



# きらり しまにかむコラム vol.49

## おすすめの絵本はコレ



歯磨きの大切さを  
わかりやすく

文・絵：加古里子  
出版社：福音館書店

なんで歯みがきをしないといけないの？なんでむし歯になるの？と質問攻めにあった際に助かる一冊です。お子さんに分かりやすく伝えることができ、大人の方も歯の大切さが再認識できる絵本です。



電車好きな  
お子さん必見の  
一冊です。

作：くぼまちこ  
出版社：アリス館

お子さんと一緒に歯を確認しながら、歯についた汚れを取っていくことができる絵本です。〇〇ちゃん、〇〇くん、歯には何が残っているかな～？と楽しく歯磨きができます。歯磨きが嫌いだった主人公の歯が最後はピカピカに。歯磨き習慣をつけるためにおすすめです。



あかちゃんの  
あそびシリーズ  
から

作：きむらゆういち  
出版社：偕成社

本も厚く、しかけ絵本で楽しく、小さなお子さんでも一人でめくって遊べる一冊です。オーバーリアクションで読むと反応もよく喜んでくれますよ。歯磨きの導入の際におすすめです。



指しゃぶりが  
やめられない!

作・絵：くせさなえ  
出版社：ポプラ社

指しゃぶりをなかなかやめてくれない時には、ちょっと怖いけど、ちょっと面白い絵本を試してみるのも効果的かもしれませんね。対象年齢は3～5歳となっています。



歯磨き頑張ろうと  
思える絵本

作：五味太郎  
出版社：偕成社

歯が痛いワニさんが歯医者さんへ行き頑張って治療する内容です。ワニさんと歯医者さんどちらも同じ言葉で違う心理を描いているおもしろい絵本です。やっぱり歯磨き頑張ろう…と思える一冊です。ドキドキしてるのは歯医者さんと同じかも！



「ノンタン」  
シリーズから

作・絵：キヨノサチコ  
出版社：偕成社

「イイのイーして、はみがきはーみー」と繰り返しのリズムなので、小さなお子さんでも覚えやすく、保護者も口ずさみやすいので歯磨き時のルーティーンにできる一冊です。イーのお口にも自然とまねっこしてくれますよ。

※日本小児歯科学会では「4歳以降も頻繁に指しゃぶりが続く場合は小児科医、小児歯科医および臨床心理士の連携による積極的対応が必要」となっています。

### 準備するもの

- 絵本 ●子どもの歯ブラシ ●鏡
- 仕上げ磨きの歯ブラシ ●保護者の歯ブラシ

※読みながら磨いたり、磨きあったり、歯を見せたりと楽しくアイテムを使って下さい。お子さんが歯ブラシ口に入れたまま立ったり歩いたりしないように注意して使用しましょう。



感覚過敏があり食事  
でお困りの方やみんなに  
知ってほしい

作：あつくん  
監修：高橋智  
出版社：世音社

「感覚過敏」がありみんなと同じ食事ができない「あつくん」の気持ちや感覚、経験が描かれた一冊です。お子さんの食生活に関する悩みをお持ちの保護者の方、教育の現場などで食支援が必要な方と接している方々へ分かりやすい解説も掲載されています。たくさんの方に知ってほしい内容です。

色々と試してみただけど、やっぱり歯磨きを嫌がる。もう打つ手がない！そんな時は絵本を取り入れてみましょう。

歯磨きが好きになる!! 歯科衛生士おすすめの絵本

むし歯にならないために日々子どもと格闘しながら仕上げ磨きを頑張っている方へ、絵本を通じて歯の大切さをお子さんに伝えてみるのはいかがでしょうか？今回は歯をテーマにした本をご紹介します。

### まとめ

絵本を通して歯みがきの楽しさや大切さを伝えてみるのも一つの方法です。お子さんと一緒に楽しく読むことで、意外とすんなり歯磨きをしてくれるかもしれませんね。Xmasプレゼントにいかがでしょうか。ぜひ参考にしてみてください。



一般社団法人

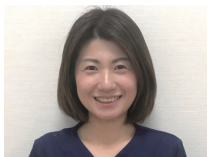
四日市歯科医師会

〒510-0093 四日市市本町9番12号

☎059-354-8512

四日市歯科医師会 検索

今回お話ししてくれた先生



歯科衛生士 毛利志乃



RECRUIT  
GUIDE

もう一度、歯科業種に戻ってきませんか??みなさまがお仕事復帰できるようにお手伝いします。

歯科医師 歯科衛生士 歯科技工士  
歯科助手 歯科受付 など

・何年も歯科業界から遠ざかっていて また復帰できるか不安・・・  
・長い期間離れていたのだから勉強できるか不安・・・  
・働く前にどんな医院が見てみたい・・・ ご相談はお気軽にご連絡ください

