

## 令和8年度1201事業 園児への歯磨き実習

歯磨き実習の対象児は年少（3歳児）から年長（5歳児）です。

3歳と5歳では歯磨きの能力にも差があり、3歳児ではうがいが出来ない園児もいます。

（私見ですが、最近うがいが出来る年齢が上がった気がします）

また、小学校での指導では手鏡で自分の口を確認しながら歯磨きをする事が出来ますが、（上顎咬合面などは児童でも確認が難しい場合があります）園児には難しい場合が多いです。

実習の内容を組み立てるとき、園との事前の確認が大切です。

年少から年長まで一同に講話を行うのか？年齢で分けるのか？

園によってはクラス編成が縦割りクラスの場合もあります。確認してください。

実習を行う環境についての確認 講話時には園児に机は必要ありませんが、実習時は必要です。

### 実習で準備する物品

歯科衛生士が使用する物品：乳歯用額模型 模型用ブラシ

園児が使用する物品： 歯ブラシ コップ 透明プラコップ（注1） タオル 洗濯ばさみ  
牛乳パックの空容器を半分の高さに切ったもの 手鏡（必要な場合）

実習が始まる前に準備物の確認をしてください。コップやプラコップの水は園の先生に入れてもらいます。

**手順** 以下の実習手順は一例です。出務者が何を指導するかポイントを決めて進めてください。

- ①園児が用意した歯ブラシの確認（大きさ、毛先等）
- ②歯ブラシの握り方の練習 「こんにちは・さようなら」の持ち方  
（パームグリップを基本とする。園で既にペングリップを指導している場合はペングリップでも良い）
- ③上下左右咬合面を磨く。下顎咬合面から始めると園児の動作が始めやすい。  
（年長児クラスの場合、6歳臼歯を意識したブラッシング実習も加える）
- ④上顎前歯部唇側から臼歯部頬側、下顎前歯部唇側、反対側臼歯部頬側を磨く。  
（上顎前歯部唇側乳歯が抜けている場合もある）
- ⑤前歯部口蓋側、舌側を磨く。
- ⑥臼歯部舌側は園児では磨きにくい場合が多いので、実施するかどうかは臨機応変に対応する。  
（磨く事の出来る園児もいるが、全体への指導は難しい。  
園児の時期は仕上げ磨きが必須なので、保護者に磨いてもらう事にポイントを置いても良い）
- ⑦うがいをする。
- ⑧環境が許せば歯ブラシを洗って終わる。難しい場合は説明をする。
- ⑨自宅では児が磨いた後、保護者（注2）に仕上げ磨きをしてもらうことを伝える。

（注1）

プラコップに少量の水（2センチ程度）を入れておく。

ブラッシング後の歯ブラシを洗ってプラークが取れたことを確認する。

確認する時期は、①咬合面ワンブロックだけブラッシングした後、②咬合面すべてが終わった後、③す

べて磨いた後など、どの場合でもよいがブラッシングによってプラーク（園児にはムシバイ菌と表現した方が分かりやすい）が取れる事を確認してください。（注：プラークで白く濁ったコップを汚いと表現するより、歯ブラシでプラークが上手に取れたから白く濁ったと表現する方がいい）

歯ブラシでプラークを取ることができる方法としてプラコップを使用する方法の他に、舌で歯面のプラークの「ヌルヌル」を確認しておいてブラッシングした後に「ツルツル」を確認する方法があります。以前は下顎臼歯部舌側で確認していましたが、最近の園児や児童は舌の動きが悪く確認できない場合が増えてきました。この方法で確認する場合は上顎前歯部をお勧めしますが、園児の中には永久歯との交換時期で上顎前歯部が少なくなっている場合もあります。

染色液で赤く染める方法もありますが、この事業では原則使用していません。

（注2）

近年の家庭環境の事情により、仕上げ磨きを「お母さんに」「お父さんに」「おじいちゃん、おばあちゃんに」と限定しない方が望ましい。 昨年 1201 事業で岡山県立盲学校に出務した際には小学生で平日は寮生活をしていて夜の仕上げ磨きを寮の先生にしてもらっている小学生もいました。この場合「自分で磨いた後は仕上げ磨きをしてもらいましょう」と言いました。）

## 実習の後

講話で「あいうべ体操」をしていない場合、実習時間に追加してもよい。

当日のまとめをしてください。