

# 家族で守る子どもの歯 おいしく食べて楽しく予防!

「かむこと」は子どもの成長に大きな影響を与えます。食べ物を消化しやすくするだけでなく、「かむこと」で出てくる唾液によるお口の衛生、アゴの発達や発音へも影響してきます。最近『やわらかいものばかり食べる』『丸飲みしてしまう』など、かめない子どもが増えてきています。きちんとかめているか、家族のみなさんはご存じですか?

「かむこと」の練習のはじまりは、家庭の楽しい食卓から。なるべく家族で食卓を囲んで、家族のコミュニケーションをとり、食事のマナーを身に付けながら、美味しく楽しく「かめる」ように見守ってください。もちろん、食後の歯みがきも大事ですので、きちんとできるまで保護者の方のチェックをかかさず!



## 『よい食事習慣』チェックリスト

- 子どもに1人きりで食事をさせない
- 食事のときはテレビを消している
- おやつの時間と量を決めている
- バランスのとれた献立を心掛けている
- 朝ご飯を必ず食べさせる
- 夜更かしをさせない

## 家庭でできる「むし歯予防」

フッ素入り歯みがき・洗口液

デンタルフロス・歯間ブラシ

仕上げみがき

キシリトールの利用(ガム、チョコなど)

1人でみがけるようになるまで大人が「歯みがきチェック」を必ずしてあげましょう!

# KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

9 2008年  
月号



夏も終わり、コオロギの声に哀愁を感じます。秋は、各種学会など休診する事が何回かあります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひ致します。

院長の趣味の沖釣りも、秋は忙しい季節です。カワハギ釣りもシーズン突入。秋の風物詩、イダコにハゼ、休みの日の予定が決めづらくなります。

お子さんたちも運動会、文化祭、遠足等々。うっかり予約を忘れないようにお願ひ致します。音声、メールでの自動連絡をご活用ください。

お子様の診療に際しては、ご父兄への説明が必要な事が多々あります。その際にいらっしやらないともう一回予約が必要になってしまう事も考えられます。お子様をお連れになった後に外出される場合は、かならず一声おかけください。また、矯正治療だけでなく、むし歯予防もご自宅での管理が最も重要です。「通院していれば安心」という訳では決してありませんのでご留意ください。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。  
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。



・木曜休診、あとはカレンダー通りです。



☎ 03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <http://www.dent-s.net/komiya/>

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail [dental@wahaha.gr.jp](mailto:dental@wahaha.gr.jp)