

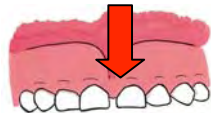
子どもの歯を大切に

仕上げ(寝かせ)みがきのポイント

保護者のひざの上に子どもの頭がくるように寝かせながら、上からのぞくような姿勢で歯をみがきます。

小さな歯ブラシでやさしくみがいてあげましょう。

上の前歯は、唇を指でもち上げてみがいてあげましょう。そのとき上唇のスジ(小帯)をひっかかないように指でおおきましょう。



歯ブラシは鉛筆を持つように軽く持ってみましょう。



奥歯をみがくときは、片方の指で頬を膨らませると口の中がよくみえます。

◇歌を歌ったり、話しかけたりしながらリラックスして楽しく歯をみがいてあげましょう。

上手にできたらたくさんほめてあげましょう。

呉市保健所 健康増進課 TEL 25-3540