



～ひとあし早く～

6月は虫歯予防の月です。今回は一足早く、虫歯予防週間について取り上げます！子どもの大嫌いな歯磨き、ご家庭ではどのようにされていますか？保育園では、6月は歯科検診と希望者へのフッ素塗布を行います。後日希望を取りますので、希望者はその際にお知らせください。ご相談のある方は、大学まで。



6月15日 歯科検診のお知らせ

年に1回の歯科検診が近づいてきました。当日は、あざみ野の歯科にお勤めの歯科医 川路留美子先生が保育園にお越しくださって、子ども達に丁寧な歯科健診とフッ素塗布をしてくれます！ママとは別の空間ですが、不思議と実施できないほど嫌がる子どもは毎年おらず、好評です。

こすもす保育園での歯科健診の様子は、後日写真で販売いたします。健診中は少し泣いてしまうお子さんもいますが「みんなとても上手だね！」と、川路先生も優しく丁寧に診察を行ってくださいます。

日時：6月15日（水）9：00～

※1 当日は8時50分までの登園にご協力ください。契約時間外の方も、この日に限り時間外料金は発生しません。

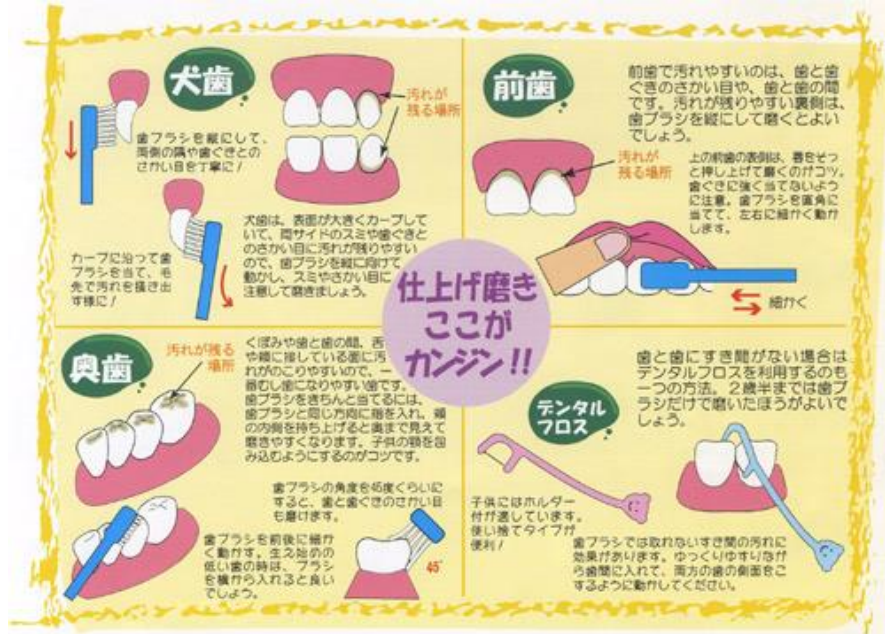
※2 契約外の方も受診・フッ素塗布を受けられます。但し、契約外の方のお預かりはありませんのでご注意ください。

**持ち物：新品の歯ブラシ（フッ素塗布用）
のびのび手帳（連絡帳）**

準備：登園前、ご家庭で歯磨きをしっかり行ってきてください。歯磨き後はお茶やお水以外の飲食を控えてください。登園後、そのままフッ素塗布を行います。

※3 過去にフッ素を塗布して具合が悪くなったことがある場合、保育園でのフッ素塗布はできません。

※フッ素は、一定の期間をおいて塗布を続けるのが効果的です。また、過度な使用や飲用は有害とされています。直近で塗布している場合3～4ヶ月の期間を開ける必要があるので実施できません。



虫歯を予防するために…

1、歯を強くする

特に乳幼児の歯は柔らかいと言われる為、虫歯を予防するためにフッ素を塗布、エナメル質の保護（シーラントなど）の方法があります。詳しくは、専門医にお問い合わせください。

2、虫歯菌を増やさない

食後の歯磨きは、口内の「酸」の生成を抑え虫歯菌の増加を防ぎます。ダラダラお菓子や食事をとることは、虫歯菌の増殖に繋がります。「食べたら歯磨き」は、虫歯菌を増やさないダラダラ食べるの予防に繋がります。

3、口の中に糖質をとどめない

虫歯の原因は「酸」、虫歯菌の栄養素です。糖質が多いと虫歯菌が増え、酸が増えます。糖質は甘いものからだけでなく、様々な物からつくられる為食べ物を決められた時間にとることが大切です。食べた後は、歯磨きやうがいをする習慣をつけましょう！

◎塗布後の注意◎

フッ素塗布後、30分～40分は飲食ができません。フッ素塗布の前に十分水分補給を行ってください。