

# 仕上げみがき スタート編

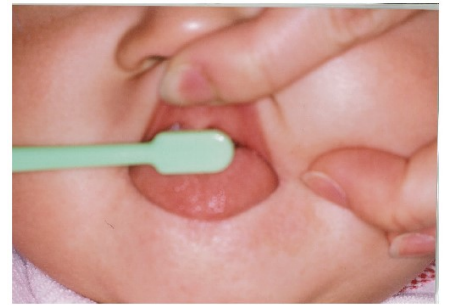


## 上の前歯がはえたら、仕上げみがきのスタート！！

夜寝ている間は、唾液が少なく、一番むし歯になりやすい時間帯なので、むし歯予防には夜寝る前の仕上げみがきが大切です。

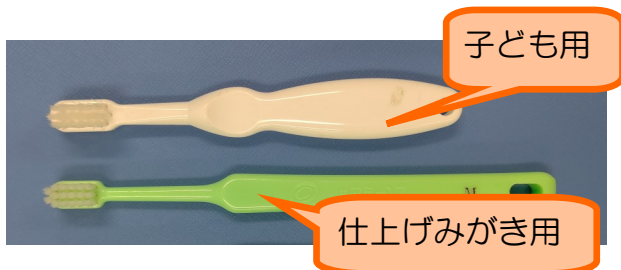


歯みがきイヤイヤ 𠆩



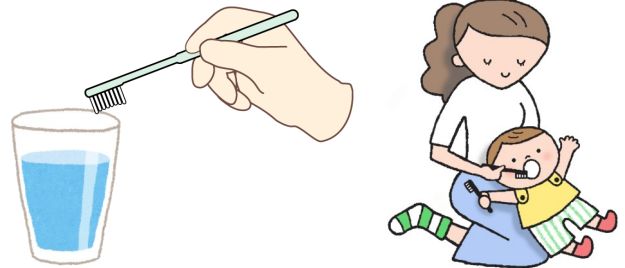
べろを出してイヤイヤ 𠆩

### 歯ブラシの使い分け



子ども用と仕上げ用別々に用意します

### 歯ブラシはえんぴつ持ちで



歯ブラシを洗いながらみがくとうがいのかわりになります

### 上唇小帯を指でカバーします



### 姿勢



横向き抱っこや、仰向けに寝かせた姿勢でみがきます