

ステップ3

上の前歯が生えてきたら
(1歳前後)

仕上げみがきのスタートです。

○歯みがきの姿勢 1

お子さんを寝転がらせ、
上から口の中を見ると、
奥の方までよく見えます。

★まずはご機嫌のよいとき、
眠くないときに始めましょう。



ステップ3

上の前歯が生えてきたら
(1歳前後)

○歯みがきの姿勢2

動いてみがきにくいときは、
みがく人の足を両肩に乗せて、
お子さんの動きを押さえながら
みがきましょう。



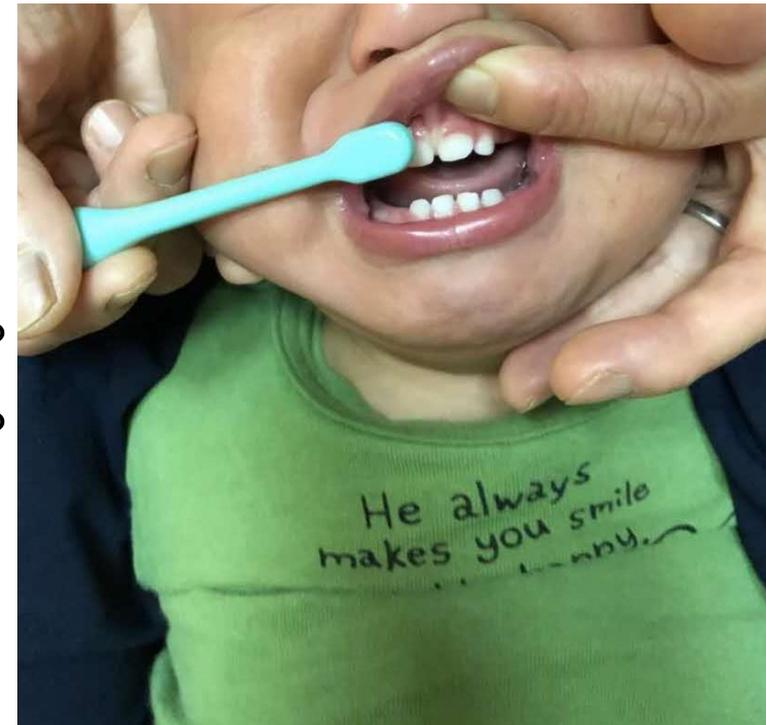
ステップ3

上の前歯が生えてきたら
(1歳前後)

○歯みがきのポイント1

①歯ブラシはやさしく、
小刻みに動かします。
特に上の前歯が汚れやすいです。
裏側も忘れずにみがきましょう。

②みがき終わったら
たくさん褒めてあげましょう。



ステップ3

上の前歯が生えてきたら
(1歳前後)

○歯みがきのポイント2



じょうしんしょうたい
☆ **上唇小帯**

上唇をめくると出てくるヒダです。
歯ブラシが当たると痛いので、
指でガードして歯をみがきましょう。

コップで飲む練習を

1歳前後

まずは手を添えて

※上と下の唇で
コップを挟むようにして
上唇が濡れるように傾けます。



徐々にお子さんに
持たせてあげましょう

墨田区健康推進課