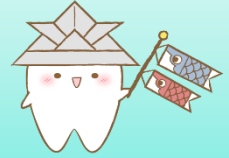


歯っぴ～噛む噛む



今回のテーマは…



「むし歯の原因」

です！

どうしてむし歯はできるのでしょうか？

① 食べ物の残りが歯の表面につき細菌が繁殖して歯垢（プラーク）が作られます。

糖質（特に砂糖）



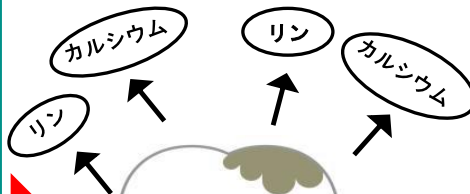
ミュータンス菌（むし歯の原因菌）



歯垢（プラーク）

放っておくと・・・

② 歯垢（プラーク）の中の細菌が糖質（特に砂糖）を分解して酸を作り、歯の成分のカルシウムやリンが溶けだします。



さらに放っておくと・・・

③



むし歯予防のポイント

【予防① 歯磨き】

歯磨きで歯垢（プラーク）を取り除きましょう！



【予防② フッ化物の応用】

お口の中にはたくさんの細菌がいます。
歯を強くしてむし歯の原因菌の働きを弱めましょう！



【予防③ おやつ（砂糖）】

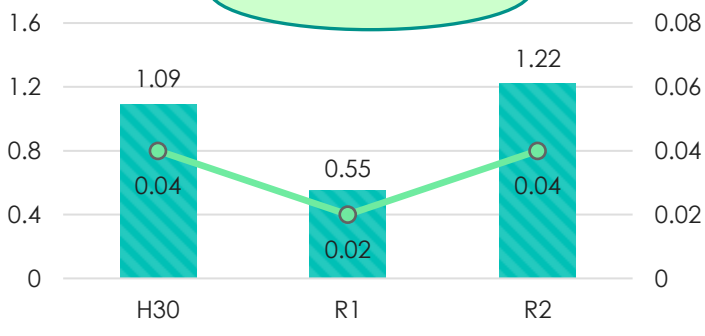
おやつは時間や量を決めて、なるべく砂糖の少ないものを選びましょう！



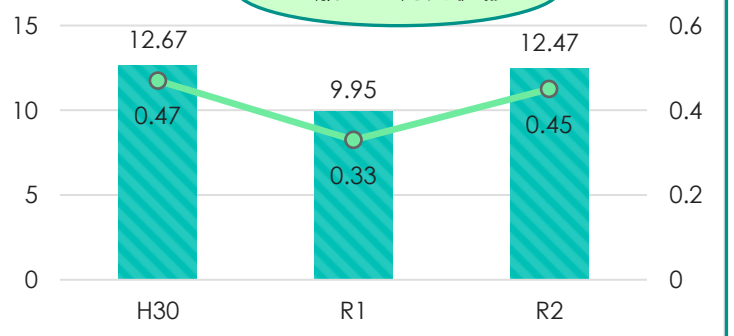
☆☆今月のトピックス☆☆

子どものむし歯の状況（宮崎市）

1歳6か月児健診



3歳6か月児健診



■ むし歯罹患率 (%) ● 1人平均むし歯本数 (本)