

# 表面からの続きのご案内

## ご利用にあたってのお知らせ

- ・体調不良(発熱・嘔吐・下痢)の方は、利用できません。
- ・同居の家族に感染症の疑いがある場合は利用できません。
- ・休園、学級閉鎖の場合はご遠慮ください。
- ・支援センター利用の際は、玄関にて手の消毒をお願いします。
- ・水分補給用の飲み物を持参することはOKですが、ジュース類は禁止です。
- ・電話での問い合わせは9:00~16:30にお願いします。
- ・各種の申し込みは9:30~14:30です。

・AM7:00の時点で鴻巣市に  
気象警報が発令されている場合は、  
支援センターの開催を中止させて  
いただきます。  
尚、電話にての子育て相談等は  
行っております。

## ワンポイントコラム

## (歯のお話)

### 親子で目指す虫歯ゼロの作り方

小児歯科学会認定医

萩原 岳先生の講演より

#### 歯磨き、虫歯の予防

乳歯の虫歯は永久歯に影響力が大きい。⇒特に歯並びが悪くなる。



しっかりと仕上げ磨きを行うことが大切

仕上げ磨きをするときに注意、観察をすることも忘れずに

- ①虫歯は？→小さい虫歯の発見→歯科医院へ  
乳歯の虫歯は小さいときは痛みを感じないことがある。  
虫歯が進行している時に歯の神経が死んで  
まうことがある。
- ②歯並びは？  
歯が生えてきた時・乳歯から永久歯への生え変わりの  
時注意する。  
乳歯が抜けないうちに永久歯が生えてしまうこともある  
ので注意が必要。  
そのままにしておくと歯並びが悪くなる。
- ③歯茎の色は？

☆保護者のチェックが将来的な口の環境を守る。

#### 永久歯の話

歯は呼吸している。  
永久歯の生え始めのころは未完成の状態



中がスカスカ状態  
生え始めてから3年間が重要



将来を決める大切な期間

#### フッ素の意味

フッ素は毎日の使用が大切  
フッ素入りの歯磨き粉を使うと良い。  
大人の方も使うと虫歯予防にもなります。

歯科医院でのフッ素(高濃度フッ素)

歯の表面をコーティングする、  
歯に鎧を着せるようなイメージ  
フッ素入り歯磨き粉(低濃度フッ素)  
歯本体を強くする、歯の栄養のようなイメージ



#### 仕上げ磨きの基準とは？

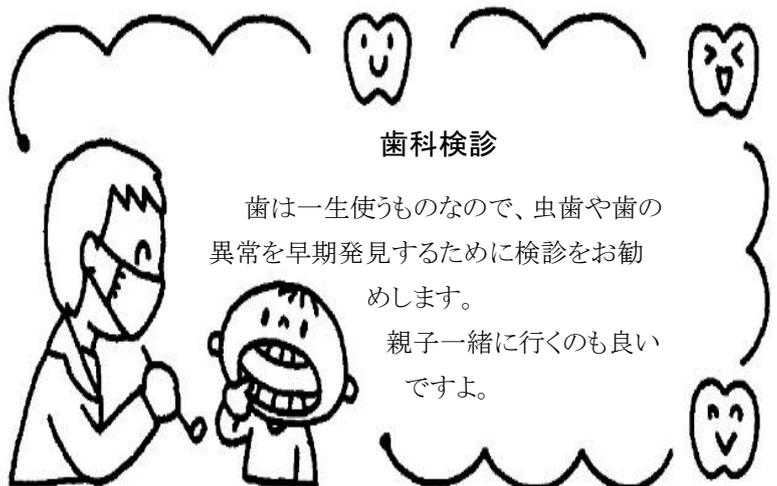
いつまで仕上げ磨きをするの？  
永久歯が全部生えきるまで  
小学校3年生~4年生くらい  
☆小学生になったからと仕上げ磨きを卒業しな  
いで段階的に減らしていく。  
口の中をチェックしたり、親子のスキンシップを  
兼ねて行って下さい。



#### 歯ブラシの交換時期



毛先が開いた歯ブラシでは、歯の汚れを  
落とすことができません。  
1ヶ月に一度点検をして毛先が開いてい  
たら交換しましょう。1ヶ月もしないうちに毛先が開  
く場合は磨くときに力が入りすぎです。  
歯や歯茎を傷めないように力を抜いて1本1本  
丁寧に磨きましょう。



#### 歯科検診

歯は一生使うものなので、虫歯や歯の  
異常を早期発見するために検診をお勧  
めします。  
親子一緒に行くのも良い  
ですよ。