

はぐくむ光のびる若芽

(167)

長塚 渡邊睦子

わが家は、主人、私、中三の長男、小三の二男、小一の三男の五人家族です。

千葉市から光町に越してきて八年、自然に囲まれた環境の中で子供たちはのびのびと育っています。

中三の長男は、ただいま受験生。下の子と年齢が離れているので、一人つ子のように育つたせいかなのんびり屋さんです。十四才という大変むずかしい年頃で、だんだん親離れしつつあり、少し淋しい気持ちはありますがこれも成長の一つと思いついて見守っています。

一男は、料理の手伝いなどよくしてくれ、女の子のいないわが家では助かっています。

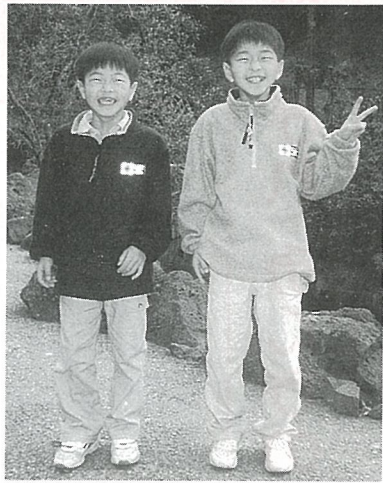
二男は、マイペースで未っ子だけあって要領がよくちゃっかり者です。

主人の仕事が朝早く夜遅い事が多く、平日は子

テレビで近ごろの子供の育ち方や、家庭環境、学校での先生との関わりなどいろいろ意見を聞いていると何が一番いいかわからなくなり、これから先のことを考えると不安になります。でも、いつまでも素直な気持ちをもち、人の傷みや命の大切さをわかってほしいと思います。

子供で十五年、まだまだ

人の傷みや命の大切さを



▲一緒に汗を流し、コミュニケーションを取っています。

いく中で、自分の決めた道を歩いていくことでしょうか。それまでは子供たちが、自分で歩ける体力、気力をつけてやれたらいいなあと思っています。

最近では、ごく普通の子が事件をおこす事が多くなつてきています。

保健婦メモ

乳幼児の歯の健康

●乳歯と永久歯

歯の生える時期は個人差がありますが、一般に乳歯は7か月頃から生え始め、3歳頃上下20本が生えそろい、6歳頃から順々に永久歯に生え替わります。

●乳歯の大切さ

「乳歯は生え替わるから虫歯になっても大丈夫」と思っている人はいませんか。これは大きな間違いです。乳歯は次のような働きをしています。

①永久歯の案内役

乳歯を虫歯で抜いてしまうと永久歯が生える場所を見失い、悪い向きに生えてしまいます。歯磨きもしに

くいため、虫歯になりやすい状態になります。

②言葉を整える。

③顔かたちを整える。

④食べ物をおいしく、良く消化して食べる。

●虫歯の予防

このため、健康な乳歯を維持していく必要があります。

①3度の食事とおやつのは歯磨きを習慣に。

②ひとり磨きをさせる。

③顔かたちを整える。

④食べ物をおいしく、良く消化して食べる。

●虫歯の予防

虫歯を予防するために、次の点に注意しましょう。

①3度の食事とおやつのは歯磨きを習慣に。

②ひとり磨きをさせる。

③顔かたちを整える。

④食べ物をおいしく、良く消化して食べる。

3歳児の40%以上が虫歯を持っています



町の虫歯(乳歯)保有状況

	1歳6ヶ月児	3歳児
8年度	6.6%	47.6%
9年度	9.5%	42.9%

8年度と9年度ではあまり大きな変化はみられませんが、3歳児になると虫歯のある子が急激に増加しています。乳歯が生えてきたら虫歯にならないように心がけましょう。

乳幼児期の歯の健康は、8020運動(80才で20本の歯を保つ)につながります。虫歯を作らないように心がけましょう。

虫歯の予防と早期発見につながります。虫歯ができた時は、早めに受診し、必ず治療をしましょう。

虫歯の細菌に栄養を与えていないことになりま。甘い飲み物の他、あめ、チョコレート、ガム等、歯にこびりつきやすいものは控えましょう。

⑤歯科検診を定期的に受ける。