

歯みがき大好き☆あだちっ子

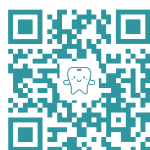


仕上げ みがき動画

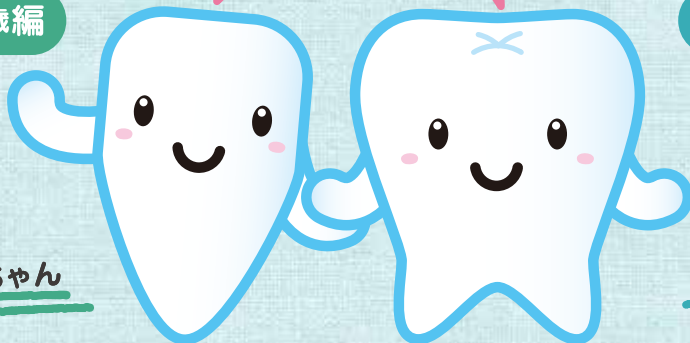


0～3歳編

動画だから
わかりやすいね♪



4～6歳編



まえばちゃん

おくばちゃん

イヤイヤ歯みがき攻略法

チェック① いたいのキライ



大きく動かすと痛い



小さく小刻みに動かす

奥歯の仕上げみがきは、より丁寧にしよう！

チェック② ミゾのみがき方 ▶ 縦方向・横方向から

前歯の「歯みがきイヤイヤ攻略法」をチェック！

ポイントは「奥歯のミゾ」のみがき方！



問合せ 足立区データヘルス推進課
TEL 03-3880-5601

詳しくは区ホームページをご覧ください

あだち仕上げみがき動画

せ

“攻め”のむし歯予防！

忙しい日も！ “せめて”ココだけは仕上げみがき

あだちっ子のむし歯になりやすい
歯は**前歯**と**奥歯**！

せめてその1
上の前歯を
みがいてね

6歳ごろ生える
おとなの歯

せめてその2
奥歯のミソを
ていねいに！

仕上げは「おとなの手」で

仕上げみがきは、小学3年生ごろまで必要です

お子さんの歯みがき・仕上げみがきのご相談は、
お近くの保健センター・歯科衛生士へ！

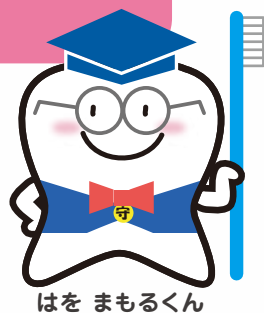
江北保健センター 03(3896)4011

千住保健センター 03(3888)4279

竹の塚保健センター 03(3855)5049

中央本町地域・保健総合支援課 03(3880)5354

東部保健センター 03(3606)4171



はを まもるくん