



## 親子で取り組む、むし歯予防!!

### Q1 なぜむし歯になるの？

口の中にはたくさんの菌がいます。その中のむし歯菌は歯についた食べ物を分解して、酸を作り出します。この時に作られる酸が歯を溶かします。乳歯は永久歯に比べて表面の層が薄いことから、むし歯が進行しやすく、神経が大きいので短期間で神経に達し重症化しやすいのです。

### Q2 乳歯は生え変わるから大丈夫？

乳歯のすぐ下には永久歯が育っているため、永久歯に影響します。永久歯が成長すると乳歯の根は徐々に吸収されて短くなり、正しくはえる場所に永久歯を導きます。もし早い時期に乳歯がなくなってしまったのを放っておくと、周囲の歯が傾いてきます。すると、永久歯がはえるスペースがなくなり、歯並びやかみ合わせに悪影響を与えてしまいます。

### Q3 むし歯にならないためにはどうしたらいいの？

むし歯は、むし歯菌、歯の質、糖分、時間の4つの要因が重なったときにできます。これらを上手にコントロールするには、①歯ブラシで食べかすを除去し、むし歯菌を増やさない②強い歯づくり(フッ化物の利用・歯科健診)③飲み物の種類と与え方に注意し、水分補給は水が麦茶にすること、哺乳瓶からコップへ切り替える④食べたら歯磨きをして予防することを心がけましょう。

### Q4 イヤイヤ期で歯磨きができないけど、どうしたらいいの？

こどもに歯ブラシを持たせて大人と一緒に磨いたり、絵本を利用したり、「上手ね」とほめながら楽しく歯磨きをしましょう。まずは、身近な大人が楽しそうな手本を示すことが大切です。



### ～家族の口の中も清潔に～

むし歯菌の多くは、身近にいる保護者などの「だ液」からうつります。大人が噛んだ食品を口うつしで与えたり、スプーンやコップなどを共有したりするのはやめましょう。また、保護者の歯磨きやむし歯の治療は、子どものためにも大切です。子どもとのスキンシップを楽しみながら、ていねいに歯磨きをし、むし歯菌を減らしましょう。

【参考】歯の健康づくり 弘中 祥司  
昭和大学歯学部口腔衛生学教室教授

問健康福祉課☎(57)4171

へキラ輪号からの  
お知らせ

（キラ輪号）は、町の中ならどこからでも、どこへでも「降りできる、公共の乗り合いタクシー」です。皆さんのお出かけに、ぜひご利用ください。



予約センター  
☎(54)5515  
【予約受付時間】  
平日 8時～17時

運転免許返納者にデマンドタクシー利用券を交付します。  
【対象者】

75歳以上の方で免許返納日が平成21年4月1日以降の方  
(交付は一回のみ)

【交付枚数】 20枚

【申請に必要なもの】

運転経歴証明書、印鑑

※詳しいことはお問い合わせください。

問町社会福祉協議会

都市整備課

☎(57)4161  
☎(57)3100