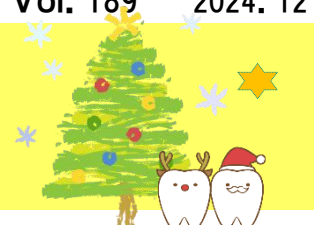


# 歯っぴ～噛む噛む



## 仰向けに寝るのがイヤ！

1歳を過ぎると寝てなにかを  
されることが嫌いになります。  
まずは、遊び感覚で横になれる工夫を  
していきましょう。



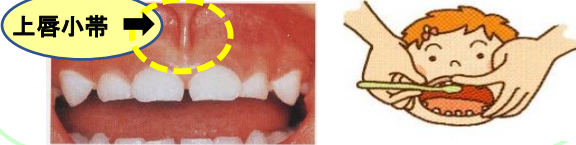
## 歯みがき剤の味・においがイヤ！

いろいろな味や種類(泡・ジェル・スプレー)の  
フッ化物配合の歯みがき剤があります。  
子どもと選んでみるのもオススメです。



## 上の前歯を ゴシゴシされるのがイヤ！

上の口唇、歯肉はとても敏感な場所です。  
特に上唇の裏側の筋(上唇小帯)の部分は  
指で守りながら磨きましょう。



## 長い時間口を開けているのがイヤ！

ポイントをしぼって短時間で磨きましょう。  
終わりの目安として、タイマーや時計、  
音楽などもオススメです。



# 親子で楽しい歯みがき



## おうちの人と一緒に 磨いてワクワク！



つつい怖い顔に  
なっていませんか♪  
笑顔で一緒に磨いてみましょう。



## ぬいぐるみや人形などの ごっこ遊びでワクワク！



おきがえしたら  
はみがきしようね～♪

子どもはごっこ遊びが大好き♡  
歯みがきごっこをしてみましょう。

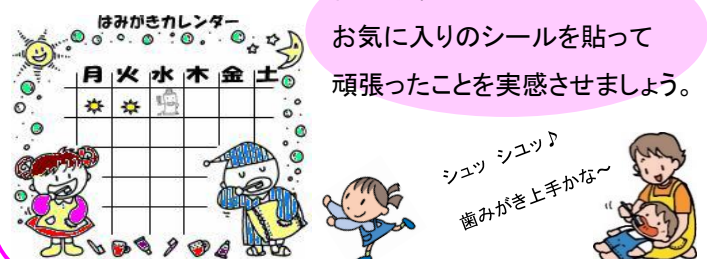


## 歯みがきの絵本を 読んでワクワク！

子どもは絵本が大好きです。  
絵本の中から教えてあげましょう。



## ごほうびカレンダーを作ってワクワク！



仕上げ磨きができたなら  
お気に入りのシールを貼って  
頑張ったことを実感させましょう。

シュツ シュツ♪  
歯みがき上手かな～