



はは歯クラブだより



NO. 149

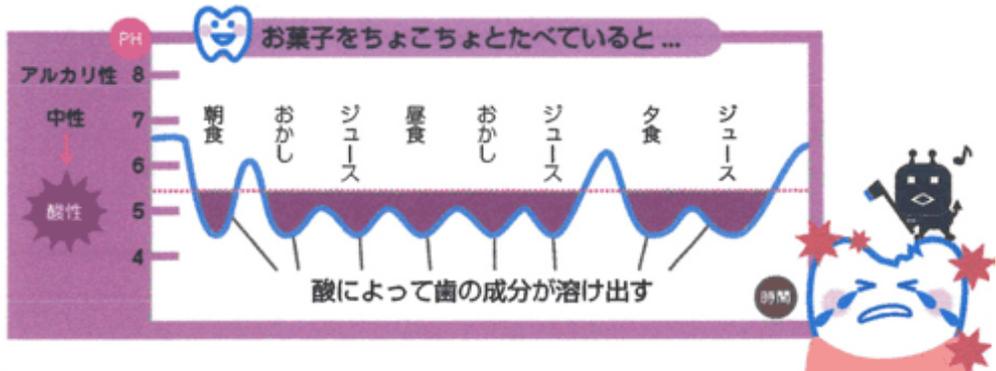


医療法人

ゆきなり小児・矯正歯科です。

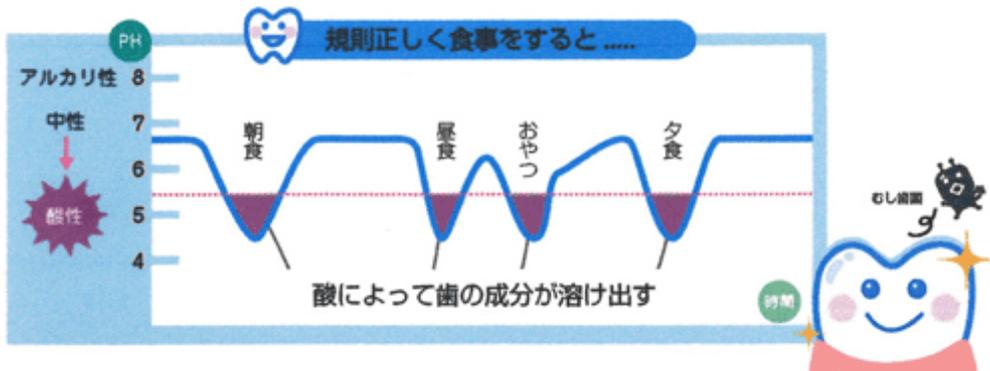
もうすぐ夏休みですね。夏休み中は幼稚園に通っているときより、ちょこちょこ食べたり、飲んだりと不規則になりやすいと思います。ではどうすればむし歯をつくらないでしょうか？

〈むし歯をつくりやすい生活習慣の唾液の酸性度を表しています〉



塗りつぶされたところが脱灰（酸によって歯がとがされる）。それ以外のところが再石灰化（脱灰によって溶かされた歯がもとにもどる）を表します。脱灰の時間が多く、この習慣を続けていると、むし歯になるリスクが高くなります。

〈規則正しい習慣の子の唾液の酸性度を表した表〉



このように規則正しい習慣をおくっていると、むし歯になるリスクも低くなります。まだまだ 1 人ではみがけません。必ず大人の方が食べたらすぐみがいてあげて下さいね。

詳しくはホームページをご覧ください。「ゆきなり小児歯科」で検索すると簡単です。
〈文責：日本小児歯科学会認定歯科衛生士 池田友紀〉