

# ☆☆☆ 哲風会通信

2022.12

Vol.131

## < 発達段階に応じた歯育のポイント >



今年もいよいよ最後の月、12月になりました!!  
仕事やイベントで慌ただしく過ぎていくひと月です。  
皆さん忙しく過ごされていると思いますが、クリスマス  
などの行事もあるので、楽しい思い出になりますね!!  
今年1年の良い締めくくりができるように、体調管理も  
気を付けましょう☆



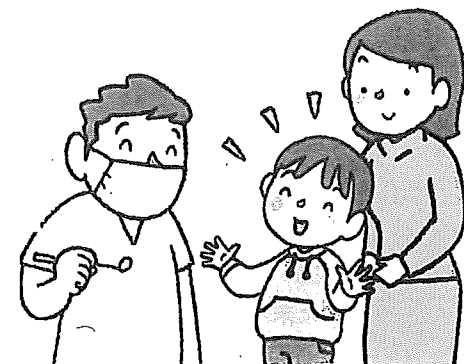
### 母と子の歯育で ~生涯おいしく食べるために~

日本の伝統的な祝いごとには、生後100日を祝う「お食い初め」があります。  
その祝膳にのせる「歯がため石」は、赤ちゃんに石のような丈夫な歯が生えますように  
という願いが込められているそうです。

歯は、お母さんのお腹の中からすでに育ち始めています。  
丈夫な歯を育てるために、子供の成長に沿ったケアを行っていきましょう。



今月の担当: むさしデンタルオフィスの佐藤  
です。私の実家はにかほ市なので  
すが、海と山が近くて、とても良い場所  
です。“あつみのかりんとう”というお菓子があって、  
おいすぎてボリボリと食べてしまいます☆  
冬はあまり遊べる所は無いですが、夏は海に山に  
みなさんもぜひ遊びに来て下さい😊”



医療法人 哲風会  
むさしデンタルオフィス  
〒010-0912  
秋田市保戸野通町4-8  
TEL:018-853-8214  
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会  
ちづ歯科クリニック  
〒018-1605  
南秋田郡八郎潟町川崎宇屋寝  
233-1  
TEL:018-875-2801

	年齢	歯とあごの成長	ケアのポイント
妊娠期	-1	お母さんのお腹の中で、 乳歯・永久歯の芽が 育っている。	・マタニティ歯科検診・両親学級を 受ける。 ・妊娠中の歯科治療は大事 ~むし歯や歯周病は治療しておく~
乳・幼児期	0	乳歯が生え始める。 (7~8ヵ月ごろ)	・歯が生えたら保護者磨きを始める。 ・歯が生えたら歯科デビュー!
	1	上下4本の前歯が生える。	・上あごの前歯はむし歯になりやすいので 要注意
	2		・指しゃぶりは3~4歳までに卒業したい。
	3	乳歯20本が生えそろう。	・3歳になったら、自分で歯磨きする習慣 のスタート
	4		・3歳くらいから歯科医院でフッ素塗布、 歯のクリーニングでむし歯ゼロへ。
小児・学童期	5		
	6	6歳臼歯(最初の永久歯)が 生える。	・永久歯のむし歯予防は6歳臼歯を しっかり守ることが大事。
	7	この時期は、生え変わりが続き、	・歯並び、噛み合わせは、毎年にあたら 歯科医院でチェックしてもらう。
	8	乳歯と永久歯が混在する。	
	9	(13歳ごろまで)	
	10		
	11		
青年期	12	12歳臼歯が生える。	・保護者の目が届きにくくなりむし歯 のリスクが高くなる。
	13	永久歯28本が生えそろう。	~自己管理の動機づけ~
	14	上あごがほぼ完成する。	・歯科医とのかかわりを続ける。
	15		・青年期の傾向を理解し、保護者 としてサポートする。
	16	親知らずが生える人もいる。	
	17		
	18	下あごが完成する。	

バランスのとれた  
食事も大切に!!

保護者やがきは  
念入りに!!

よく咬んで!!  
大人のチェックはまだ必要!!

部活に勉強に疲れてても  
歯磨きを忘れずに!!