

# お子さまが歯みがきをいやがるとき…

## Point!



**みがき遊び**・ ・ お子さまに歯ブラシを持たせ、大人といっしょにみがく。  
お人形の歯もみがきましょう。

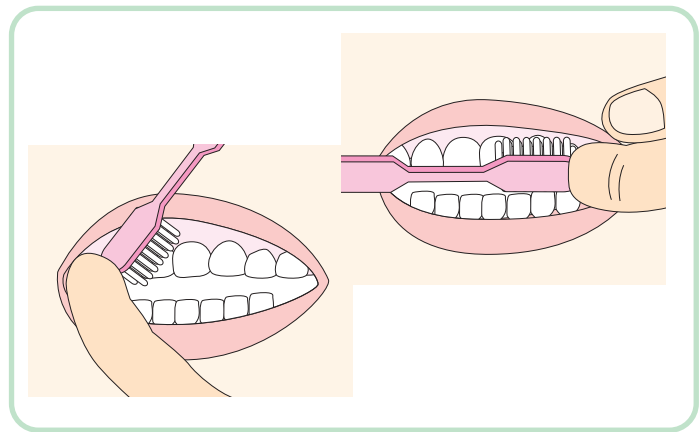
**痛くない**・ ・ **ガーゼで拭く → ゴム歯ブラシ → 歯ブラシ**の順に使ってみる。

**歌いながら**・ ・ 楽しい雰囲気、終わったらうんとほめてくださいね。  
**目標 1 分間!**

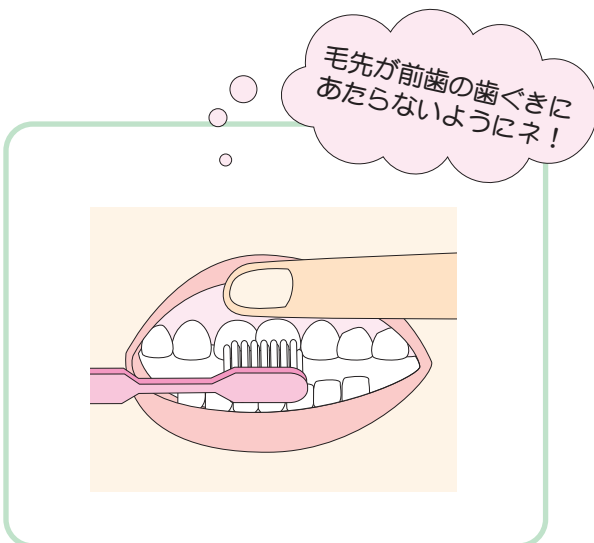
**泣いても**・ ・ ・ なるべく機嫌のよいときに、嫌がっても一部分だけでもよいので  
しっかりみがく。一日で全体がきれいになればよいのです。



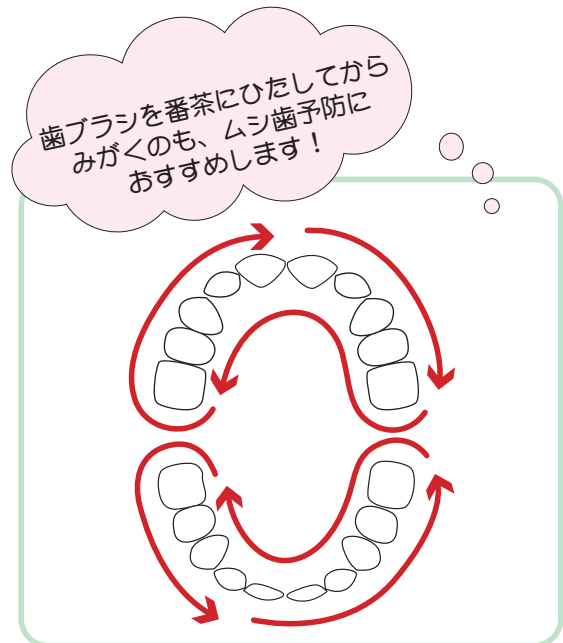
歯ブラシは右手で鉛筆を持つように持ち、  
左の人差し指と中指で唇をひろげる。



両腿で子どもの腕を固定し  
頭をはさみましょう。



軽い力で横に10回細かく動かす。



歯ブラシを番茶にひたしてから  
みがくのも、ムシ歯予防に  
おすすめです!

順番を決めてみがきましょう。