

むさしデンタルオフィス通信

2009, 7 VOL.23

こんにちは。歯科衛生士の高橋 裕子です。ジメジメした梅雨の季節いやですね！7月はそんな梅雨も明けて海開きも始まり、いよいよ夏本番！海水浴のチャンスは8月のお盆まで数回しかありません。子供達を連れて出来るだけ行きたいと思っています！



仕上げ磨き お子さまの仕上げ磨き苦労されていませんか？いったいいつ頃まで仕上げ磨きが必要なのでしょうか？自分できちんと磨くことができるようになるのは、4年生(10歳)くらいです。4年生になって上手に磨けるようになっても、この時期は個人差はありますが、まだ乳歯と永久歯の交換期のため、生えたての丈の低い永久歯があったりしてとても複雑な口腔内です。やはりこの時期までは親の仕上げ磨きが必要だといえます。3歳くらいまでの小さいうちは歯磨きを嫌がり、泣いたり暴れたり大変ですよね？よく、歯磨き嫌いにならないように無理に押さえつけたりせず、歌を歌ったり、お母さんの真似をさせたりして楽しく磨きましょう、と言われますが忙しい日常生活の中で毎日そんなこともしてられないのが現状です。うちにも2歳の息子がいますが毎日足で押さえて磨いています。3年生、4年生になってくると歯磨き自体を面倒くさがったり、仕上げ磨きも拒否するようになります。うちの3年生の娘がまさにそんな時期。本人にまかせっきりにしているとすぐに歯肉炎になってしまいます。休みの前日には染め出し剤を塗ってやる気を出させたり、このままだと大変な事になると脅したり、おだてたりしながら毎日頑張っています。仕上げ磨きのポイントはいくつかありますが、まずは親が正しい磨き方を覚えることが上手な仕上げ磨きへの第一歩になります。



暴れる時は足で押さえると安全です！



おりこうさんは頭をひざに！



すばやくサッと磨きましょう！

仕上げ磨きのポイント

- 1 ツバがすぐたまるので下の奥歯から磨き始める。
- 2 人さし指で上唇小帯(上唇の裏のヒモ)を保護して磨く。
- 3 仕上げ磨き用の歯ブラシで、軽く小刻みに動かす。
- 4 くっついてる歯の間は糸ようじを使う。
- 5 並びの悪い歯や生えたての永久歯は一本ずつ磨く。
- 6 染めだし剤を上手に利用する。



磨ききれないところがどうしても出てきますので、定期的に歯医者さんでプロフェッショナルケアを受けてフッ素を塗ってもらうと、子供の健全な口腔内を保つことができます。

バレーボール大会

先月、娘の小学校の PTA ビニールバレーボール大会がありました。今年初めて参加することになり、大会前に 2 回ほど練習して本番に臨みました。小学校の時にバレー部に入っていたので余裕だろうと思っていましたが、日頃の運動不足がたたり次の日は青あざと筋肉痛に襲われたのは言うまでもありません。それでも、いざ試合が始まると燃えるものですね！なんと準優勝することができました！来年は優勝するぞ！！

八幡平 泥火山



後生掛温泉の泥火山を見てきました。車を降りた途端に硫黄の香りに包まれます。1 周徒歩で 40 分かかる自然研究路を周り、ポコポコと音を立てて泥とガスを噴き出す泥火山の迫りに圧倒されました！看板を見ると温度が 93 度とか 95 度あると書かれていて、落ちたら大変と思いながら細いコースを歩いてきました。温泉も昭和の雰囲気があつて良かったですよ！

2009/7							2009/8						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	2	3	4	5	6	7	8
5	6	7	8	9	10	11	9	10	11	12	13	14	15
12	13	14	15	16	17	18	16	17	18	19	20	21	22
19	20	21	22	23	24	25	23	24	25	26	27	28	29
26	27	28	29	30	31		30	31					

むさしデンタルオフィス
秋田市保戸野通町 4-8 1F
TEL : 018-853-8214
フリーアクセス : 0800-800-8461
<http://www.musashi-dent.jp>

7月8月の休診日です。赤字は休診日となります。