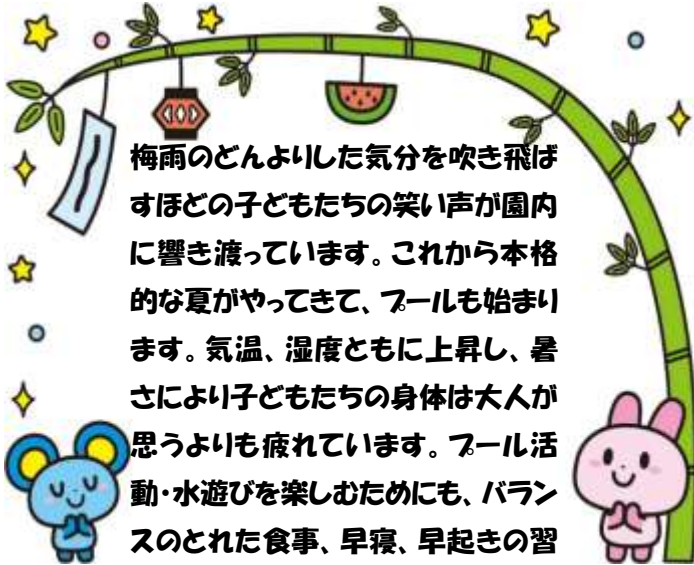




ほけんだより7月号

令和7年度 社会福祉法人雲石保育園 保健室



梅雨のどんよりの空気を吹き飛ばすほどの子どもたちの笑い声が園内に響き渡っています。これから本格的な夏がやってきて、プールも始まります。気温、湿度ともに上昇し、暑さにより子どもたちの身体は大人が思うよりも疲れています。プール活動・水遊びを楽しむためにも、バランスのとれた食事、早寝、早起きの習慣をつけましょう。



お願い

* 歯科検診の結果を配布しました。むし歯がなくてもフッ素の塗布を兼ねかかりつけの歯科医師への受診をおすすめします。受診が終わりましたら園へ受診結果を提出お願いします。



歯科検診の園全体の結果は…

0～2歳まではむし歯は見られませんでした。年齢が大きくなるにつれ初期むし歯(Co)やむし歯(C)の判定を受ける子が増えていました。生え変わるから…と考えるのではなく早いうちに受診しましょう。



歯並びのいい子にしたい！

きれいな歯並びは赤ちゃん時代のケアが何より大事

歯並びやかみ合わせが悪いことを不正咬合といいます。不正咬合にはいろいろな種類があります。親譲りの骨格など遺伝的因子もありますが、要因の半分以上は生活習慣と言われています。きれいな歯並びで永久歯が生えて来るためには、乳歯の頃から食生活を含めた生活習慣が必要になります。

「むし歯予防」と「顎を育てる」のがポイント

いい歯並びのためには、乳歯の時から歯磨きをしっかりとすることが大切です。乳歯がむし歯になって早めに抜いてしまうと正しい位置に永久歯が生えないことがあるのです。また、顎の骨が十分に発育しないと永久歯が生えるスペースが不足する原因になります。顎は「よく噛む」ことで発育します。離乳食がスタートしたらよく噛んで食べる習慣づけを心がけましょう。離乳食後期になったら噛み応えのあるメニューを作ってあげましょう。毎日の積み重ねがよい歯並びにしてくれるのです。

心配なかみ合わせは歯列矯正で

骨格などの影響が強く、どうしても歯並びがよくならない場合は、歯列矯正をします。やり方は様々で、永久歯が生えそろってからスタートする場合もあれば、乳歯と永久歯が交じっている時点でスタートする場合もあります。早くても4歳以降ですが治療期間や料金は様々です。小児歯科や矯正歯科に相談しましょう。

