



ご出産・育児の悩み相談室

歯みがき

一生のお付き合いになる「歯」。
お子さまが大人になった時、丈夫で美しい歯は親からのプレゼントになります。
そのためには小さいころからの歯みがきが大切です。
でも嫌がる子の歯みがきは大変。

虫歯はどうやってできるの？

虫歯菌（ミュータンス菌）が歯の表面にすみついて砂糖などをエサにしなが
ら、酸を出して歯を溶かします。赤ちゃんの口の中にはもともと虫歯菌は存在
しません。周りの人の「だ液」からうつ
ります。

虫歯菌を減らす

虫歯菌をうつさないためにどんなに頑
張っていても、いつの間にかうつっ
てしまうものです。周りの人がご自分の歯
を丁寧にみがいたり、虫歯の治療をす
ることでお子さまにうつる虫歯菌の数
を減らすことができます。

歯みがき好きな子、嫌いな子

歯みがきは言い聞かせができるよう
になるまでは、嫌がる子の方が多いで
しょう。歯みがき好きな子になるた
めには、まだ歯が生えていない赤ちゃん
のころからお口に触れていると、自
然に仕上げみがきを受け入れてくれる
ようになります。

仕上げみがき

乳歯だけでなく、永久歯も生え始めの
1、2年はまだ表面がやわらかく虫歯に
なりやすい時期です。乳歯がすべて抜
け永久歯が生えそろう小学校4、5年
生までは仕上げみがきの継続を。歯
の健康を守るため定期健診も受け
ましょう。

出産・育児のお悩み、助産師にご相談ください

【そごう千葉店 プレマステーションのご案内】

〈開設時間〉午前11時～午後4時

〈お問い合わせ〉6階＝プレマステーション／電話 043(245)8327〈直通〉