

# 歯ブラシの 選び方



# 子どもの歯みがき

大人が子どもの歯みがき  
をすることを

「仕上げみがき」  
といいます

こども本人が使う歯ブラシ

仕上げみがきに使う歯ブラシと  
分けます



おススメ

# 子ども本人用 歯ブラシ

写真のように、のどをつきにくい歯ブラシがお勧めです。



おススメ

# 仕上げ用 歯ブラシ

こども本人用の歯ブラシとは、形が違います

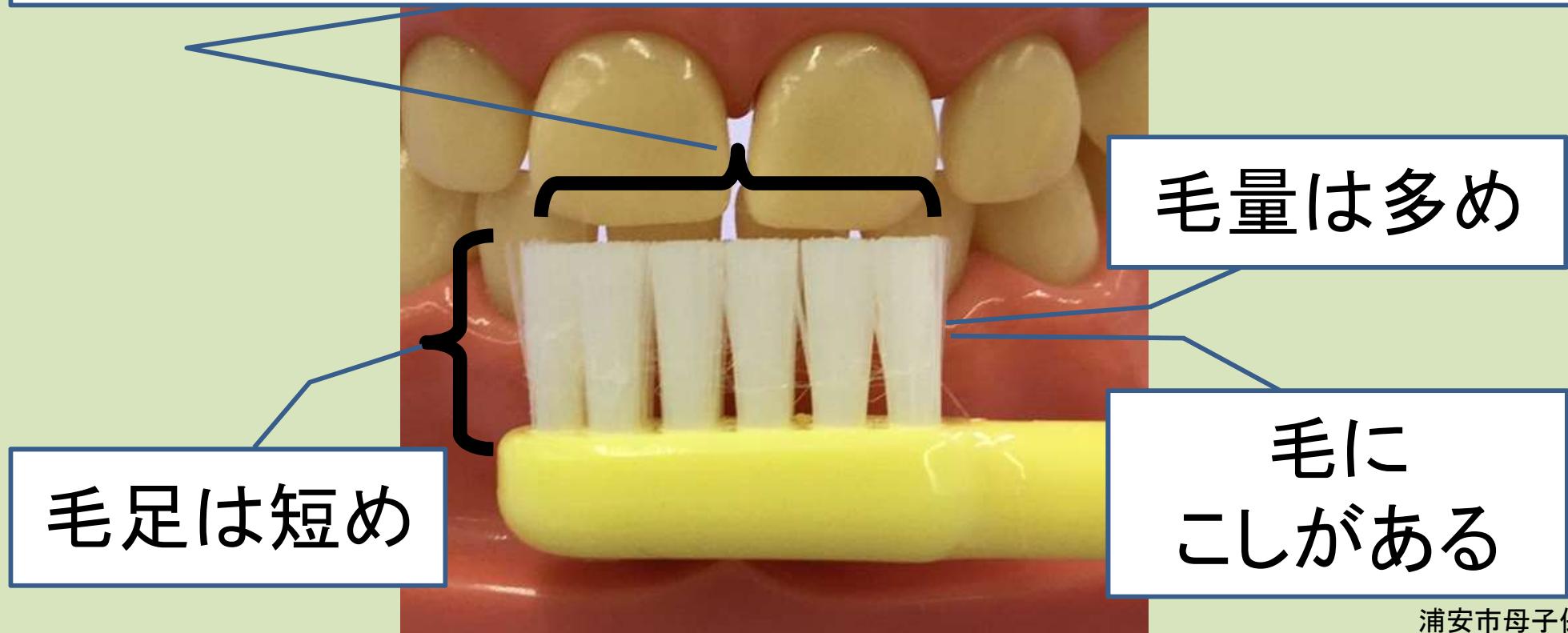


仕上げ用と本人用  
2本を使い分けます

# 仕上げ用歯ブラシ

歯ブラシのブラシの部分は、  
ナイロンやポリエステル製のものがお勧めです

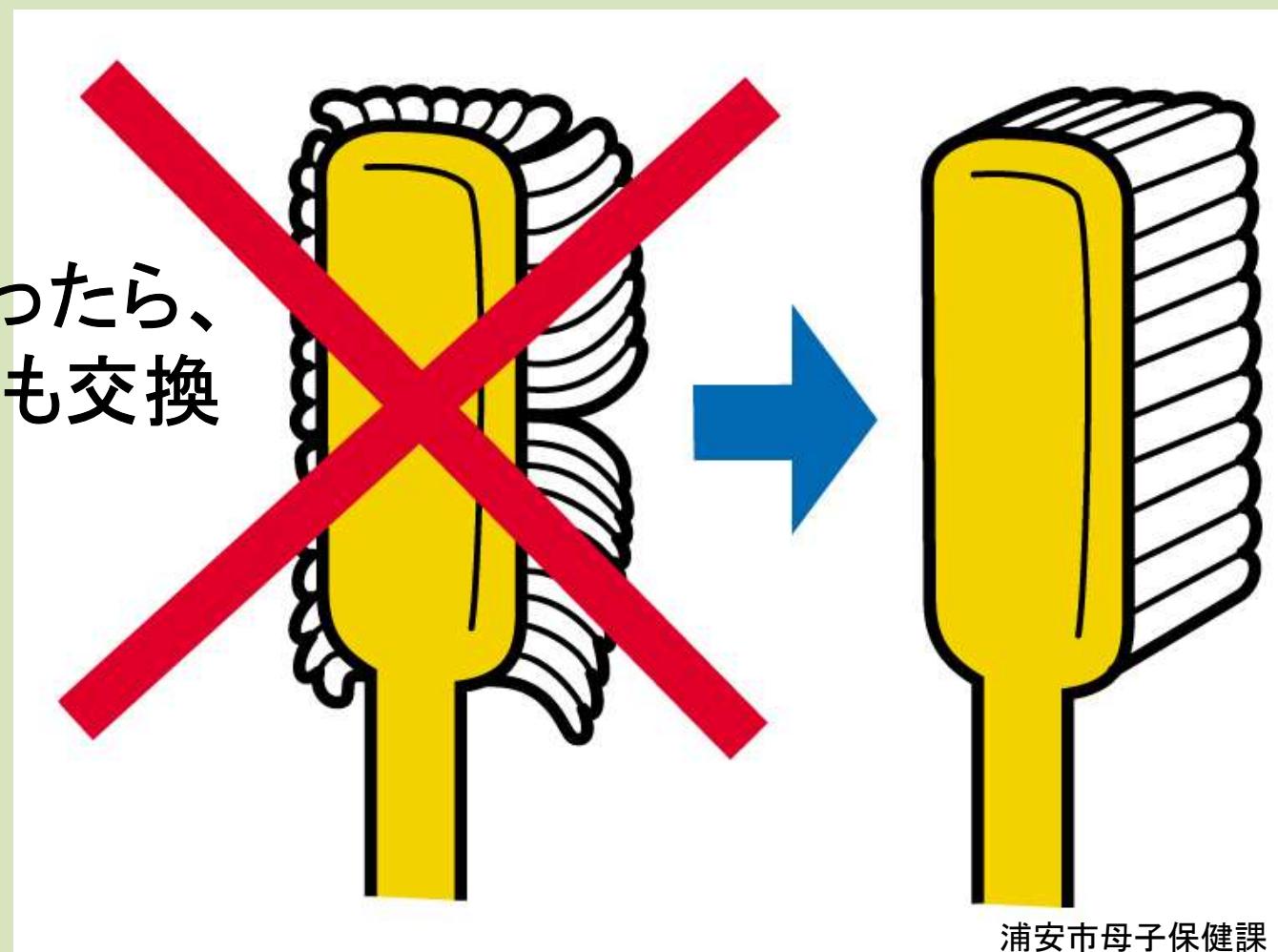
大きさは ブラシの部分が上の前歯2本分くらい



