

**Q** 歯磨きを嫌がるのですが、  
どのように進めていけば  
いいですか。(1歳)

**A** 1歳のお口の中には、かわいい前歯  
が見えます。歯磨きを嫌がる原因の1  
つは、お口の中はとも敏感だということ。  
歯が生え始めたからといってすぐに歯ブラシ  
を使ってゴシゴシすると痛がついてしまいます。  
最初はぬれたガーゼなどを使って遊ばせな  
がら歯を拭くことから始めましょう。特に痛  
がる場所は、上唇をつないでいる帯状の太い  
ひも状の部分です。この場所で痛がり歯磨き  
嫌いになるお子さんが多く見られます。必ず  
歯ブラシなどを持つ手と反対の人差し指で  
上唇を持ち上げるようにしてこのひもを  
ガードして磨いてください。また、虫歯にしな  
いよう頑張りすぎて、力が入りすぎてしまっ  
たり、笑顔が消えて怖い顔をしていませんか？  
鉛筆を持つように歯ブラシを持つと、力のコ  
ントロールができます。歯磨きはお子さんとの  
大切なスキンシップの時間です。少しでも  
できたことをほめてお子さんの大好きな笑顔  
で歯磨きタイムを一緒に楽しんでください。



今回の  
テーマ

## 歯磨きについて

歯科医師の斉川玲子さんに教えていただきました。

★ さくすく子育てのQ&A

口頃、ハーツきつずを利用してくださっているみなさんから、  
よくあるご質問について、専門家や子育てマイスターさんから資格や  
経験を生かしたアドバイスをいただきました。

### 斉川先生の講座を開催します

#### 歯と歯磨きのお話

6月は歯と口の健康週間になります。親子で歯や口の中の健康を見直してみよう。  
ハーツきつずでは各施設で歯に関するの講座を開催します。ぜひご参加ください。

**時** 6/21(木) 10:30~12:00

**所** ハーツきつず学園

**定** 15組

**受** 6/6(水)~

**申** ハーツきつず学園  
☎0120-17-3415



#### 歯科医師

さいかわ れいこ  
斉川 玲子さん

歯科医師。「さくら歯科医  
院」を開業。う蝕(虫歯)  
の管理だけではなく、子  
育てマイスターとして、成  
長発育におけるアドバイ  
スに取り組む。

#### 施設一覧・お問い合わせ先はこちら

- ハーツきつず(はるえ・羽水・学園・志比口・さばえ・たけふ)  
(受付時間)月~金 9:00~17:00  
土 10:00~15:00(祝日は除く)
- 児童クラブ(湊・日之出・啓蒙)  
(受付時間)平日 14:00~18:30



この他にも、毎月各施設では楽しい企画や、  
子育てに役立つ講座を開催中です。詳しく  
はホームページをご覧ください。

ハーツきつず

検索

