

逗子市子育て支援センター ミニ講座

「はじめての歯みがき」



2025年11月18日(火)10:00～11:00 歯科衛生士の岡本麻理先生によるミニ講座を逗子市子育て支援センターにて開催いたしました。

ママのお膝にごろんとし、普段の歯みがきの様子をみながら、歯ブラシの選び方、姿勢やタイミングなど歯みがきのコツを教えていただきました。

- ・歯みがきは小さい時から習慣化する
- ・普段からお口やお顔周りを触る
- ・ごろんやお座り出来たらいっぱいほめてあげる
- ・生活習慣や規則正しい生活が大事
- ・お口の中が空っぽの時間を作ると虫歯予防につながる

