



2025/6/2 厚生館保育園

さわやかな5月も終わり、そろそろ梅雨の季節がやってきますね。

梅雨時は、じめじめした蒸し暑い日があるかと思えば、ひんやりと肌寒い日もあります。梅雨の晴れ間には、真夏のような日差しが照りつけて、気温が急上昇することもある・・・。

天気や気温の変化に対応しきれず、体調を崩すお子さんもいます。規則正しい生活を心がけこの梅雨を乗り切りましょう。

6月は歯の衛生週間

知っていましたか？「歯」は、からだ全体の健康に関係しています。

歯（口）の健康に気を付けていると、むし歯や歯肉炎、歯周病を予防できるだけではなく、糖尿病や脳血管の病気の予防につながっていることもわかってきています。このことから乳児のうちから歯磨きを習慣づけていくことが大切です。

「歯」は、どのくらいかたい？

地球上で一番かたい天然の物質は、ダイヤモンドです。ダイヤモンドのかたさを10とすると・・・

歯のエナメル質→6～7

歯の象牙質 →5～6

くらいです。

鉄は4、金は2なので、歯は鉄よりかたいんです。

口の中には、こんな働きがあります。

●酸の中和

唾液には、歯を溶かす酸の効果を弱めるはたらきがあります。唾液がたくさん出る人は、むし歯になりにくいといわれています。



●再石灰化

唾液は、一度溶けてしまった歯を、もとの状態に戻そうとする再石灰化というはたらきがあります。

歯みがきはいつ頃から？…まずは、ガーゼで歯みがきに慣れましょう！

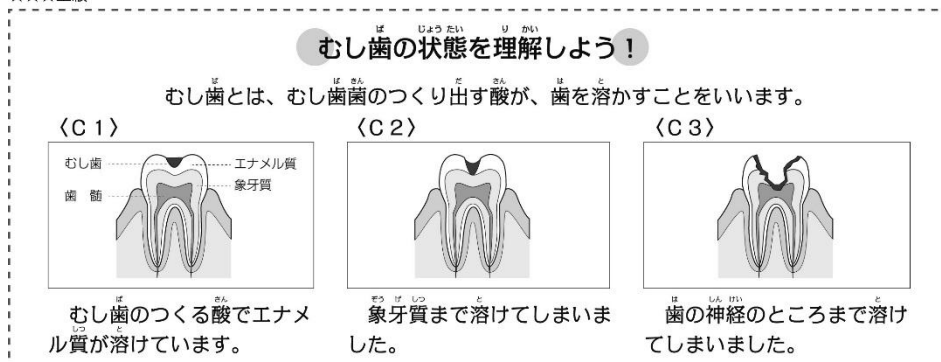
歯が生えて間もないころは、ブラッシングしようとしても、口の中に物が入ると抵抗したり、歯肉をこすってしまったりして、うまくいかないことがあります。まずは、口の中に物を入れることに慣れさせましょう！無理やり口をこじ開けて、歯を磨くのではなく、歌を歌いながら楽しく磨けるといいですね。乳児のうちは膝の上に寝かせ、磨く歯の歯肉に指を当て「ここね🎵」と予告するようにやさしくブラッシングをしてあげるとよいでしょう。口の中に歯ブラシが入ることが苦手な子もいますので、無理はせずはじめは、指にガーゼを巻きつけて、歯や口の中を拭くだけでもかまいません。



仕上げは必ず保護者の方がするようにしましょう。

歯の表面についたプラーク（細菌の塊）を取り除くことと、歯をみがくことは違います。子どもは、プラークを除去できるほど、手先を器用に動かすことはできず、子ども自身による歯みがきは、むし歯予防と言う観点からは十分ではありません。小学校 3 年生ぐらいまでは、保護者の方に歯みがきの仕上げをお願いいたします。

★★★上級



★小児期の新しい病名「口腔機能不全症」知っていますか？

普段の食事で、うまく噛めない、飲み込めない、お喋りでうまく発音できない、口が常にかいている、寝ているときにいびきをかく、指しゃぶりをする、爪を噛む、舌をかんでいる、歯並びが悪いなど、これらに当てはまることがあれば「口腔機能不全症」の可能性もあるかもしれません。

この病気を放置すると、成長や言葉の遅れといった問題を引き起こす可能性があります。2018 年度より新たな病気の 1 つとして認知され、15 歳未満の小児に対しては、保険の範囲内で治療ができます。

このようなことに気づきがあれば、1 回はかかりつけの歯科にご相談してみてもいいかもしれません。

6月保健行事

- 3日（火）身体測定（0,1才児）
- 9日（月）身体測定（2～5才児）
- 10日（火）歯科健診（2～5才児）9：00～
- 17日（火）歯科健診（0.1才児）9：00～
- 16日（月）全園児健診
- 地域ベビーマッサージ・育児相談
- 13日、20日、27日（金）に開催※



※歯科健診については、9：00からスタートしますので時間に遅れないようにしてください。また、歯科健診は2日に分けて実施しますが、病欠以外は出席するようによろしくお願いします