

危

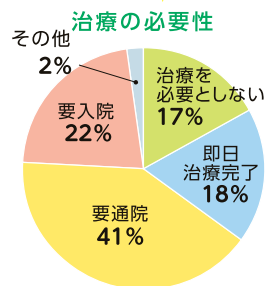
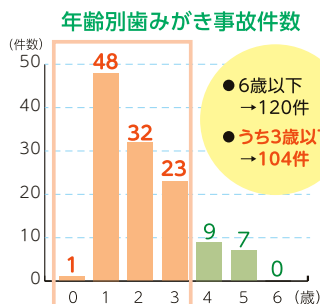
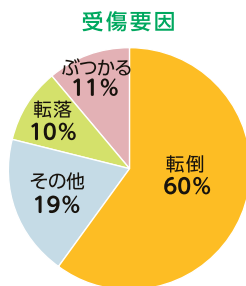


歯みがき中の 歯ブラシ喉突き事故に 気をつけましょう!

歯みがきは大切な生活習慣ですが、子どもが歯みがき中に転んで歯ブラシを喉や頬に突き刺す『歯みがき事故』の発生が、1～3歳で多発しています。

事故の2/3は
通院や入院が
必要になる
大きなケガです。

歯みがき事故は
歯ブラシを
くわえたまま
転倒することで
起きています!



出典/消費者庁公表資料(2021年6月)

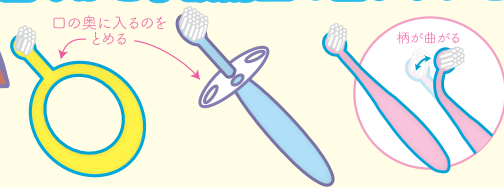
歯ブラシによる
事故を**防止**
するには

ソファのような
不安定な場所は避け

必ず座って歯みがきしましょう!



3歳以下のお子さんが 一人で歯みがきする時には
歯みがき事故防止の歯ブラシを使いましょう



仕上げ磨きは別の歯ブラシを用意しましょう。



気をつけて!
歯ブラシの他にも
ボールペンやお箸など
棒状のモノも
転倒して喉や頬に
突き刺さりやす。

子どもの歯みがきについて気を付けたいポイント

歯みがきは
歯がはえる前から準備

お口の中は敏感です。歯がはえる前から口の中を指で優しくタッチをすると、歯みがきを嫌がりにくなります。徐々に準備しましょう。歯が生えてきたらぬれたガーゼで歯の表面を拭いてプラークをとり、慣れてきたら歯ブラシを始めましょう。



濡れたガーゼ

歯みがきタイムは楽しい時間に

子どもは親の真似をして色々なことを覚えていきます。歯みがきも親が楽しそうところをみせましょう。歯みがきも自分でやりたい気持ちを大事にしてください。ただ1・2歳では、『歯みがき事故』が心配です。座っていても危なそうなときは、子どもの手を包んで一緒に歯ブラシを持つのもよいでしょう。



子どもの
歯みがきは

自分磨き & 仕上げ磨き

2本立て

3歳以下

プラークの除去は
仕上げ磨きが
中心です。

歯みがきは
座ってしま
しょう。

3歳くらいから

本人磨きも
少しずつ練習しましょう



仕上げ磨きは、
膝枕をするよう
に寝かせてみ
がきましょう。



5歳くらいになっ
たら子どもを立た
せて親が後ろから
歯みがきをする
こともできます。



奥歯の永久歯(第一大臼歯)が自分でみがけるようになる

8～10歳頃までは、仕上げ磨きが必要です

親子で
スキンシップ!

“食べたらみがく”の生活習慣を!

～親子でお口の中をきれいにする生活習慣を身につけましょう。～

コミュニケーション
タイムに!