



# 歯科健診を受けよう!

Part 2

Early childhood  
乳幼児期

## 乳歯を守る!

### Check お口の中を見せてください 怖くないよ!

健診では、乳歯の萌出状態、むし歯の有無、歯並び、噛み合わせ、粘膜や小帯の様子を「見て」調べます。削ったりしないよ。



むし歯予防は  
健康な成長への  
第一歩です



### Check 要観察歯(CO)と言われたら……

初期のむし歯ですが、すぐには削りません。しっかり歯を磨き生活習慣を改善すれば、元の歯に戻るチャンスがあります。



むし歯のできはじめ

コラム Column

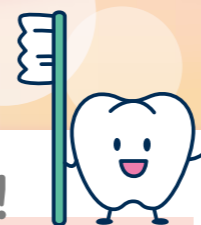
### フッ素塗布をおすすめします!

フッ素には歯を硬くする作用があり、歯が生えた直後に塗るのが最も効果的。かかりつけ歯科医院で受けましょう。



むし歯を予防!

### 必ず仕上げ磨きを!



歯ブラシを口に入れたまま転倒しないよう、子どもが歯ブラシを持つ時は座る約束を。歯磨き習慣が出来てきても、子どもは十分磨けるわけではありません。後で、必ず保護者が磨いてあげてください。

### Check 歯磨きを始めましょう!

6か月頃 … 乳前歯が生え始める

咀嚼の  
基本的な  
動きを覚える



1歳頃 … 乳前歯が生えそろう

上下の前歯で  
噛み切る  
ことを覚える



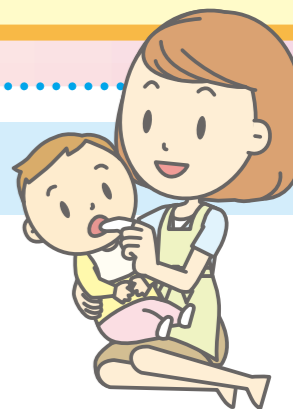
1歳6か月頃 … 奥歯が生え始める

上下の奥歯で  
噛むことを  
覚える



3歳頃 … 乳歯(20本)が生えそろう

歯を使って噛むことが上手になり、硬いものや繊維のあるものも食べられる



- ◎ スキンシップの一環として口の中を指やガーゼでさわることにならしていく。
- ◎ ガーゼで歯をふいてあげる。

- ◎ 歯ブラシの感触に少しづつならしていく。
- ◎ 歯ブラシになれたら、機嫌のいい時に歯磨きの練習をする。

- ◎ 1日1回は簡単でもいいから保護者が歯磨きをしてあげる。(やさしく磨く)
- ◎ 寝る前の歯磨きを習慣化していく。(できれば家族みんなで歯磨きをする)

- ◎ 子ども自身にも歯ブラシを与えて自分で磨こうとする気持ちを育てる。
- ◎ みがく順番を決め、短時間で効率よくみがけるようにする。

“クチュクチュ・ベツ”ができるようになったら、フッ素配合の子供用歯磨きジェルもOK。

1歳6か月児・3歳児健診は高松市保健センターで、幼児歯科健診は高松市指定の歯科医院で受けられます。

高松市から交付される母子健康手帳と健診のご案内(受診票)をお持ちください。