



## みがき残しになりやすい歯とケア方法



前歯と歯と歯の間と歯と歯くきの境目



## 上の前歯の歯と歯の間

上の前歯は唾液が届きにくいため汚れがたまりやすい箇所です。歯と歯の間にしっかり毛先を入れてみがきましょう。



## 上下の前歯の歯とハグキの境目

歯と歯の境目は、歯垢がたまりやすくみがき残しの多い部分です。毛先が歯とハグキの境目にきちんと届いているか確認しながらみがきましょう。



## 奥歯の歯と歯の間

奥歯のすき間は歯ブラシが届きにくく汚れがたまりやすい場所。口を閉じ気味にすると頬が張らずハブラシが奥まで入りみがきやすくなります。



## 奥歯の溝の部分

奥歯の溝は食べカスがつきやすく、唾液でも流されにくい場所。ていねいなブラッシングを心がけ、ムシ歯になっていないか常にチェックしましょう。



## 商品のご紹介 歯が生え始めた乳歯の時からしっかり磨いてあげましょう！

歯みがき習慣  
トレーニングジェル

“楽しみながら・処方”  
にこだわりました。

ほんのり甘みのある  
ジェルで楽しみながら  
歯みがきトレーニング。  
仕上げみがきも  
嫌がらなくなります。



## 仕上げみがき用ハブラシ

歯が生え始めたら、乳歯を  
しっかり守る為に仕上げみがきを。

「乳歯は生えかわるから、ムシ歯に  
なっても大丈夫」は間違いです！  
お子さまのムシ歯予防には、パパや  
ママによる“仕上げみがき”が必要です。

## 育児期 Child Care

離乳食の時期

赤ちゃんの歯が生え始めてからの  
お口のケア2

未来の赤ちゃんのために

SUNSTAR  
サンスターと  
はじめ  
赤ちゃんから  
正しい歯ケア

SUNSTAR  
C&F  
CHILD & FAMILY

-0才からのオーラルケア

# 育児期 Child Care お子さまのムシ歯予防には、パパやママによる仕上げみがきが重要です。

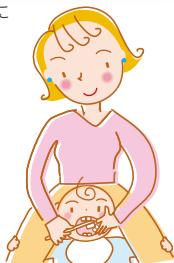
## 正しい仕上げみがきのテクニック 1

### 仕上げみがきの姿勢

ママの足の間におお向けに寝かせて上からのぞき込むようにしてみがきます。

ポイントは子どもの頭を安定させること。  
頭がふらふらせず、のど突き防止になり安全です。  
お口の中もしっかり見ることができます。

ママがベタンと座って足を軽く開き、子どもの頭を膝の間にはさんで固定します。  
子どもの手を横に開いて太ももで軽くおさえます。



### 上の前歯のみがき方



人さし指で上唇をめくり、前歯全体が見えるようにします。  
痛みに敏感な紐のような上唇小帯は指でガードしながら上から下へ。または、上唇小帯に当たらないように左右に分けてみがきます。

### 下の前歯のみがき方

歯と歯ぐきの境目が見えるように、下唇を人差し指でやさしく押し下げます。  
ハブラシを左右に振動させるように動かしてみがきます。



## 正しい仕上げみがきのテクニック 2

### 上下の奥歯のみがき方

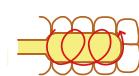
指の第一関節を歯ぐきと頬の粘膜の境目に入れて持ち上げるようにすると、前歯だけでなく上下の奥歯まで見えます。奥歯は、歯と歯ぐきの境目にハブラシを斜めに入れて優しく小刻みにみがいていきます。かみ合わせをみがく時はハブラシを横から入れてあげると、のどをつく心配がなく1本ずつみがくことができます。歯の裏側は少しハブラシを立ててみがきます。

### 歯と歯の間のみがき方

歯と歯の間は汚れがたまりやすく落とすづらい場所。ハブラシを大きく動かしてゴシゴシみがくやり方では歯の表面しかみがけず、みがき残しができてしまいます。汚れを落とすには、歯と歯の間にハブラシの毛先を軽く差し込み、その状態でハブラシを左右に小刻みに動かします。ハブラシの弾力性を生かすことで弱い力でできれいにみがくことができます。



ハブラシは、  
小さく往復運動させるように!!



まを連続して  
かくように



ハブラシを  
横から使う

### ハブラシ選びのポイント

歯を一本ずつみがけるようにヘッドが小さなものを選びましょう。  
毛はやわらかすぎず、毛足が短めのナイロン毛のものがよいでしょう。  
ハンドルはまっすぐのものがハブラシを歯に当てる角度を手で覚えやすくしっかりみがくことができます。