

保健婦だより

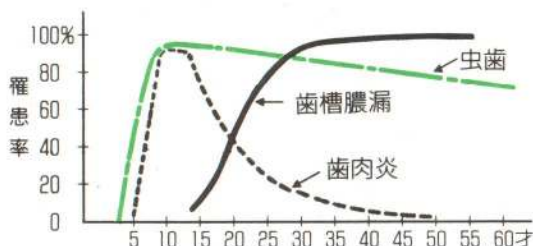
15

歯の衛生週間

小学生のほとんどが歯肉炎・虫歯にかかっています。けれども、これらは食生活やハミガキ習慣など、お母さんの関心しだいで予防できるもの。子供の虫歯はお母さんの責任といえるかもしれません。

六月四日から十日は歯の衛生週間です。家族みんなで歯と歯ぐきの健康をみなおしましょう。

こんなに多い 子供の歯肉炎・虫歯!



その原因は……
① やわらかい物中心の食生活
よくかまなくてもよいので

歯肉が弱くなります。

② 間食・甘い物のとりすぎ
歯にベタベタと付き、歯垢が
できやすくなります。

③ 運動不足・いじめなどでのス
トレスの増加
体の代謝機能が低下したり
抵抗力が弱ったりします。

④ アレルギー性鼻炎などによる
口呼吸
歯肉が乾燥し血行が悪くな
って炎症を引き起こします。

⑤ 歯の磨き方が不十分
などいろいろな原因があります。

市が実施している一歳六カ月
児健診の結果では、虫歯がある
子の率は六十一年度九・四%、
六十二年度一〇%と一割程度で
すが、三歳児健診になると六十
一年度六四・九%、六十二年
度六三・九%、一気に六割台へと
急激な増加をみせています。

乳歯から永久歯に生え変わる
時期はだいたい六歳から十二歳
ごろですが、この永久歯が生え
てから三年間の手入れによって、

3年間の

手入れが決め手

将来、虫歯が多くなるかどうか
が決まってしまう。
歯が生えた直後はエナメル質
がまだ完成されていない、歯質
が弱い状態ですから、虫歯にな
りやすいのです。
正常な硬さになるまでの約三
年間は、特に予防を心がけるよ
うにしてください。

二十歳を過ぎると急激に増え
てくるのが歯槽膿漏。歯槽膿漏
は歯肉炎が進行したものです。
正しいブラッシングと殺菌、収
れん(歯ぐきをひきしめる)で歯
と歯ぐきの健康を守りましょう。

ピンクの歯ぐき ……いつまでも

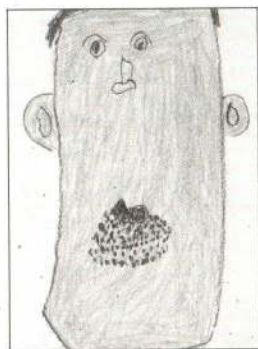
ちびっぴーギャラリー
おとうさん
二井田保育所

ご存じですか?

黄色いハンカチはSOSの合図!

黄色いハンカチは
障害をもつ人が困っ
たときの合図——い
ま、障害者に対する
理解と協力を求める
「黄色いハンカチ運
動」が全国に広まり
つつあります。
これは、心臓や腎
臓などに障害を持つ
人や、目や耳が不自
由な人が、外出先で
何か困ったとき、黄
色いハンカチを振つ
て助けを求めるとい
うものです。
厚生省のデータに
よると、全国の身体
障害者の約四割に当

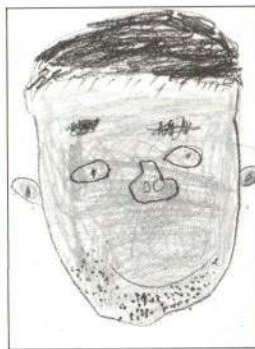
たる九十五万人が、内部障害や
視・聴覚障害を持つ人です。こ
のような人たちは、外観は健康
な人と何ら変わりなく見えます
そのため、突然発作などが起き
ても、周りの人から適切な処置
をとってもらえないといった事
態も考えられるのです。
道端などで苦しんでいる人を
見かけたら、「どうされました
か?」と声をかけるのは当然の
行いですが、黄色いハンカチに
よって障害を持つ人だと分か
れば、私たちはより迅速な処置を
とることが出来ます。
「黄色いハンカチはSOSの
合図」——この合言葉を、あな
たからあなたの家族へ、そして
仲間へと広めたいものです。



いとう ゆうすけくん
まいにちはやくか
えってきてほしい。



いとう かずしくん
ドライブにつれて
ってほしいな。



いとう だいすけくん
いっしょにはしる
とぼくがかつよ。