

# 保健室より



6月実施の歯科健診についてお知らせします

クラス	虫歯なし	虫歯あり	要観察
5歳児	13名	5名	2名
4歳児	12名	5名	1名
3歳児	9名	3名	0名
2歳児	16名	2名	0名
1歳児	14名	0名	0名
0歳児	6名	0名	0名

楽しい歯磨き週間を大切にしましょう



## ①おやつ・食事の時間を守りましょう

食事・おやつ・歯磨きはセットで考えましょう。

いつも何かを口に入れている状況は虫歯のリスクが高くなります。



## ②飲み物にも注意しましょう

子どもの乳歯は、もろく溶けやすいので清涼飲料水などではなく、お茶や水などが安全です。



## ③噛む習慣をつけましょう

唾液は虫歯予防に効果的です。唾液を出すには、食事の時によく噛んで食べるのが大切です。

