

キッズクラブ アンケート

お子様のハミガキについて気をつけていること

ハミガキの回数 2回 (朝・夜)。昼間は保育園なので、朝・夜は必ず歯磨きするようにしています。

フロス 本当は毎日行いたいのですが、週1回にしておいています。

歯磨き粉 フッ素入りの子ども用歯磨き粉を使用しています。あまりつけすぎると泡だらけにふてしまうので、少し目につけています。

仕上げ磨き 自分自身で磨く感覚で子供の歯を磨いています。特に歯の側面に気を付けています。

その他 食事と食事の間に、お菓子などは食べません。だらだら食べはしていません。

お子様の生活スタイルについて気をつけていること

起きる時間・寝る時間 5:30起床、21:30就寝 *平日、休日問わず同じです。

お食事・間食 食: 偏らない食事を心がけていますが、日によって食べる量と種類が異なる日があるので無理のないようにしています。間食: ほとんどしません。お菓子を食する時は、食事前後にします。

その他 平日、休日問わず、一日の流れは、同じにしています。生活リズムには、洋室しています。

その他、なにか御座いましたら是非おしえて頂けませんか…?

飲み物は、お茶か牛乳のみ。ジュース類は、お水頃から飲ませていたのですが、子供も欲しがりません。

ジュースは、蒸いたお茶の良い味がします。親も飲ませていたので、お水が普通なのかもしれません。

