご家庭で使っているハブラシと比べていかがでしたか？  
毛が長かったり、やわらかすぎたりしていませんか？

ハブラシを1ヶ月以上使っていると、新しいハブラシと比べてきれいに汚れを落とすことができません。さらに広がっていると歯ぐきを傷つけることもあります。

ハブラシの交換

- 1日3回みがいて約1ヶ月が目安
- 後ろから見て、毛先が広がってきたら新しいものに交換してください！

〈文責：歯科衛生士 池田友紀〉

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。