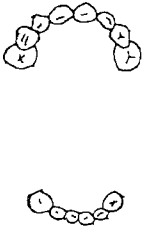
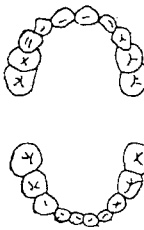

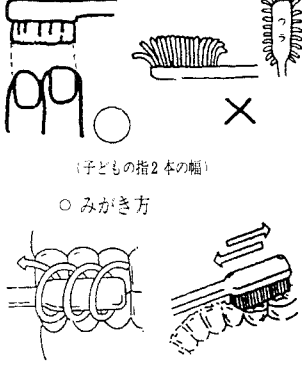


今回は「こどもの歯」について 一緒に考えてみましょう。

連載
目でみる都留市の健康
4

〈歯の一生〉

| | 妊 娠 中 | 0 才 | 1才6ヵ月 | 3 才 | 6才 ～ 小学校 |
|-------|---|--|---|---|---|
| 歯の形成 | <ul style="list-style-type: none"> 乳歯の芽は、妊娠7週(2ヵ月)頃までに作られます。 永久歯の芽は、妊娠15週(4ヵ月)頃までに作られます。 | <ul style="list-style-type: none"> はじめての歯は、生後6ヵ月頃はえ始めます。 (はえる時期は、6ヵ月ぐらいの差があっても心配いりません。 |  <ul style="list-style-type: none"> 都留市の子は平均14.1本の歯がはえています。 (少ない子は6本、多い子は20本) |  <ul style="list-style-type: none"> 平均20本の歯がはえ、乳歯がはえそろいます。 | <ul style="list-style-type: none"> 6才臼歯(第1大臼歯)がはえてきます。永久歯のトップバッター。咬む力は最も強く大切にしなければなりません。 6～12才にかけて乳歯と永久歯が生えかわります。 |
| こころがけ | <ul style="list-style-type: none"> 歯の芽は蛋白質でできています。良質の蛋白質(肉・魚・卵・豆類・乳製品など)をとりましょう。 もちろんビタミン(野菜・果物)ミネラル(小魚・海藻)も忘れずに! | <ul style="list-style-type: none"> ガーゼや脱脂綿でふいてあげましょう。 | <ul style="list-style-type: none"> 真似が得意です。お母さんと一緒に楽しくみがきましょう。 みがき直しも忘れずに!  | <ul style="list-style-type: none"> はぶらしの選び方 みがき方  | <p>食事</p> <ul style="list-style-type: none"> よくかんでアゴの発達をよくしましょう。 おやつ時間を決めましょう。 おやつイコールおかしではありません。 |

こんなに多いこどものムシ歯

