

# Smile通信 vol.4



春からの新学年・新しい環境にはもう慣れましたか？  
今回の Smile 通信は前号の「キシリトール」に続き  
「ブラッシング（歯磨き）」についてお話しします。



## <子供の成長に合わせたケアのポイント>

### 1～3歳 生えはじめ期

かわいい乳歯が顔を出してきます。

赤ちゃんは1歳前後になると、なんでも口の中に入れようとします。ハブラシをおもちゃがわりに持たせて、お口に入れる練習をしましょう。(必ず保護者の方が付き添って下さい。)また、仕上げ磨きを習慣づけるようにしましょう。

### 3～6歳 乳歯列期

乳歯の下では永久歯ができています。

ムシ歯になって歯が抜けたり、顎の発育が悪いと永久歯が生えてくるスペースが確保できないため、歯並びが悪くなってしまいます。歯磨きの習慣をつけることと甘いおやつを量をコントロールすること、そしてしっかり「咬む」ことが大切です。

### 6～12歳 生え替わり期

永久歯が生えはじめます。

5～6歳ころに乳歯の一番奥から顔を見せるのが6歳臼歯。これは歯並びや咬み合わせの基本となり、かむ力の一番強い大切な歯です。(下のイラスト)

この時期からが最も大切です。正しい生活習慣をきちんと身に付けられるように保護者の方がサポートしてあげてください。



## <ムシ歯になりやすいところ>

歯と歯の間や、奥歯の溝などは、汚れがたまりやすいので、特に注意してみがきましょう。



●前歯



●奥歯

## <ブラッシングの方法>

- 奥歯
- 6歳臼歯



生えている途中の歯は他の歯よりも背が低いので、要注意ですね。

- 前歯



## 最後の仕上げみがきはとても大切です！



第5号9月頃に発行します。「外傷」についてまとめる予定です。お楽しみに！！