

ほけんだより 6月

令和4年6月 みなみかせ 保育園

6月は『歯の衛生週間』です。最近、かまずに飲み込む子が増えているといわれています。子どもは、毎日の食事を通して、舌の使い方を覚え、口のまわりや下あごの筋肉を発達させ、言葉の発音につなげています。口の機能の発達に配慮した食事は、からだや心、そして言葉をも育てることになります。健康と大きなつながりのある『そしゃく』は、育てていくものであって、放っておいても上手になりません。毎日の食事の中で練習し、身につけていきたいですね。

歯と口のやくめ

- ① 食べものをかむ
からだに栄養を摂り入れるために、重要な役目を果たしています。
- ② 言葉を話す
歯がないと、言葉をはっきり発音できません。
- ③ 顔の形をつくる
歯並びが悪いと、顔の形が変わることもあります。



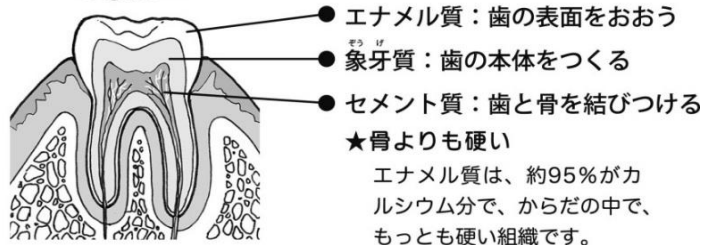
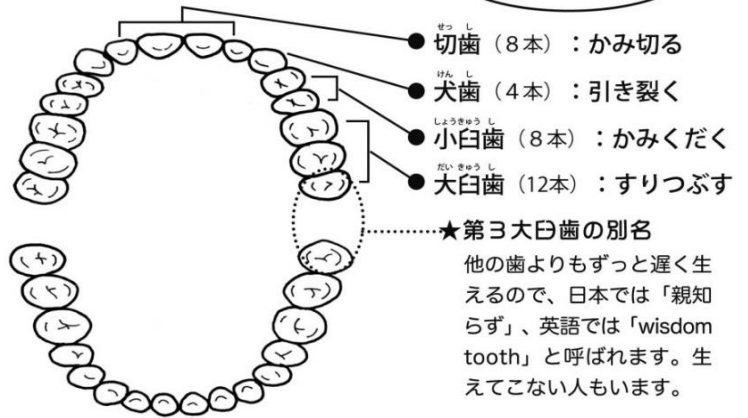
衣がえの時期です！

6月から衣がえです。夏服の用意をお願いします。ただし、気温の低い日もありますので、その日の気候や体調に合わせて調節をお願いします。

■ 歯のしくみ

● 永久歯は、全部で32本

形によって、役割がちがいます



6月の行事予定

感染状況

特に流行したものはなし

健診 6月16日(木) 0・2・5才



7月21日10時から

歯科健診があります。



仕上げ磨きのポイント

1. むし歯になりやすい場所

歯と歯の間
歯と歯肉の境目
奥歯のかみ合わせ



♂1～2歳♀

1～2歳のころは、前歯で食べ物を食べるので、上の乳前歯の間が虫歯になりやすくなります。また、前歯の、歯と歯肉の境目もむし歯になりやすくなります。

♂2～3歳♀

2～3歳になると乳歯が生え揃い、奥歯で食べ物をよくかむようになります。そのため、奥歯の複雑な溝に食べ物のかすがたまり虫歯になりやすくなります。

♂4～5歳♀

4～5歳ころになると、あごの骨が成長するために、全体的に歯と歯の間に隙間ができ、食べ物がはさまりやすく、虫歯になりやすくなります。

2. 広がった歯ブラシを使わない

プラーク（ねばねばした歯垢）をきれいに落とすことができないだけでなく、歯肉を傷つけることがあります。広がってきた歯ブラシは早めに取り替えましょう！



3. 歯ブラシをいやがる時は…

Point1

歯ブラシが入ってくる口の感覚は、前歯より奥歯の方が鈍くなっています。あまり刺激を敏感に受け取れない奥歯の外側に歯ブラシを入れ、口の中に慣れさせて、奥歯を磨いてから前歯を磨くようにするとよいでしょう。

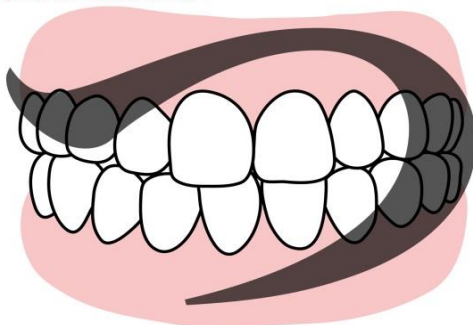
Point2

仕上げ磨きのとき、力を入れすぎていませんか？
仕上げ磨きは、早くきれいにしようと、つい必要以上の力が入ってしまいます。痛いだけでなく、歯肉を傷つけることがあるので注意しましょう。

Point3

仕上げ磨きをする人の歯ブラシを子どもに持たせ、同じように歯磨きをさせてあげましょう。次は、磨いてあげる人と、磨かれる人を交替して、交互に磨くことにより嫌がることも少なくなります。

↓みがきはじめ



↑みがいていく方こう

