

6月は、『虫歯予防デー』と
『歯と口の健康週間』が
あります

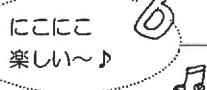
歯みがきのイヤイヤどうしよう！

赤ちゃんの頃からしっかりと歯をみがいて、丈夫な歯を作つてあげたいけれど、いざ、子どもに歯みがきをしようとするとき、思うようにみがかせてくれない！どうしてそんなにイヤがるの～？ どうしたらいいの～？ と苦戦しているママやパパが多いようです。

困っていたパパ、ママの《やってみたら、うまくいった！》という体験談を集めました。参考にしてみてください。

歌いながら楽しくみがく！

「うえの歯～♪ したの歯～♪ 前歯～♪ 奥歯～♪」と、歌いながらみがいています。最後は「食べたらみがく♡ 約束げんまん♪ ちゃんちゃん！ おしまい！！！」と言って終わります。
“歯みがきは歌1曲分だけ”ってわかると我慢できるのかな＾＾



みがく場所を変えてみる！

いつもは、膝の上でゴロンと仰向けになって、口を開けてみがくけど、「イヤイヤ～」の時は、バスタイムにお風呂場でみがいてしまいます！ 気分も変わつていいのかも♡

ママやパパの仕上げみがきをさせてあげる！

大人のまねっこが大好きなうちの子。
子どもに私の仕上げみがきをしてもらつたら、子どもも仕上げみがきを嫌がらなくなりました♪
ぬいぐるみや人形を使って「みがいてあげよう」
っていうのもアリかも♡



実況しながらみがく！

「あ、お肉発見！」「あ、にんじん発見！」「ごはんも発見！」「おみそ汁も発見！((笑))」などなど、今日食べたものを言いながらみがきます。キッ娘も楽しんでいるようです。

歯ブラシ

- 子どもが自分で選んだ歯ブラシを買ってあげました。（好きな味の歯みがき粉も♡）
- 自分で歯ブラシを持ちたがっていたので、まずは子ども用の360度歯ブラシを持たせて、噛んだりくわえたりして飽きたころ、大人が仕上げみがきをしています。

とにかくほめる！

「きれいきれい さっぱりしたね！」
「虫歯ばいきん バイバイできたね♡」
「じょうずに歯みがきできたね！」
「すごいな～！」「カッコイイ！」…
うちの子は、ほめられるとやる気UPするみたい♪



いろいろなやり方を試して、お子さんに合ったやり方を見つけるといいですね♪
歯みがき中は、大人がお子さんのそばに付き添い、目を離さないようにしましょう。

歯・むし歯の絵本の紹介



作・絵：キヨノサチコ
出版社：偕成社



作：きむら ゆういち
出版社：偕成社



歯が痛くなると、大人
だって泣いてしまいま
す。そんなに痛いなら、
いっそ歯なんかなけれ
ばいい？

いえいえ、歯がなければごちそうだって食べられません。
歯がごちそうをかみきり、すりつぶして、体の中に送ることで、栄養がとれるのです。じゃあどうして虫歯にならぬいためにはどうしたらいいのでしょうか。歯の役割、虫歯になるメカニズムや歯みがきの大切さを、子どもたちにわかりやすく伝えます。

ノンタンがイイイのイーして、
はみがき。うさぎさん、たぬき
さん、ぶたさん、くまさん、
みんな一緒に歯をみがいてぴっ
かぴか！

読者のからのリクエストが一番
多かった歯みがきが、楽しい
かけ絵本になりました。
遊びながら歯みがきの習慣が
身につきます。