

## 日常生活の指導

# はみがきをしよう！



日常生活に必要な「歯磨き」は、子ども達にとって苦手意識が見られる行為のひとつです。

なぜ、歯を磨かなければいけないの？

口の中で何をされるの？

歯ブラシが怖いよ…

どれだけどこを磨けばいいのかわからない。



### 【歯磨きの習慣を怠ると…】

- ・虫歯になったときの歯科治療が大変…
- ・あごの発達にもかかわってくる。
- ・そしゃくが不十分になりがち。丸呑み、満腹感が得られないことからの暴食傾向、等。



こんなことから始めてみませんか？

- 大人の両手で子どもの両ほほを包み込むように触れたり、唇のまわりを指先で押さえてみたりしてみましょう。
- 大人の目の届くところで子どもが歯ブラシを握ってみたり、おもちゃとして遊んでみたりしてみましょう。  
(口に入れすぎる等の行為に注意してください)
- ぬいぐるみ等をつかって、歯ブラシを口に当てたり磨いたりするごっこ遊びをしてみましょう。

しょうがくぶ

## 小学部のみなさんへ

がっこう しょう 学校で使用している「は歯の磨き方、てじゅんしょ手順書」を載せました。じぶん自分で磨く子も、かたおうちの方といっしょ一緒に磨く子も、じゅんばんこの順番を参考にして、しっかりとはみが歯磨きをしましょう。

