

子どもの成長に応じたむし歯予防をしましょう

年齢	0才	6か月	8~10か月ころ	1才6か月ころ	2才ころ	3才ころ
歯の本数		 あ、歯が見えた。 2本	 8~12本	 12~16本	 20本乳歯列完成	
口腔内状態		 舌小帯・上唇小帯の肥厚	 癒合歯 (ゆこうし、2本の歯がくっついたもので前歯に多く見られます)	 原因は指しゃぶり (3才で10~15%に見られます)	 開咬	
		 ★濡らしたガーゼ、綿棒で拭きましょう。	★6~8本ころから歯ブラシに慣れさせましょう。	★自分でみがこうとします。自立心は育て仕上げ磨きは保護者がしてあげましょう。		
						専門医に相談してみましょう

子どもの成長・発達を専門家に見てもらいましょう

成長・発達の確認のため乳幼児健診を受けましょう…育児上の疑問、不安を聞いてもらう、心配ごと相談でき、育児の情報を得るにもいい機会です。

保護者へのワンポイントアドバイス ~ワクワク子育てをめざして~

- ① なんでも完璧にやろうとは思わないようにしましょう
- ② いい母親・父親を演じないようにしましょう
- ③ 一人で悩まないようにしましょう…困ったときは相談したり、助けを求められるところとして、保健所、保健センター、地域子育て支援センターなどがあります
- ④ 子どもと向きあうのがつらいときは気軽にあずけましょう
- ⑤ 自分の自由な時間をもてるようにしましょう
- ⑥ 子育ては協働作業、お互いに声をかけ、話し合ひましょう
- ⑦ 自分たちの時間をもてるよう協力しましょう

子育てに悩んだときの相談先

- 保健所・保健センター
- かかりつけ医
- 保育所・幼稚園
- 子育てサークル
- 子育て支援センター
- インターネット など

近くの相談機関