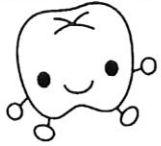


# すくすくだより

明照保育園  
2008年6月号

ご入園・進級して2か月たち、新しい生活にも慣れ、お子さんが楽しそうに園生活を迎えられていることと思います。この時期は湿度が高く、汗をかくことも多くなるため体調を崩しやすいこともありますので、十分な水分補給と休養をとって体調を整えてください。

今月の4日は「むし歯予防デー」で、今回はむし歯に関する情報を提供します。



## むし歯のこわ～い理由



みなさん、むし歯を甘くみていませんか。初期のむし歯は自覚症状も分かりにくいので、治療しないでそのままにしておくと、歯だけではなく、むし歯の原因細菌による感染症が全身に表れることもあります。

特に乳歯は永久歯よりむし歯になりやすく、進行しやすいです。そして、永久歯にも大きく影響するため、子どもの頃からのむし歯予防が大切になります。

今回は、むし歯が引き起こす怖い症状と、むし歯を上手に予防する方法をご紹介します。

### 乳歯がむし歯になると・・・

かみにくいので、食事がおいしくない

永久歯もむし歯になりやすい

人前で話すのが苦手になってしまったり・・・

永久歯の形や歯並びが悪くなる

発音が上手いかない

### 仕上げみがきでむし歯予防!

#### ★歯ブラシの選ぶポイント!

歯ブラシ

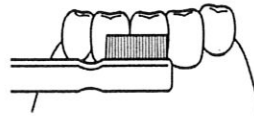
- ・毛は柔らかく、密なもの
- ・柄はまっすぐ
- ・毛足が短く、安定している
- ・ヘッドは小さめ



自分で上手に歯をみがけるようになるのは、小学校低学年からです。そのため、お子さんのむし歯を予防するためには、親御さんの協力が欠かせません!

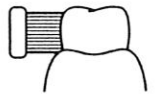
今回は『仕上げみがき』のワンポイントをお伝えします。みなさん、歯と歯の間、歯と歯肉のさかい目に白いものがついていることはありませんか。この白いものを「歯垢」といい、むし歯や歯周病の原因となる細菌の固まりです!

この歯垢を取り除くように仕上げみがきすることが、むし歯予防に大切なポイントになります。



歯に「びたっ」とあて、「こちょこちょ」と小さく動かします。このとき歯と歯の間に毛先を入れ込むような感じでみがきます。

※歯ブラシの毛先を歯の表面に直角に当てます。特に、歯と歯肉の境目、隣接部を念入りにみがいてください。



### 歯の健康フェスティバル

日時 6月8日(日) 9時30分～14時  
(雨天決行)

場所 豊橋市役所東館1F及び豊橋公園

対象 どなたでも 駐車場無料

※当日は大変混雑が予想されますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください

- ①親子で歯の健康教室
- ②歯の健康ウォークラリー
- ③幼児対象：フッ素塗布、歯科健診・相談

- 大人向け
- ①歯の健康度の測定
  - ②口臭測定器コーナー・口からのストレスのチェック
  - ③市民健康講座「先生教えて!生活習慣病と歯の関係」

※景品もありますので多くの方の参加をお待ちしております。  
「歯っぴ～ノート」をお持ちの方は、持参してください。

### 6月の健診日程のお知らせ

4か月児健診(受付9:00～10:50)

3・10・17・24日

1歳6か月児健診(受付12:50～14:00)

4・11・18・25日

3歳児健診(受付12:50～14:00)

5・12・19・26日

場所 母子保健センター

(子ども未来館の隣)

対象者には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票が郵送されますので、この案内の日時に健診を受けてください。

豊橋市役所 保育課 保育グループ  
保健だより

2008年6月1日