



お子様の「歯とお口」の悩みをサポートする情報紙です

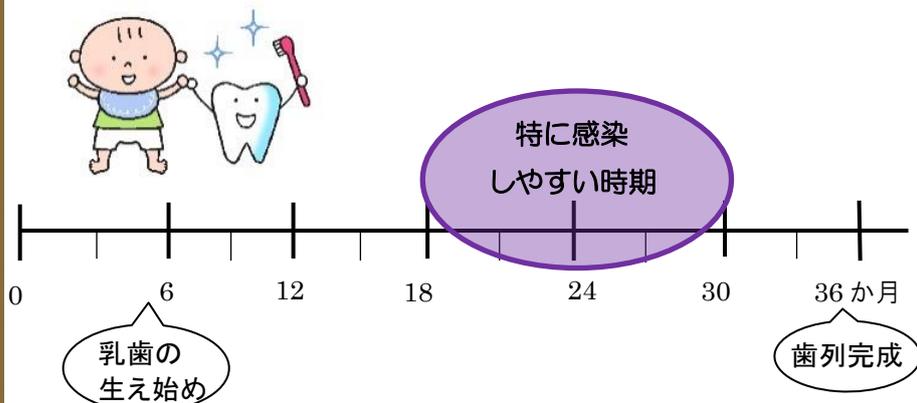


今回のテーマは・・・

## 「知ってる!?むし歯は感染症のひとつ」です

生まれたばかりの赤ちゃんにはむし歯の原因になるミュータンス菌は存在しません。ではなぜ?いつ頃から?子どもたちはミュータンス菌に感染し、むし歯になってしまうのでしょうか。

- 一緒に生活する家族のだ液が感染源のひとつだと言われています。生えたての乳歯は柔らかく、むし歯になりやすいです。
- また、おやつを食べようになると自分で好きなものを選ぶようになり、
  - ・甘いものを食べる機会が増える
  - ・兄弟がいて同じおやつを食べてしまう
- など、ダラダラ食べにつながりやすく、むし歯になるリスクが高くなります。



この頃は、歯が次々と生える時期。ミュータンス菌に感染するとむし歯になりやすくなってしまいます。

～できるだけ感染しないように  
子どもにしてあげられること～

### 1) 食べさせ方に気を付ける

スプーンやフォーク、お箸の共有を避ける。  
噛み与えなどをしない。

### 2) 寝る前の仕上げ磨きを習慣づける

工夫しながら毎日の歯磨きを行いプラーク(歯垢)を溜めないこと!

### 3) 家族みんなで口腔内管理

家族にむし歯が多いほど、子どもに感染しやすい。  
自分自身のむし歯にも気をつける!

むし歯菌の感染を恐れてスキンシップまで避けるのは間違いです。  
むし歯予防のために、**甘いものを食べすぎない、ダラダラ食べを避ける、定期的に歯医者へ行きフッ化物塗布をしてもらいましょう。**

むし歯になりやすい時期を  
親子で一緒に乗り切ろう!

## ★★ 今月のトピックス ★★

### 三人官女のお歯黒のヒミツ

三人官女の中央は眉を剃った既婚婦人で歯を黒く塗る“お歯黒”をしています。歯が黒く輝いているほど美人であるとされ、むし歯や歯周病も少なく、歯の痛みも起こりにくかったそうです。

現在、むし歯の進行止めに使用されている「サホライド®」の成分は、まさにこのお歯黒をもとに開発されたものとも言われています。

3月3日のひな祭りは桃の節句と言われ、女の子の健やかな成長をお祈りするお祝い事。毎年、ひな人形を飾ることで無病息災を願います。

