

看護師による歯についてのお話

2022年6月24日(金)

毎年、この時期は本園の看護師が、「歯」についてのお話をさせていただいています。参加者からはご好評をいただいております。今年も、多くの方からのご希望を受け、6月24日に実施しました。

<まずは、エプロンシアター“はみがきカバくん”を見てね！>

歯にちなんだ紙芝居やペープサートに興味を引き付けられ、お母さんも子どもも大喜び！中でもエプロンシアターは夢中になって見ていました。主人公のカバくんが、ケーキを食べると子ども達も思わず口をモグモグ。歯磨きをしないで寝てしまったカバくんの口の中にばい菌を見つけた時にはビックリ!! “大変だー、どうしよう?”と不安そうでしたが、大きな歯ブラシでシュッシュッと磨き、ばい菌がいなくなるとホッとした表情になっていました。



<さあ、みんなも歯磨きをしてみよう！>

エプロンシアターで「歯ブラシ」を見た子ども達。早速、お母さんのお膝に寝転んで、歯磨きをしてもらいました。

エプロンシアターの成果でしょうか、みんな嫌がらずに歯磨きをしてもらっていました。



看護師からのワンポイントアドバイス

<乳児の歯磨きのポイント>

- ①短時間でしましょう。
- ②楽しいことを話しかけながらしてください。
- ③終わったら褒めてあげてくださいね。



<歯磨きの時の体勢>

お子さんが1歳までなら、抱っこして磨いてください。

1～3歳頃は保護者の膝の上に乗せて磨いてください。

<歯ブラシの選び方、持ち方、動かし方>

歯ブラシは年齢に合ったものを選び、ペンを持つようにして、小刻みに動かして（スクラッピング法）ください。



看護師は、歯磨きの様子を見て回り、アドバイスをさせていただきました。保護者からの「(子どもが) 口を開けていることが多い。」の問いかけに、「口呼吸になっているのですね。鼻呼吸ができるように口の周りの筋肉（口輪筋）を鍛えると良いですよ。食事では、大きく口を開け食べ物をかじったり、固い物も奥歯でしっかり噛めるようにすると良いですよ」と、丁寧に応えていました。



イベント後は、子ども達もすっかり雰囲気に慣れ、集まって同じおもちゃで仲良く遊んでいる姿が、とても微笑ましかったです。



～アンケートより～

『自分の歯みがきの方法が正しかったのか確認できてよかった。噛み合わせや歯の生え方が気になっていたので質問できてよかった。』

『他の方の話を聞いて参考になった。看護師さんにも相談しやすく来てよかったです。』

『質問できる時間もあり、教えてもらったことを今後に活かしたいと思いました。』

と保護者の方から嬉しいお声をいただきました。

歯を磨くことで気持ちよさを味わえるようにし、習慣づけることが大事です。歯磨きは、保護者との楽しい時間だと感じられるようにしてあげてくださいね。