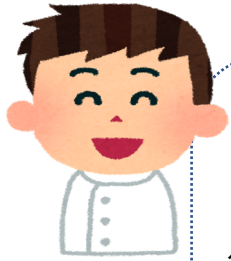


年長さん

えんいだより



こんにちは。少し暖かくなってきましたね。園の歯医者さんの松尾 剛です。
さて、年に2回のペースで、このように皆さんに情報をお届けしてまいりましたが、年長さんは、今回が最後のえんいだよりとなります。早いものですね。
今回は、これから先、子どもたちの歯を守っていく中で、是非是非覚えていていただきたいことを、書かせていただきました。参考にさせていただけると嬉しいです。



いつまで仕上げ磨きが必要ですか？

お父さんやお母さん方からよく受けるご質問です。

これは、お子さんの歯の状態や、本人が歯を大切にしようという意識の強さにより、かなり異なってきます。個人差はありますが、大まかに3~4年生くらいで一人で磨けることを目指します。しかし、自分だけの管理に完全に移行するのは6年生になることも多いです。

「え！そんなに長く！？」と驚かれることもあります。ただ、これはその年齢まで毎日仕上げ磨きをしてくださいと言っているわけではありません。後半は、きちんと磨けているかのみなさんのチェックだけになります。

手の器用さであったり、むし歯になることの問題の大きさへの理解は、子ども達はやはり大人と同じようにとはいかないものなんです。

子ども達それぞれに合わせて目標を決め、仕上げ磨きや大人のチェックの回数を徐々に減らしていくようなスモールステップで、自立できるようにしていきます。



5歳くらいから大人の歯が生えてきます。それから徐々に生え変わり、12歳から14歳で最後の7番目の歯が生えて、大人の歯が生えそろういます。それらの歯は、子どもたちがおじいちゃん・おばあちゃんになるまで、一生使う大事な歯です！！

覚えておいていただきたいのは、

**「一度むし歯の穴ができれば、
二度と自然な歯は戻らない」**

ということです。

子どもたちがまだ小さい時期は、大人が注意して見守る必要があります。

生涯使っていく歯です。
注意してしすぎることは
ありません!!



子どもの歯で
むし歯があった子どもたちは
特に気をつけましょう。



夏のえんいだよりでお伝えした通り、子どもの歯でむし歯が多い人は、大人の歯もすぐにむし歯になる危険性がとても高いです。頑張って予防をマスターしましょう！子どもの歯でむし歯がなかった人は、むし歯リスクが低いと考えられます。しかし、残念ながら、少しでも気を抜いてしまうと、たちどころにそのリスクは上がってしまいます。今の管理状態を引き続き頑張ってください！！

ご卒園、おめでとうございます！！

もうすぐ、ご卒園ですね。少し早いですが、おめでとうございます！！

このえんいだよりが、子どもたちのお口の健康に、少しでもお役に立てていたら幸いです。一人でも多くの子どもたちが健康に育ち、一生、むし歯で悩むことのないよう、私たちは地域のみななで応援しています。長崎県では、多くの小学校でフッ化物洗口を積極的に行なっています。むし歯予防への効果が高い取り組みですので、ぜひ引き続きご参加ください！