# 歯ブラシは毎月交換

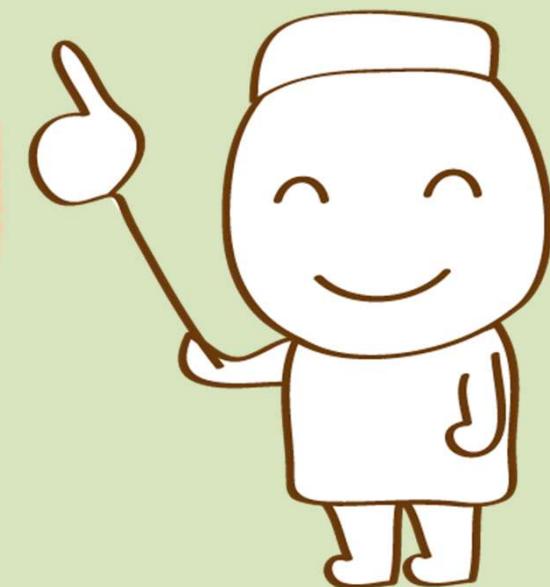
歯ブラシは使っているうちに、こしがなくなり、プラーク（歯の汚れ）が落ちなくなってきますので、1か月に1回交換します。

毛先が開いてしまったら、  
1か月たっていなくとも交換  
した方がよいです。



# 歯ブラシは毎月交換

開いた歯ブラシでは、  
プラークが落ちないうえ、  
歯肉を傷つけて、お子さんが  
歯みがきを嫌がる原因になってしまいかもしれません。



歯ブラシでの事故が報告されています。

使うときは、注意してくださいね。

『注意！歯みがき中の「のどつき事故」』もご覧ください。

元気な歯育て応援します

ご相談等は、お気軽に浦安市母子保健課へ

電話 047-381-9058

ファックス 047-381-9083

祝日・年末年始を除く月～金曜日 8:30-17:00

