

はは歯クラブだより



NO. 182 長崎市鳴見台小学校
学校歯科医 行成 哲弘



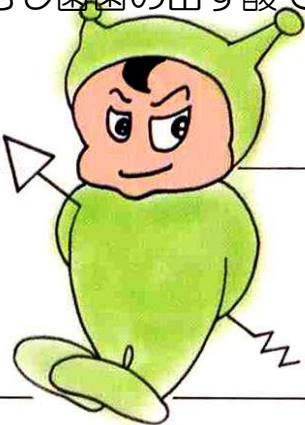





医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科です。

こんにちは！



お口の中や歯の表面には、むし歯を作るバイ菌＝むし菌（ミュータンス菌）がいます。むし菌は、砂糖を使って酸を作ります。このむし菌の出す酸で歯が溶かされてむし歯ができます。

| | |
|--|--|
| <p>1</p>  <p>ぼく、 口の中に住んでいる ミュータンス菌の ムー太。</p> | <p>4</p>  <p>ぼくのウンチはきみだって 知ってるよ。 歯にネバネバついてるプラーク。 あれがウンチなんだ。</p> |
| <p>2</p> <p>ぼくの大好物は、みんなと同じ 甘い食べもの。みんなが 食べた甘いものを、ぼくが ムシャムシャ食べる。</p>  | <p>5</p> <p>そのウンチは、やっかいな もので、歯をとく酸と いうものをだす。 歯がとけてなるのが 虫歯だったよね。</p>  |
| <p>3</p>  <p>みんなだって ウンチをするだ ろう？ ぼくも同じ。 みんなの口の中 で ウンチをする んだ。</p> | <p>6</p> <p>甘いものが好きな人は、ボクがたくさん ウンチをするから 虫歯もたくさん できるんだよ。</p>  |

むし歯を作らないために

- 食べたらすぐ歯みがきを！

週に1回は染め出し液を使ってみがき残しがいないかチェックしてみてください。

3年生までのお子さんには仕上げみがきもお願いします。

- だらだら、ちょこちょこ食べたり、飲んだりは危険です
- おうちでも毎日フッ素洗口をして、歯を強くしましょう。むし歯になりにくくなります。

クリスマスやお正月がある冬休みは、甘いものを食べる機会が増えたり、だらだら食べたりなりがちです…気をつけましょう！



詳しくはホームページをご覧ください。

〈文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀〉

