

すくすくだより

明照保育園



いよいよ梅雨の季節に入ります。外遊びができず、お子さんはウズウズしていることでしょうか。天気も気分もすっきりしない季節ですが、楽しいイベントが待つ夏に向け、少しずつ楽しみな計画をたてながら梅雨を乗り切りましょう。

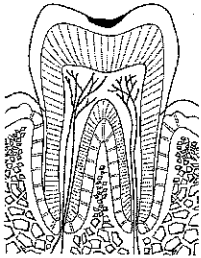
6月4日～10日は『歯と口の健康週間』です。乳歯は永久歯に比べてむし歯になりやすく、進行しやすいです。乳歯がむし歯になると、食事がおいしくない・発音が上手くいかない・永久歯もむし歯になりやすいなど将来に影響します。また、むし歯を放置すると全身にむし歯の原因菌が回り、悪さをします。むし歯予防をし、健康に過ごしましょう。



むし歯予防で心も体も健康に！！

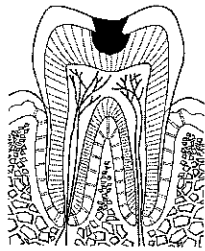
むし歯の4段階

エナメル質のむし歯



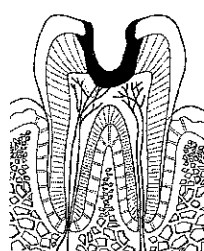
まだ神経にはとどいていないため、しみることはない。この間なら治療も早く済む。

象牙質のむし歯



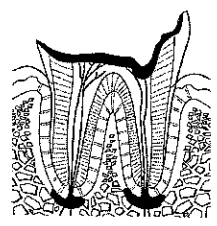
進行が早く、冷たい食べ物、飲み物がしみる。早く治療すると良い。

歯髄まで達したむし歯



何もしなくてもズズキ痛む。治療が長くなる。

歯根だけになってしまったむし歯



神経が死んで、痛みはなくなるが、細菌が歯の根元から体中に散らばり、病気になる危険がある。歯を抜かないと治らないこともある。

むし歯・歯周病の予防



食べたらかみがく



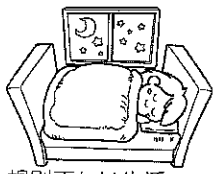
だらだら食べをしない



歯ごたえのあるものをよくかんで食べる



栄養のバランスのとれた食事をする



規則正しい生活



定期的なチェック



自分にあった正しいブラッシングの実行

6月の健診日程のお知らせ

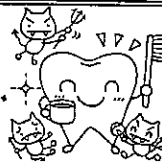
- ◎4か月児健診 (受付 9:00~10:30)
毎週火曜日: 2, 9, 16, 23, 30日
- ◎1歳6か月児健診 (受付 12:50~14:00)
毎週水曜日: 3, 10, 17, 24日
- ◎3歳児健診 (受付 12:50~14:00)
毎週木曜日: 4, 11, 18, 25日

【場所】保健所・保健センター
(中野町字中原「ほいっぶ」内)
【問合せ先】 ☎39-9153

対象者の方には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票を郵送します。ご案内の日時に健診を受けてください。



歯の健康フェスティバル2015 ストップ・ザ・歯周病



- と き: 6月7日(日) 午前9時30分~午後1時30分
(受付は午後1時まで ※雨天決行)
 - と ころ: 保健所・保健センター、こども発達センター
(中野町字中原「ほいっぶ」内)
 - 内 容: 歯周病検診、小児・矯正歯科相談
フッ素塗布、親子で歯の健康教室
その他、多彩なブースを用意しています♪
 - 参加費: 無料
 - その他: 各イベントの申込不要
 - 問合せ先: 豊橋市歯科医師会 (☎26-8300)
健康増進課 (☎39-9145)
- お誘いあわせのうえ、ぜひご来場ください。

