

ヘルシーナの健康応援NAVI^{ナビ}



健康課
市役所内
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

子どもの虫歯を予防しよう

むし歯の原因には、①むし歯菌を受け入れる歯の質や、歯並びなどの環境によるもの②歯の表面に住みついたむし歯菌が、食べ物の中の糖を摂取すること③食べ物の中の糖を栄養にして、むし歯菌が歯を溶かす酸を出すことなどがあります。

◆歯の生え替わり時期が大切

お子さんが上手に歯みがきができるようになるのは、8〜9歳ごろと言われています。このころは、乳歯が永久歯に生え替わり、歯並びが凸凹していることで、口の中の清潔を保持しづらい時期です。また、生え替わったばかりの歯は、特にむし歯になりやすいため、お子さんの歯の磨き方をチェックしながら、仕上げ磨きとして保護者の方で「仕上げ磨き」をしてあげましょう。

◆仕上げ磨きのポイント

- 歯ブラシのヘッドが小さく、奥歯まで届くものを選びます。
- お子さんの口の中がよく見えるように、保護者のひざに頭を乗せるなど、寝かせた姿勢にします。
- 歯ブラシは鉛筆を持つように握り、指先で歯を1本ずつ小刻みに磨きます。
- 前歯は敏感な場所なので、感覚の鈍い下の奥歯、上の奥歯、下の前歯、上の前歯の順に磨きます。
- 6歳臼歯は上下の噛み合わせを決める重要な永久歯です。磨き残しのないよう丁寧に磨きましょう。



仕上げ磨きする保護者が落ち着いた気持ちでブラッシングしないと、力が入りすぎたり、丁寧に磨けなかつたりします。仕上げ磨きを親子のスキンシップの時間として楽しみましょう。

6月4日から10日までは、歯の衛生週間です。家族みんなでお子さんの歯がむし歯にならないように大切に守りましょう。

● インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日（祝日を除く） 13:30～15:00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
パパママスクール （育児体験コース）	7月 6日（土） 8:50～ 9:00	田原福祉センター	妊娠中の方とその夫 ※予約制 パパの妊婦体験、赤ちゃん人形の沐浴など
離乳食教室（前期）	7月 10日（水） 9:50～ 10:00	田原福祉センター	5～6か月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話など
離乳食教室（後期）	7月 9日（火） 9:50～ 10:00	あつみライフランド	8～11か月の第1子とその保護者 ※予約制（定員16組） 離乳食講習と調理実習、試食など
育児相談	7月 1日（月） 9:00～ 10:30	あつみライフランド	身体計測、育児・母乳・栄養相談（乳幼児対象） ※母乳相談は生後6か月まで（原則1回）
	7月 12日（金） 9:30～ 10:30	田原福祉センター	

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。（土・日・祝日を除く8:30～17:00）

※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

● 休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。市役所☎22局1111（代表）

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
6月2日（日）	第2国見医院	☎23局2302	6月30日（日）	菜の花内科クリニック	☎22局7777
	ふくい眼科	☎22局5878		惣ト歯科医院	☎45局2066
	葉山歯科医院	☎32局0038	7月7日（日）	河合医院	☎22局6133
6月9日（日）	丸山医院	☎33局0313		ふくしま歯科医院	☎37局1182
	平野歯科医院	☎22局0214	7月14日（日）	川瀬医院	☎35局1511
6月16日（日）	ふれあいばし診療所	☎29局2500		おおかわ歯科	☎22局4182
	岩瀬歯科医院	☎22局6677	7月15日（月・祝）	かわせ小児科	☎22局1230
6月23日（日）	あつみメディカルクリニック	☎24局2322		かわい歯科	☎24局0080
	山本耳鼻咽喉科	☎24局4100			
	きまた眼科	☎23局1092			
青木歯科クリニック	☎33局1139				

診療時間 医科☎9:00～17:00／歯科☎9:00～12:00

夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院☎22局2131