



# 子どもの歯みがき習慣



子どもは1歳前から親の真似をしてスプーン等を自分の口に入れたり、親の口に入れたりするのが好きになります。乳歯が生え始めるのもこの時期です。この頃から、親が歯ブラシを使うのを見せると子どもも真似して歯ブラシを口に入れることを覚えていきます。また、人形やぬいぐるみで遊ぶときに歯ブラシを使って歯みがきごっこ等を行うと歯みがきが楽しくなります。楽しくて気持ちのよい体験が気持ちのよい習慣につながっていきます。

ただし

歯ブラシを口に入れたまま転倒すると、歯ブラシが上顎や頬に突き刺さる等の重大事故につながりますので、椅子に座らせたり、親が抱えた状態で歯ブラシ遊びをさせるようにして、決して親の目の届かないところで就学前のお子さんに歯ブラシを持たせて遊ばせないようにしましょう。



歯みがき時以外は、歯ブラシを持たせない

就学前のお子さんは、歯みがきをする時以外は、歯ブラシを持たせないようにしましょう。特に、歯ブラシを口に入れたまま歩きまわるのは絶対にやめましょう



本人みがきの時は目を離さない

自分で歯ブラシを持ち始める1歳頃から就学前のお子さんの本人みがきの時は目を離さないようにしましょう



歯ブラシはお子さんの手の届かないところに

歯ブラシは就学前のお子さんの手の届かないところに置きましょう



仕上げみがきを

本人みがきの後に仕上げみがきをしましょう

## 歯ブラシによる子どもの事故

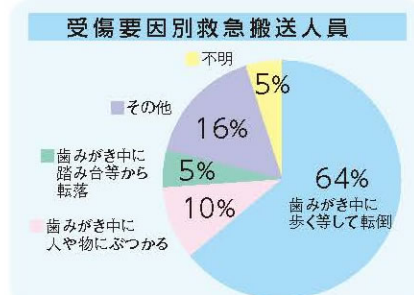
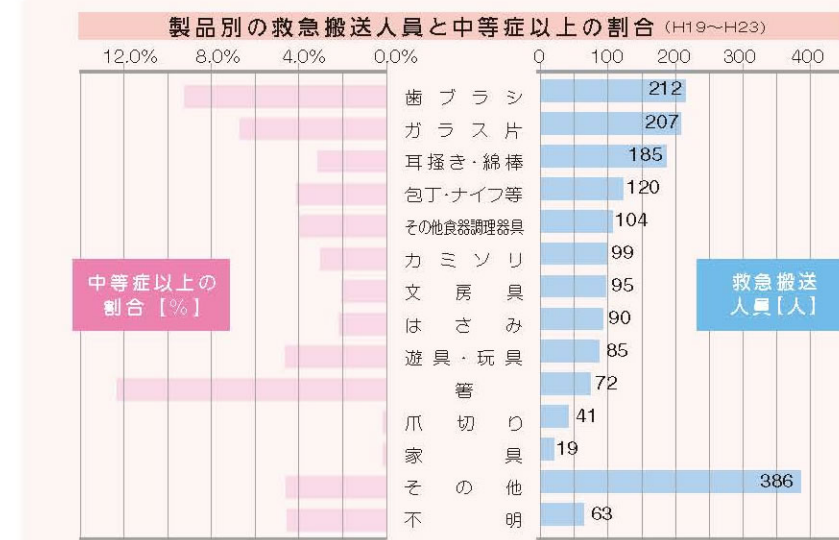
東京消防庁の平成19～23年の調査では、救急搬送人員は年齢別では1歳児が最も多く、その中でも歯ブラシによる事故が一番多く認められます。

歯ブラシ事故の救急搬送人員は1、2歳児が大半

受傷の要因

歯みがき中の転倒  $\frac{2}{3}$

箸、スプーン、歯ブラシで受傷する事故の多くは、食事中、歯みがき中に遊んでいたり、歩きまわったりしていることが原因です。



立って歩きまわるようになる1歳くらいから、行動が活発になる3歳前後の間に、転倒による歯・口の外傷事故が増えます。

歯ブラシに鋭利な部分がないため、危険性を認識していない保護者が多いようですが、くわえたまま全身の体重が加われば簡単に喉等に刺さります。



ひどい場合には脳に達する危険もありますので、就学前のお子さんには歯みがきの時以外は歯ブラシを持たせないようにして、常に親の監視は怠らないようにしましょう。

歯ブラシは親子をつなぐ、大事な暖かいコミュニケーションツールですが、お箸と同じく棒状の物なので、「乳幼児だけで使うと危険である」という認識を忘れず、正しく用いましょう。