

わが家のホープ

この人に懸ける

このコーナーでは、毎月あみか21で行っている7カ月児のあかちゃん相談に参加したお子さんを紹介しています。

濱野 るいと 壘翔 ちゃん

お父さん：蓮太さん
お母さん：千紘さん
住まい：湾月



梶谷 ちとせ 千歳 ちゃん

お父さん：拓磨さん
お母さん：沙羅さん
住まい：門静



武隈 らいが 来凱 ちゃん

お父さん：禎典さん
お母さん：玲奈さん
住まい：若松



柿崎 あやせ 絢晴 ちゃん

お父さん：謙心さん
お母さん：沙織さん
住まい：若竹



濱野 うた 羽詩 ちゃん

お父さん：将圭さん
お母さん：優花さん
住まい：湾月



村上 かの 華埜 ちゃん

お父さん：拓斗さん
お母さん：あやねさん
住まい：宮園



梶谷 ちひろ 千尋 ちゃん

お父さん：拓磨さん
お母さん：沙羅さん
住まい：門静



眞木 つもぎ 紬希 ちゃん

お父さん：裕太さん
お母さん：はるかさん
住まい：白浜



保健福祉課健康推進係による
『健康』についての情報をお届け！

けんこう掲示板

みんなすこやか厚岸21 3大目標①
『幼児のむし歯を減らそう！』



町では、町民の皆さんが心身ともに健康に生活していくための健康増進計画『第3期みんなすこやか厚岸21』を作成しました。

この計画には、各重点課題に行動目標を設定しており、重点課題は『幼児のむし歯が多い』『成人の喫煙率が高い』『食塩摂取量が多い』の3つとなっています。

今月は『①幼児のむし歯を減らそう』についてお知らせします。

厚岸町の幼児のむし歯は、1歳6カ月健診や3歳児健診の結果では年々減少傾向にあります。が、釧路管内や北海道と比較す

ると高い傾向にあります。

乳歯は永久歯よりもエナメル質が薄いためむし歯になりやすく、乳歯には永久歯に生える場所を教える役割もあるため、乳歯のむし歯予防が永久歯の歯並びをよくすることに繋がります。

むし歯を予防するためには『仕上げみがき』『食生活』『歯科健診』が大切です。小学2年生くらいまでは、保護者の仕上げ磨きが必要になるため、幼児期から歯磨きと仕上げ磨きの習慣をつけること、おやつは時間と量を決めること、日常の水分補給は、水かお茶にすることなどを日常的に意識しましょう。また、家庭での習慣だけでなく、歯科医院での定期的な歯科健診やフッ素塗布を行い、上手に磨けているかどうか、歯ブラシが子どもの歯に合っているかなどを確認してもらうことも重要です。

むし歯と生活習慣病の関連性のように、歯の健康と体の健康は密接に関わっています。まずは、周りの大人が子どもに見本を見せて家族みんなでむし歯予防に取り組みしましょう。