



わたし、**歯みがき**
大嫌い!



私は、歯みがきが大嫌いです。
なぜ嫌いになったのか、
そのわけを聞いて下さい。

歯みがきは**ねむくなる前に**

わたしが初めてお母さんに歯みがきをしてもらったのは
1歳6ヶ月のころでした。

楽しい夕食がおわり、おなかがいっぱいになって
眠くなってきたとき、急にお母さんに起こされたのです。



わたし、**歯みがき**
大好き!



僕は、歯みがきが大好きです。
理由はよくわからないので、
僕が赤ちゃんの頃の話を
してみようと思います。

あそび道具として歯ブラシをもたせる

歯が最初にはえたのは、7ヶ月のときです。
そのころのほくは、手にふれるものがめずらしくて、
なんでも口に入れて遊んでいました。

ある日、お母さんが歯ブラシを持たせてくれました。
口に入れてみたら知っかってしまって、毎日歯ブラシで遊んでいました。
それで歯ブラシを口のなかに入れることに慣れたし、
歯ブラシを持つ習慣がついたのです。



お母さんは、どんな、表情をしていますか？

どうしたんだろうと思いながらお母さんの顔を見ると、いつも笑顔とやさしい声でおはなししてくれるのに、今日にかぎってこわい顔をして、歯ブラシを口の中に入れようとするのです。気持ちよく眠りかけていたのをおこされるだけでも不愉快なのに…。わたしは呵をされるのかとわくわくして、泣きはじめました。すると、お母さんはもっとこわい顔をして、おこりはじめました。わたしはますますわくわくして必死に逃げようとしてました。そうしたら、口の中に入った歯ブラシが舌や歯ぐきにあたって痛くて痛くて。



わたしはそれ以来歯みがきが
大嫌いになりました。



フッ素の最大の副作用はお母さんの過信です。



あまりにも私が歯みがきをいやがるので、お母さんはある日、わたしの歯を強くしようと、フッ素をぬりにつれていってくれました。フッ素をぬったことでお母さんは安心してしまったのか、まえみたいに歯みがきをむりしいすることはなくなりました。

また、前よりもおやつに甘いものをたくさんくれるようになりました。

どうやらお母さんは、フッ素をむし歯予防の特効薬だと思っているようでした。



歯のみがき方を教えてもらっちゃおう！



1歳6ヶ月のとき、健康診断で、歯医者さんの先生のお話を聞きました。

1歳6ヶ月の子の口のよこれの程度をみていると、歯垢がたくさんついている子ほど、おやつに甘いものをたくさん食べていたり、だらだら食いをしているそうです。この時期は、歯みがきよりおやつの食べ方に注意するほうが大切だということです。

それから、2歳までこてきるむし歯のほとんどは、上の前歯の間、歯ぐきとのさかいめにできるそうなので、先生はよく注意をしてみがいてほしい、とおっしゃっていました。



楽しいふんいきづくり

そのころはよくお母さんに歯みがきをしてもらったけれど、口をつぐんだりして、なかなかいうことをききませんでした。でも、お母さんはほくの顔をひざの上のせてねかせながら、ここにこと話しかけてくれたり、歌をうたってくれました。

そして、毎日少しずつでもつづけていたから、お母さんはほくの歯をみがくのが上手になったのです。それに、僕が寝るときはかんたんに終わるけど、僕が寝るときは、ゆっくりていねいにみがいてくれるとか、僕の気持ちをすごくよく考えてくれていました。

だからか、だんだん歯みがきが好きになったみたいです。



ウソについて歯科医院につれていかない

秘

3歳のお誕生日を前にして、わたしの歯にとうとう大きな穴があいてしまいました。
ある日、お母さんは、「デパートにつれていってあげる」といいました。
でも、つれていかれたのは歯医者さんでした。
わたしはせっかく楽しみにしていたのに、と悲しくなりました。



