

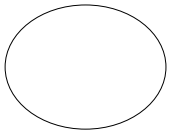


6月4日から「歯と口の健康週間」です。特に乳歯は柔らかいのであつという間にむし歯になってしまいます。むし歯を作らないこと、むし歯を発見したら早く治療することが大事です。

歯磨きステップ（楽しむ、褒める、慣れさせる）

生後6か月のころ

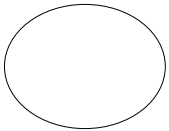
*乳歯が生え始めます



おっぱいをあげるときのような抱き方で磨きます。ガーゼを湿らせて軽く歯の汚れを取り除きます。慣れる事が目標です。

1歳のころ

*上下4本ずつ歯が生えそろういます

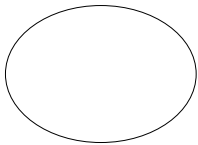


ひざに寝かせて磨きます。そして歯ブラシの登場！軽くブラッシングし、汚れを取り除きます。

2歳半のころ

*上下10本ずつ歯が生えそろういます

(乳歯が全て生えそろういます)



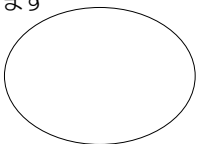
歯ブラシを持ち磨きたがりますが、まだまだ上手く磨けません。大人が手を添えて磨きましょう。

3歳以上になったら子どもの後ろに立ち、一緒に磨きましょう。

5歳半のころ

*一番奥に6歳臼歯が生え始めます

*前歯から順に抜け、永久歯に生え変わります



ひとりで磨くようになります。磨いた後は褒めてあげましょう。でも時々まで上手に磨けていないので、最後の仕上げ磨きはまだまだ必要です。

かかりつけ歯科医を

持ちましょう!!

生えだての6歳臼歯はむし歯になりやすいので、3~4か月毎に定期検診を受け、歯磨き指導などいろいろ相談しましょう。

*歯の生え方や時期には個人差があります



園医の一言

「おたふく」「溶連菌感染症」「りんご病」「胃腸炎」で診療所を受診するお子さんが増えています。
5月27日付

歯科検診のおしらせ



日時 6月2日(火曜日)

9時30分から

☆ 朝ごはんを食べた後に
歯磨きをしてね。

☆ 9時までに登園してね。



歯磨きを嫌がる時

口や頬を触られることは本能的に嫌なものです。まずは、アワフや手遊びなどでスキンシップを。話しかけたり歌を歌ったり楽しい雰囲気も大切です。歯磨きしなきゃ…真剣な顔をしていませんか？ママの笑顔も忘れずに！どうしてもできない時は、食後に湯冷ましやお茶を飲むこともいいですよ。

仕上げ磨きはいつまで？

決まりはありません。歯を磨くには手首がスムーズに動かせ、歯を1本1本意識して磨けるようになるまでですかね。

大人もむし歯になりやすい「上の前歯」「上下の奥歯」を意識して磨いてあげましょう。

歯磨きのポイント

1箇所を20回以上、歯並びに合わせて磨きましょう

- ① 毛先を「歯と歯茎の境目」や「歯と歯の間」にあてる
- ② あてた毛先が広がらない程の軽い力で動かす
- ③ 5mmの幅を目安に小刻みに動かす

5月下旬から、「溶連菌感染症」「りんご病」「胃腸炎」でお休みするお子さんが増えています。症状がある時は、受診をしてください。

