

# ぱおぱお ニュース

## < 病気の豆知識 >

### 今月は…『子どもの歯について』です

6月4日は虫歯予防Day!



#### ★虫歯の感染とお口の環境

生まれたばかりの赤ちゃんのお口の中には虫歯菌は存在しません。ではなぜ移ってしまうのでしょうか？それは、身近な大人から移ってしまうと言われています。スプーンやフォークなど大人が口にした物を赤ちゃんに共有することや、一度口に入れた物を赤ちゃんに与えるのは控えましょう。赤ちゃんの周りの大人も虫歯にならないように、日頃からダラダラ食べる事や、甘い物等に注意をして、定期的に歯科検診を受けるようにしましょう。虫歯は歯磨きだけでは防げません。この機会に周りの大人も食生活を見直していただければいいですね！

子ども診療所では月二回、第二月曜日と第四月曜日の午後に  
歯科衛生士さんに歯科相談できる機会を設けております。是非ご利用ください。

#### ★歯科相談

親御さんの心配は尽きないものです。  
そこで、今回は歯科相談の中でもっとも多く質問があったものをいくつかご紹介します。



#### Q 歯みがきはいつからどうやって始めたらいいの？

A 下の前歯が生え始めたら赤ちゃんの機嫌がいい時に、指に清潔なガーゼなどを巻いて歯を拭ってあげましょう。まだまだ歯磨きに慣れるための練習期間なので、優しく楽しみながらやりましょう。

#### Q 歯ブラシを嫌がってしまいます。どうしたらいいの？

A 歯が生え揃ってきたころ(1歳半～2歳)にはお子さんも精神的に成長してきて、嫌な事は嫌！と主張し始めます。しかし親御さんは虫歯にしたいくない一心で無理やりゴシゴシ歯磨きをしてしまいがちです。歌を歌いながら磨いたり、親御さんもお子さんと一緒に自分の歯を磨いたりしてみましょう。歯ブラシは決して嫌な事でも痛い事でもないのを楽しみながらやってみましょう。



#### Q 指しゃぶりをするので歯並びに影響がないか心配

A 赤ちゃんの指しゃぶりは生理的な行動です。色々な物を認識するために大事なことなので見守ってあげましょう。4歳を過ぎてやめられないようなら、歯並びに影響がでることもあるので1度歯科受診して相談してみましょう。



相互歯科では小児歯科専門のスタッフが対応しています。  
赤ちゃんから高校生まで(大人になっても小児外来で来院している方もいます)  
歯医者が苦手なお子さんもしっかり治療できるようにサポートしていきます！  
虫歯がなくても定期的に受診して歯医者に慣れるようにしましょう。



相互歯科 歯科衛生士

## < 感染症情報 >



#### 子ども診療所では…

- ・胃腸炎のお子さんが多く受診していました。
- ・コロナ検査で陽性者が再び出始めました。

#### 病児保育室ぱおぱおでは…

- ・4月から集団生活の始まった小さい月齢のお子さんが多く入室していました。
- ・熱、咳、鼻水症状や、胃腸炎のお子さんが目立ちました。

## < 食中毒に気をつけよう >

食中毒の原因となる細菌やウイルスは、目に見えませんが私たちのまわりの至る所に存在しています。湿度が高くジメジメしたこの時期は、細菌にとっては最適な環境となります。食中毒の予防3原則を守り、気をつけていきましょう！

### < 食中毒の予防3原則 >



#### ①「つけない」=洗う

食中毒の原因菌を食べ物につけないことが大切です。調理する前後、食事の前後など、こまめに手を洗いましょう。特に、生の肉・魚、卵には要注意です。



#### ②「増やさない」=低温で保存する

細菌の増殖は10度以下でゆっくりとなり、マイナス15度以下で停止します。買って来た食材はなるべく早く冷蔵庫に入れ、できるだけ早く食べるようにします。



#### ③「やっつける」=加熱処理

ほとんどの細菌は加熱で死滅します。よく火を通して食べるようにしましょう。また、調理器具は熱湯消毒か、台所用殺菌剤を使って殺菌しましょう。

### < そのストローマグ、大丈夫！？ >

赤ちゃんはストローで飲む時に、口の中の食べかすや唾液が逆流して、出たり入ったりしています。そのため、汚れが付きやすく、カビも生えやすくなります。(特にストローやパッキン)  
“入れるのは水やお茶だし…”と、簡単に流しておしまいにしていませんか？湿度の高いこの時期は特に注意して、洗浄・消毒していきましょう。また、お茶など一日ずっと入れっぱなしではなく、中身も入れ替えましょう！



## <スマイルコーナー> 病児保育室での心温まるエピソードなどをご紹介します。

### 『いちばんの願いは？』

1年ぶりに入室の5歳男児。入室時に保護者から聞き取りしていると、自分の母子手帳を手に取り、慣れた手つきでページをめくり「先生これ見て～」と。見ると写真が貼ってあり、「赤ちゃんの時の〇〇君だよ。かわいいでしょ～♪」と、とても嬉しそうに見せてくれました。きっとおうちで写真を見ながら、赤ちゃんの頃の話の聞いているんだろうな～と、ほっこり温かい気持ちになりました。

子どもは日々成長し、親の期待も高まりますが、何か行き詰まった時には初心にかえり、『とにかく元気に育ってくれば☆』という、最初の願いを思い出すのもいいかもしれませんね。(T)

**保育室のご利用には 事前の登録が必要です！**



何かお困りの際にご相談ください。

**お問い合わせ 病児保育室ぱおぱお (月～金 8:30～17:30)**

**TEL 042-521-2777** \* 育児相談も受け付けています \*