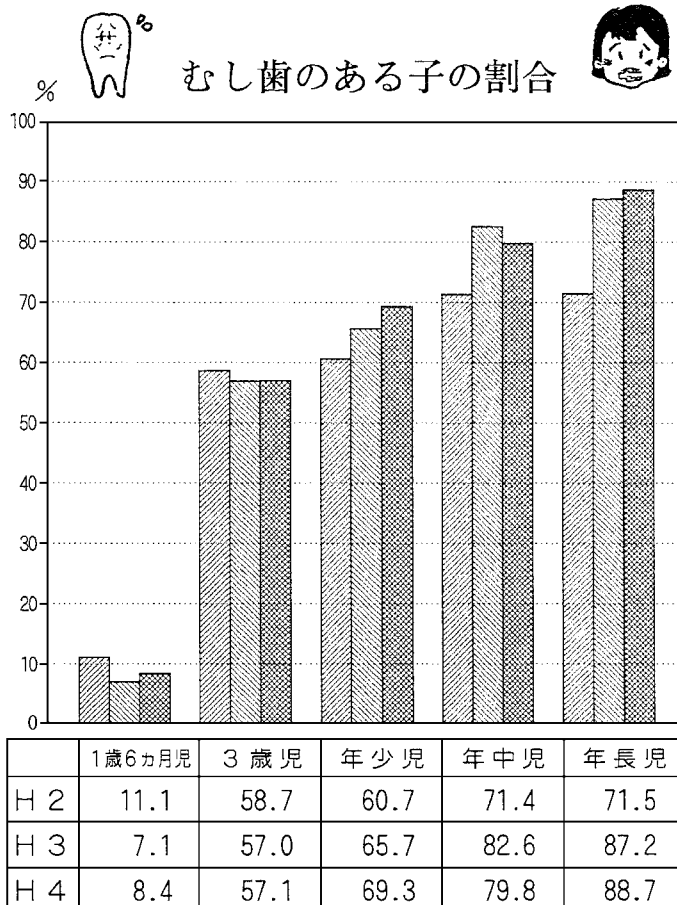


健康



子どもの歯科検診

三歳児で急増するむし歯

グラフを全体的に見ると三歳児でむし歯が急増しています。

また、年度を追っていくと保育園および幼稚園の年少児と年長児のむし歯が年々増加しています。

親が握る子どもの歯の健康

三歳までの乳歯が、丈夫な永久歯をつくるカギと言われています。子どもが一生健康な歯で暮せるか否かは親の育児の腕次第です。食事、歯みがき、生活リズム、歯科検診などに注意が必要です。

ワンポイントアドバイス 虫歯予防の暮らし



●冷蔵庫にジュースや乳酸飲料など甘い飲み物をおかない



●食事時間を決める



●アメ、ガムなど口の中に停滞時間の長いおやつはさける



●食べたら、すぐに口をすすがせる



●歯ブラシはいつも用意し、どこでも一緒にみがいてあげる



●野菜、海藻など食物繊維の多いものを食べる

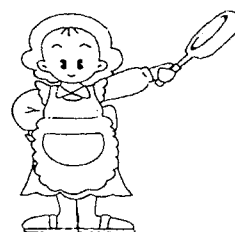


●十分に遊ばせて、関心を お菓子以外にむけさせる



●歯科検診を受ける

子どものむし歯予防はお母さんの役目



こんなお母さんが
虫歯をつくる

- ・冷蔵庫にいつもジュースや乳酸飲料を入れている
- ・おやつは、歯につきやすいスナック菓子などを多く出す
- ・歯みがきは、その日の気分でお母さんがパスしてしまっている
- ・乳歯のむし歯は生えかわるから放置してもいいと思っている
- ・フッ素を塗ればむし歯にならないと思っている
- ・治療すればむし歯は大丈夫と思って、予防しなかったり、子どもが嫌がるからといって歯みがきを怠ってしまう
- ・歯の検診をしない
- ・正しく食事時間を決めない
- ・スーパーなどで子どもの言うまま、お菓子を買って与える
- ・電車などに乗る時、おとなしくさせるために、甘いものを持たせる