

歯がつくる  
こころの元気  
からだの元気

# 元気な歯で にっこり。

6月4日〜10日は歯の衛生週間



榊原陽子さん 雪沢ちゃん(新屋)



今野かおりさん 息吹くん(豊岩)



小川節子さん 千尋ちゃん(牛島)



孫鍾洛さん 桂田秀明くん(大住)



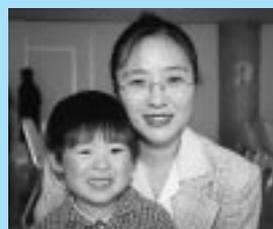
加藤みちこさん 諒くん(広面)



佐藤江里子さん 花菜ちゃん(八橋)



長崎征子さん 慎也くん(大住)



松永靖子さん 悠真くん(保戸野)

## 母と子のよい歯のコンクール

平成12年度に行われた3歳児健康診査で、歯科診査を受けた2,483人の中から選ばれました。優秀賞の榊原陽子さん・雪沢ちゃんと、優良賞の今野かおりさん・息吹くんが秋田市代表として県のコンクールに出場します。



## 1つども編

お口は健康のバロメーター。歯や歯ぐきが元気だと、体も心も調子がいいものです。いつまでもおいしくご飯が食べられるように、お口の健康チェック、始めませんか。

生え始めたばかりの歯は、歯質がとて弱くむし歯になりやすいものです。乳歯が生え始める六〜七か月頃からと、乳歯から永久歯に生え替わる六〜七歳頃は、特に注意が必要です。

### むし歯予防のポイント

おやつは一日一〜二回、時間と量を決めて食べましょう。食後はきちんと歯磨きを。小学校低学年までは、保護者の仕上げ磨きも忘れずにしてください。就寝中は、口の自浄作用が低下します。夜の歯磨き後は水かお茶だけに。むし歯菌は、口うつしの食事などで家族から感染します。家族でむし歯の治療をしましょう。

### 2歳児歯科健康診査

2歳のお誕生日を迎えた日から2歳2か月になる前日までのお子さんを対象に行っています。詳しくは、母子健康手帳別冊をご覧ください。

問い合わせ 保健予防課

☎(883)1174

秋田市の乳幼児の場合、一歳六か月児は、むし歯のある子どもは全体の四・六割しかいませんが、三歳になると五〇・一割とむし歯がある子どもが急激に増えます。これは、三七・八割という全国平均を大きく上回っています。

むし歯は、むし歯菌、歯質、食べ物の三つが悪い状態で重