

1歳までのお口のお手入れ

歯が生える前 * 歯みがきの準備のためにお口まわりや歯ぐきを触ります

★Point



優しく、ゆっくりと



ご機嫌なときに♪



下の前歯が生える頃 6か月くらい～

★Point



お口がきれいになったね

- * やわらかい素材のガーゼ等を湿らせ優しく歯を拭きます
- * 赤ちゃん用歯ブラシを使ってみましょう
(歯をきれいにするより歯ブラシに慣れることが大切)
- * この時期の指しゃぶりは歯並びに影響しません

上の前歯が生える頃 1歳前後～

★Point



歯が生えたら
歯みがき教室へ

- * 授乳以外の水分補給は水かお茶を飲みましょう
- * 遊びながら歯みがきの習慣をつくりましょう
- * 1日2回フッ化物配合歯みがきジェルを使いましょう
- * お口の機能を高めるためにコップの練習をしましょう

北区の歯科事業ご案内

子どもの
歯みがき教室



1歳6か月児
歯科
健康診査

フッ化物
歯面塗布



歯科健康診査
(2歳児対象)



フッ化物
歯面塗布

3歳児
歯科
健康診査



お口に関するご相談はお近くの健康支援センターへお問い合わせください