



子育て応援企業  
コラム

## 歯みがきができるように、しておきたいこと

子どもたちは、生まれたときが一番自由。  
大きくなるにつれて、社会のルールを自然に身に付けていきます。例えば、靴下をはくこと。私たち大人は、気持ち悪いとも思わず、毎日はいています。もし、20年間はいたことが無かったら、いきなりはけるでしょうか？きつとしばらくしたら脱いでしまうでしょうね。

赤ちゃんには、後天的に、「するもの」と「選べるもの」を区別していきます。  
歯磨きをぜひ、この「するもの」として意識づけしておきましょう。

そのためには、母乳をあげたら、歯がなくても、歯磨きをしましょう。

歯がなくても？

そうです。歌を歌いながら、お母さんが落ち着いて、ゆっくりと、口の中に、指や、ガーゼ、できるのであれば歯ブラシを入れましょう。根気のいることです。頑張ってください。

でも、子どもにとって、「何かをたべたら、口の中に何かを入れる」と思わせないとけません。

赤ちゃんの本能の中では、食べ物以外は口の中に入れていないことになっていますからね。  
靴下のように、いつの間にか、「するもの」にしたいですよ。

それから。

歯科医院へ初めて行くときの、歯医者さんからのお願い。

初めての歯科医院。お子様以上に、実は保護者の方が緊張しています。みなさん自身が、歯科医院であまり良い思いをしていない方がほとんどですからね。

実は、歯科医院デビューで泣く子はほとんどいません。なぜならば、別にまだ嫌なことをされていないからです。では、なぜデビュー時に泣いてしまうのでしょうか？それは子どもにとって、未知の場所なのに、すでに保護者の方が、ネガティブな情報を発信しているからです。

歯科医院へ行くときは、保護者の方から「痛くないからね」「大丈夫だから」と言わないでくださいね。

歯磨きをしにいきましょうね。ただそれだけでいいんですよ。

ななくに歯科 歯科医 深沢 宗主