



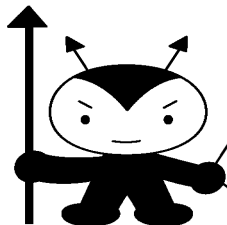
ほけんだより

令和7年5月12日
NO. 3 すみれ保育園



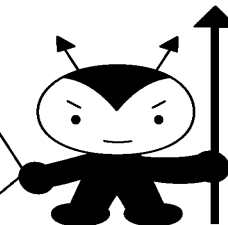
～歯科検診の結果はいかがでしたか？～

むし歯と診断された方は、速やかに治療しましょう。きれいで丈夫な永久歯のために、乳幼児期の歯の健康を保つことは重要です。大切な歯をむし歯から守るためにも、むし歯の要因や予防について今一度考えてみましょう。要観察歯は、虫歯になる可能性がある歯です。むし歯にならないよう気をつけましょう。



虫歯はどうしてできるの？

口の中に住みついているミュータンス菌は、口の中に入ってきた砂糖を分解して酸を作り、酸によって歯が溶けていくなされています。



歯みがきの習慣をつけましょう

歯みがきの習慣づけが、むし歯予防の第一歩。園では昼食後、歯みがきを行っています。ご家庭でも、毎食後すぐに磨く習慣をつけ、必ず最後は大人が確認するようにしましょう。



正しく磨くためのポイント

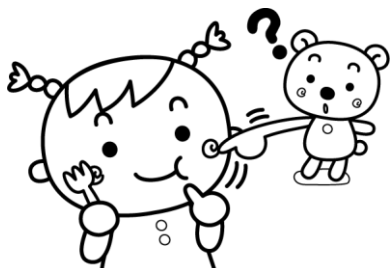
- ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使う。
- 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ブラシは、柔らかい力で、できるだけ細かく動かす。
- 1本1本磨くつもりで磨く。



もしかして…むし歯？

食事中にこんな様子は見られませんか？
もしも気になるようなら、歯医者さんに相談してみましょう

同じほうばかりでかんでいる



いつまでも飲み込まない



かまないで丸飲みする



虫歯の予防

食べ物はよくかみ、唾液^だの出をよくします。間食は時間を決めて少量を食べるように。歯磨きを忘れずに。みんなで守って虫歯をなくそう。