

ほけんだより

平成28年5月31日 開南幼稚園 NO. 1

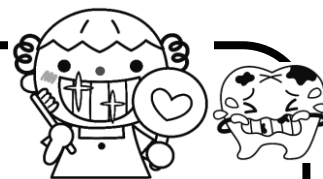
毎日お天気の良い日が続き、園庭で泥んこ遊びをしたり虫探しをしたり、思い切り走りまわったりと、子どもたちは気持ちの良い汗をかきながら楽しんでいます。

いよいよ明日から梅雨の6月。蒸し暑い日が続く上に天候も変わりやすい時期ですので、体調を崩さぬよう健康に留意しましょう。

これから不定期ではありますが【ほけんだより】を発行していきますので、ぜひお読み下さい。



歯と口の健康週間



6月4日～10日まで「歯と口の健康週間」です。

乳歯がほぼ生えそろう3歳以降は、様々な食材が食べられるようになり、食生活がバラエティーに富んでくる時期であると同時に、歯垢が歯に残りやすくなり、むし歯のリスクが拡大する時期です。乳歯は永久歯よりエナメル質が薄くて弱く、むし歯になりやすいという進歩も早いので、永久歯の生え始める6歳頃までは、特に歯みがきを習慣づけて健康な歯を保つことが大切です。

★仕上げ磨きのポイント★



仕上げ磨きは9歳頃まで（6歳臼歯が生えそろうって自分で磨けるようになるまで）必要です！

2～3歳 奥歯のかむ面の溝

奥歯が生えると、そのかむ面に汚れがついてむし歯が増えます。上の歯、下の歯ともに歯の溝をしっかりと磨くように意識しましょう。

4歳前後 奥歯の歯と歯の間

臼歯が生えそろうって歯と歯の間が狭くなり、歯ブラシが届きにくくなります。奥歯の歯の間をよく磨き、できればフロスも使用するとよいでしょう。

6歳頃 生えだての永久歯

乳歯の臼歯の奥に生えている途中の6歳臼歯は、正面からは歯ブラシが届きません。口の真横から歯ブラシを入れて磨きます。

お知らせ



～ 6月3日（金）は健康診断です ～

小児科は菊池清子先生（菊池医院）、歯科は本田和憲先生（本田歯科クリニック）に診ていただきます。不安を感じているお子さんかいましたら、クラス担任までご連絡下さい。尚、結果については、尿検査も含めて後日お知らせします。

