



### 赤ちゃんの「初めての歯みがき」



こんにちは。歯科衛生士の柴山です。  
赤ちゃんの歯が生え始めると、うれしい反面「ケアはどうしたらいいの？」と戸惑う方も多いと思います。

今回は、生まれてから1歳半ごろまでの歯のお手入れについてご紹介します。

まだ歯が生える前から歯ブラシに触れる習慣をつけておくと、歯が生えた後の歯みがきがスムーズに始められます。スプーンなどにも慣れやすくなり、離乳食のスタートにも役立ちますよ。

#### 0～6か月ごろ(まだ歯が生えていない時期)

##### 【ケア方法】

- 授乳やミルクのあと、ガーゼでお口の中を優しく拭く。
- 上あごの内側や舌を触るだけでもOK!
- 歯固めのようなもので、お口に歯ブラシのような物が入ることに慣れておくのもよいでしょう。



歯が生えてきたらガーゼを卒業して歯ブラシに移行しましょう!

#### 6～12か月ごろ(前歯が生え始めるころ)

##### 【ケア方法】

- シリコン製の歯ブラシ型歯固めや、赤ちゃん用のやわらかい歯ブラシで慣らす
- 夜は特に忘れずに!

##### 【歯ブラシ選び】

- ヘッドが小さい
- 毛がやわらかい
- 安全ストッパー付きだと安心です



クラブロックスベビー用 (0～4歳)

##### 【ポイント】

- 1日1回は必ず仕上げみがきを!  
特に寝る前がおすすめです

#### 1歳～1歳半ごろ(奥歯が生え始める)

##### 【歯ブラシ選び】

- 子ども用は「自分でにぎりやすい」太めのグリップ
- 大人用(仕上げみがき用)は「操作しやすい」細い柄と小さめヘッド



クラブロックス キッズウルトラソフト (4～12歳)

「うちの子、すぐく嫌がって…」という場合も大丈夫!  
年齢に応じたケア方法を、スタッフがいつでもアドバイスしますので、お気軽にご相談ください!

8月1日は歯が命の日です。  
子供の虫歯ゼロの表彰を8月に行いますので、お楽しみに!

### 小さなお子さんのご予約時間帯

3歳までのお子さんには、できるだけ午前中の受診をお勧めしています。



小さなお子さんは午後になると疲れが出てきてご機嫌が悪くなることが多いため、午前中のご機嫌がいい時にいらしていただく方がよいでしょう。

ご兄弟がいらして、学校が終わってから一緒に、という事情もあるかもしれませんが、歯医者さんの時はお母さんを独り占めできる、という気持ちは歯医者さん嫌いにならない一つの要因になるかもしれませんね。



### スタッフ紹介



こんにちは! 4月に入社いたしました歯科衛生士の小口 穂香(こぐち ほのか)です。  
出身は北海道札幌市です。自立したい!と意気込み関東就職を決意、狭山市へ引っ越してきました。

元々住んでいた地域と狭山市の雰囲気が似ていて、居心地がよく、のびのびと生活できています!が、狭山市とは真逆の気候で育ったので狭山市の夏に身体がついていけるかどうか今からドキドキしています!



中高時代は演劇部に所属していました。  
運動とは無縁の生活でしたので、夏に負けない体力をつけるためにも、健康のためにも、最近ではお家でできるヨガや筋トレを始めました!



趣味は好きな舞台俳優さんの出演している作品を観劇したりライブに参戦することです。

お話しをすることが好きなので、コミュニケーションを交わしながら皆様一人一人のお口に合ったサポートができるよう、明るく笑顔で頑張りますのでこれからどうぞよろしくお願いいたします!

### 裏面間違いの答え

- 森の森の森の森
- 森の森の森の森
- 森の森の森の森
- 森の森の森の森
- 森の森の森の森
- 森の森の森の森

医療法人桜光会 あおば歯科クリニック  
〒350-1320 埼玉県狭山市広瀬東 3-123-1

TEL 04-2952-1313

診療日と時間: 平日の月～土曜日 9:00～17:30