

2021年11月24日

報道関係者各位

日本歯磨工業会

赤ちゃんから中学生まで、年代別に知っておきたい
「お口のセルフケアのコツ・親子編」公開
～親子・ビジネスパーソン・シニア「セルフケアのコツ」3部作が完成～

日本歯磨工業会(所在地：東京都中央区、会長：濱 逸夫)は、歯みがき啓発サイト「みがこうネット」の新コンテンツ「お口のセルフケアのコツ・親子編」を2021年11月24日から公開します。

- ・スマホ用：<https://www.hamigaki.gr.jp/hamigaki2/sp/selfcare/family.shtml>
- ・PC用：<https://www.hamigaki.gr.jp/hamigaki2/selfcare/family.shtml>



お口の健康を守り、いつまでもイキイキと過ごすには、歯みがきなど日々のお口のケア（オーラルセルフケア）が重要です。「みがこうネット」では、これまでも、妊婦からシニアまでのオーラルセルフケア情報を数多く紹介してきました。その中から、意外と知らないお口の健康情報と、日々のオーラルセルフケアを効果的に行うためのちょっとしたコツを厳選し、イラストを交えて簡潔に楽しく紹介する新コンテンツ「お口のセルフケアのコツ」を2019年から展開しています。これまでに毎年1世代ずつ、「ビジネスパーソン編」「シニア編」を公開、今回は、シリーズ完結編として「親子編」を新たに制作しました。妊婦・赤ちゃん・幼児・小学生・中学生の年代別に、これだけは知っておいてほしい、お口のケアや食習慣、おやつを取り方などのコツを2つずつ厳選してご紹介します。

■新コンテンツ「お口のセルフケアのコツ・親子編」年代別タイトル一覧

- ・妊婦：「赤ちゃんの歯は妊婦の食事で作られる」「歯みがきしにくい、つわり期のお口のケア」
- ・赤ちゃん：「歯みがき準備段階のお口のケア」「むし歯をつくらない食習慣とは？」
- ・幼児：「歯みがきはいつ始めればいい？」「むし歯を防ぐおやつ時間の掟」
- ・小学生：「お昼休みと帰宅後のお口のケア」「仕上げみがきはいつまで続ける？」
- ・中学生：「歯垢⇒口臭⇒歯周病が増える年代」「寝る前の歯間ケアのススメ」

■歯みがき啓発サイト『みがこうネット』の親子向けコンテンツはほかにもあります

- ・[「パパ・ママ・キッズ歯育て講座」](#) 妊婦さんや0才～6才のこどものお口のケア詳細版
- ・[「歯みがき電話」](#) 歯をみがき始めたお子さまが喜んで歯みがきするようになるコンテンツ
- ・[「歯みがきカレンダー」](#) 毎日歯みがきできたらチェックする立体工作型の紙製カレンダー
- ・季節の食材、歯ごたえ、栄養、手軽さを考えた[「簡単！おかずレシピ」](#)[「おやつレシピ」](#)

「みがこうネット」は、赤ちゃんからシニア世代までみんなで普段から取り組める「歯みがき」やお口のケアに関するお役立ち情報をやさしく楽しく提供し、お口からの健康づくりを提案してまいります。

■日本歯磨工業会について

国民の口腔衛生の普及・向上に寄与するとともに、健康産業として歯磨及び関連業界の発展を図ることを目的とした団体で、行政官庁、関連業界、消費者団体等との情報交換、歯磨剤に関する情報提供、口腔衛生に関する健康啓発情報の情報発信を行っています。例えば、毎年6月4日から始まる「歯と口の健康週間」に協力し、歯磨剤を通じての口腔衛生の普及・向上を図るキャンペーンを行い、ISOなどの国際会議で歯磨剤等の国際規格作成にも協力しています。1971年6月に設立、会員14社、賛助会員14社が参加し、業務委員会、広報委員会、広告委員会、技術委員会、薬事委員会で活動しています。

日本歯磨工業会

〒103-0001 東京都中央区日本橋小伝馬町 2-4 三報ビル 7F

TEL03-3249-2511 FAX03-3249-2513 <http://www.hamigaki.gr.jp/>