

# 1歳6か月児歯科健診が延期でも 家庭でできるチェックポイント

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、乳幼児歯科健診が延期になっています。チェックポイントに従ってご家庭でチェックしてみましょう。

母子健康手帳の『1歳6か月の保護者の記録のページ』で赤丸の部分にあてはまる場合や、他に心配なことがありましたら歯科医師にご相談ください。お子さんのお口の中ものぞいてみましょう。  
手はきれいに洗えばお口の中を触っても大丈夫です。

<このページは1歳6か月児健康診査までに記入しておきましょう。>

保護者の記録【1歳6か月の頃】（ 年 月 日 記録）

- |   |               |
|---|---------------|
| <input type="checkbox"/> ひとり歩きをしたのはいつですか。   | （ 歳 月 頃）      |
| <input type="checkbox"/> ママ、プープーなど意味のあることばをいくつか話しますか。                                       | はい いいえ        |
| <input type="checkbox"/> 自分でコップをもって水を飲めますか。   | はい <b>いいえ</b> |
| <input type="checkbox"/> 哺乳ビンを使っていますか。<br>(いつまでも哺乳ビンを使って飲むのは、むし歯につながるおそれがあるので、やめるようにしましょう。) | いいえ <b>はい</b> |
| <input type="checkbox"/> 食事や間食(おやつ)の時間はだいたい決まっていますか。  | はい <b>いいえ</b> |
| <input type="checkbox"/> 歯の仕上げみがきをしてあげていますか。  | はい <b>いいえ</b> |
| <input type="checkbox"/> 極端にまぶしがったり、目の動きがおかしい   |               |

## 歯は生えていますか？

・1歳6か月では上下それぞれ6～8本くらいが平均的ですが、生えている数には個人差があります。

## 歯の表面にヌルヌルした白い汚れが残っている

・その汚れはむし歯の原因になるプラークです。しっかりみがくと歯ブラシでとれます。仕上げみがきのコツを参考にしてください。

## 歯が以前より白くなっているところはありますか？

・歯石または初期のむし歯が原因の場合があります。  
・見分けは難しいため、歯科医師にご相談ください。

## 歯が欠けている

・むし歯で歯が欠けることがあります。乳歯のむし歯の進行は早いです。  
・授乳を続けている場合、哺乳瓶で甘い飲料を飲んでいる場合は特に気をつけてください。

## 食べ方が気になる

・離乳食や幼児食も進み、手づかみで食べたりしていると思います。  
お子さんの食べ方で心配事がある場合は歯科医師にご相談ください。

## \*1歳6か月頃の仕上げみがきのコツ

口の中は敏感ですので、いきなり歯ブラシを入れると嫌がります。まず顔や口の周りを優しく撫でて、清潔な指で口の中を触ります。慣れてきたら笑顔で話しかけながら歯みがきをしましょう。歯ブラシは優しく動かしてプラークをとりのぞいてください。歯磨剤はフッ素が入っているものをゴマ粒程度使いましょう。自分でみがきたがる気持ちを大事にしながら“歯ブラシ喉付き事故”防止のために一緒に歯ブラシを握って、歯みがきスキップの時間にしましょう。