



# 6月のほけんだよ!

平成30年6月1日

日乃出保育園



## 【6月4日は虫歯予防デー】

6月4日から1週間は「歯の衛生週間」です。日頃から丁寧に歯磨きをして虫歯菌を増やさないようにしましょう。

歯の役割には、食べ物を噛む、発音を助けるなどがあります。むし歯が多かったり歯並びが悪かったりすると、大人になってから顔の形に影響してきます。歯が悪いと頭が痛くなったり、姿勢が悪くなったりすることがあります。歯科検診でむし歯が見つかった子は、早めに治療しましょう。

### もしかして・・・虫歯???

- ※同じほうばかりで噛んでいる・・・
- ※いつまでも飲み込まない・・・
- ※噛まないで丸のみ・・・



こんにちは! 梅雨の季節です。湿度・温度ともに高くなり、様々な影響が出てきます。健康に過ごせるように日頃から身の回りの清潔を心がけ、こまめに衣服の調整をしたり、換気をよくしたり、エアコンを上手に使って、この時期を元気に乗り切るよう体調管理に気をつけましょう!!!



**歯科検診は6月8日**

## 【乳幼児期に虫歯になりやすい理由】

- ① 乳歯は大きさ厚さが永久歯の1/2。
- ② 磨き残しが多く不衛生になりやすい。
- ③ むし歯が喜ぶ食事の質。

## 【むし歯予防として】

- ☆正しい食生活 (食事やおやつの時間を決める 糖分摂取を控える。)
- ☆歯磨き (プラークをしっかり取り除く、仕上げ磨きを行い十分なウガイ)
- ☆フッ化物の応用 (フッ化物入り歯磨き粉の利用)



## 【喫煙していますか???

—喫煙が子どもに及ぼす影響—

- ☆乳幼児突然死症候群 (SIDS) の原因
  - ☆ぜんそく発作
  - ☆急性気管支炎
  - ☆肺炎
  - ☆慢性副鼻腔炎 (蓄膿症)
  - ☆アデノイド増殖
  - ☆中耳炎
  - ☆扁桃肥大
  - ☆髄膜炎
  - ☆アトピー性皮膚炎等々の原因になる。
  - ☆病気入院が増える
  - ☆虫歯になりやすい
  - ☆成人後の発がん率が高くなる。
- ※喫煙されている方は、家族の為に禁煙に取り組んでみてはどうでしょうか?

