

いいざか
子育て支援センター
ぽっぽ



歯科衛生士:松本さん 保健師:佐藤さん

毎日歯みがきするのが大変ですが、
やる理由が知れて良かったです。
歯に当てる歯ブラシの角度を実践
してやろうと思います。おやつ知識も
得られて良かったです。
ありがとうございました。



歯みがきの正しいやり方をし
て良かったです。今日も練習
してやろうと思います。
歯ブラシの角度を実践
してやろうと思います。
ありがとうございました。



歯みがきの
ワンポイントアドバイス！

- ◎まずは体にさわられることに慣らしましょう。
- ◎じっとしていられない時は何回かに分けてみかけてもOK！
- ◎力を入れすぎず、小さく動かしてみがきましょう。
- ◎「上手にみがけたね」のほめ言葉のシャワーをかけてあげましょう。



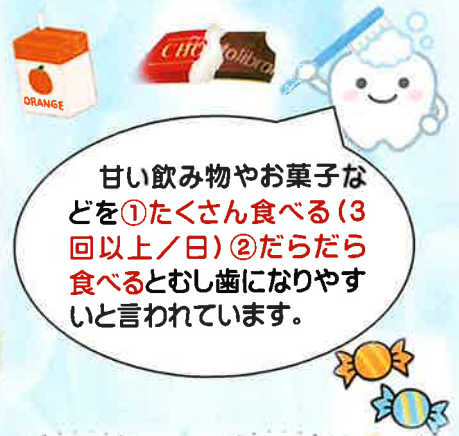
3～4ヶ月に1度、かかりつけ歯科で健診を受けましょう

歯科講習

2025年6月9日(月)
福島市の歯科衛生士さんと
飯坂地区担当の保健師さんをお迎
えしておやつの内容や歯みがきの
仕方をお話してもらいました。



思いやりも歯ブラシは細かく
動かすことわが家など勉強に
なる点がいっぱいありました！
子供が歯を磨いているつもりでしたが
より意識が高くなりました。



甘い飲み物やお菓子な
どを①たくさん食べる(3
回以上/日)②だらだら
食べるとむし歯になりやす
いと言われています。

集団検診の時よりくわしく
色々聞いてとても良かったです。
再度おやつ選び考え直すいな
と思えました。
ありがとうございました。

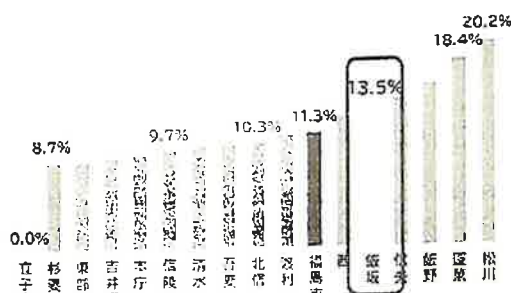


今まで、これ大丈夫かな？と
思っていたが、正しい歯みがきで
正しいやり方が知れて良かったです。

飯坂方部の子どもはむし歯が多い！？

R6年度1歳6か月児・3歳児健診の結果より

R6【3歳6か月】むし歯がある子



1歳半の時点でむし歯になるお
子さんは、ほとんどいません。



3歳児健診までの2年の間にむし
歯の子が増えているそうで、
飯坂地区は7.8人に1人のお子
さんにむし歯があるそうです。

むし歯にならないために…！

- ① 食べたら歯磨きをする
- ② 食事と食事の間を3.4時間あける。
- ③ 虫歯予防のために、フッ化物を利用する。