何をされたかわからず、泣くだけだったわたし

麻酔がきて、治療いすにすわって大きな口を開けると、先生に「むし歯の穴にとりあえずセメントをつめて、応急処置をしておきましょう」といわれたので、わたしは急に不安になり、泣いて大暴れしました。

でも、助手のお姉さんやお母さんにおさえつけられ、穴にセメントをつめられてしまいました。
わたしは、なにをされたのかまったくわからず、ただ泣きつづきました。



甘いおかしをたくさん食べた日は・・・



2歳のころ、ぼくは何でも自分でしたくて、歯みがきも「自分でする」といっていました。
お母さんは困った顔をしていただけで、ぼくがあきるまで、歯みがきをやらせてくれました。
そしてぼくがあきてくると、「きれいになったかな」といって、みがけていないところをみがいてくれたのでした。
よそのうちについて、甘いおやつを食べた日には、お母さんは、とくに急入りに歯をみがいてくれました。
これを《とりもどしみがき》といいます。



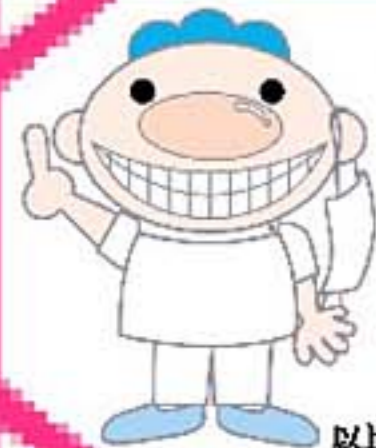
体で歯みがきをおぼえさせる

2歳をすぎたころに、第二乳臼歯という一番むし歯になりやすい歯がはえてきました。

そのころ僕に歯ブラシを持たせて、その上からお母さんが手をそえて、一緒にみがいてくれたので、ぼくはその部分をみがけたらいいんだということが、からだでわかってきました。

この方法で上の奥歯をみがくのは、4歳ぐらいまでむずかしいのです。
これを《にぎらせみがき》といいます。





むし歯の原因を元から断たなきゃダメ！！

謝ってから、先生はお母さんにお話しをしてみました。その内容は

①歯の治療が自分のためだということを理解できるのは、早い子で3歳から3歳半、ふつうは4歳くらいになってからということ。また、その年齢に達すると、おりにこう治療をうけられる子どもたちがふえてくること。

②歯の治療とは、むし歯になっている部分をけずりとり、その後金属やプラスチックをつめたりすること。

しかし、むし歯になった原因をかえりみずに、今までの治療をだらだらつづけているのでは、いくらけずったりつめたりして治療しても、そのまわりのきれいな歯も、やがてはむし歯になり、すくにだめになってしまうこと。

以上のことを耳こいれ、今一度歯みがきやおやつとの与え方について考えなおしてみることが重要です。と先生はおっしゃいました。



歯みがき嫌いのわたしのようにはさせないで！！

お母さんは、それ以来、また一生懸命歯みがきをしてくれるようになりました。

わたしも、歯みがきをしなければならぬ理由がわかりました。

でも、やっぱり可愛い顔をしたお母さんの歯みがきは、大嫌いです。



にごった水をきたないよといしながら見せましょう

3歳の誕生日まで、ぼくは、なぜ歯をみがかなくちゃいけないのかわかりませんでした。

ある日、お母さんが歯をみがくときに、水はいったコップを置いて、その水で歯ブラシを洗いがらみがいてくれました。

そうすると、お水がどんどんよごれてくるのがよくわかるのです。「お口のなかがかんなんによごれているから、お水がかんなんになっちゃうの。むし歯のばい菌がかんなんにいるのよ」ってお母さんが教えてくれました。

かんなんきたないのが口のなかから、おなかまで病くなりそうだから歯はきれいになくちゃって、はじめて思いました。



だから歯みがき好きになったの

だから、ぼくとっても歯みがきが大好き。

これからも頑張って歯みがきをします。

だって、この頃、歯をみがかないとお口のなかか気持ち悪いんだもの。

