

## 家族みんなでおむし歯予防!

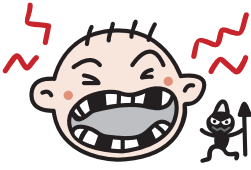
### ★乳歯の歯を守ろう

乳歯は永久歯に比べて歯の表面のエナメル質が薄くて弱く、むし歯が進行しやすいのが特徴です。お子さんのむし歯を予防するには、保護者の方の毎日のケアが大切になります。



### ★むし歯ができるしくみ

- ①むし歯菌(ミュータンス菌)は、口の中に残った食べ物から糖分をとり込み、それを材料にしてむし歯菌の巣(プラーク(歯垢))をつくります。
- ②歯垢の中のむし歯菌は「酸」を吐き出します。
- ③「酸」はエナメル質を溶かし、やがて「むし歯」になります。



### ★歯の味方!!「だ液」

「酸」が歯の表面を溶かしても、「だ液」の活躍で歯の表面を元にもどしてくれます。

#### ◎だ液を増やすには?

- ・よくかんで食べましょう...だ液の分泌が増え、歯や口の中についた食べカスを洗い流してくれます。
- ・規則正しい生活を送りましょう...だらだらと好きな時間にお菓子や食事をする、だ液が歯の表面を修復する時間が確保できなくなります。食事の時間を決めて、生活リズムを見直しましょう。

### ★歯みがきの習慣づくり

食生活や生活リズムを整えることと並行して、歯みがきは欠かせないむし歯予防です。焦らずゆっくと習慣づけていきましょう。

- ・まずは1日1回の歯みがきから。
- ・楽しい「歯みがきの時間」をつくる。
- ・嫌がったら短時間ですませる。

### ★むし歯は「感染症」のひとつです!!

むし歯は「むし歯菌」(ミュータンス菌)によつてできます。むし歯菌の多くは保護者などの身近な人の「だ液」を通して感染すると言われています。保護者の方も、むし歯のある方は早く治療し、家族で「むし歯ゼロ」を目指しましょう。

#### ◎むし歯菌をうつさないポイント

- ・スプーンや歯ブラシは共有しない
- ・口うつしで食べさせない
- ・家族でむし歯のある人は早く治療する

### ★家族みんなでむし歯予防!

保護者世代では、「歯肉炎」や「歯周病」、治療した「むし歯の再発」が多く見られています。むし歯や歯周病にかかると、菌が血管に入り込み、全身をめぐるさまざまな病気を引き起こすことがあります。むし歯予防は、家族が健康な生活を送るために欠かせないものです。家族みんなでむし歯予防にとりくんでみてはいかがでしょうか?

### 「2歳児歯科健診」のお知らせ

1歳6ヶ月児健診が終わり、3歳児健診までもう少しのこの時期、歯科健診や歯の染め出しなどを行います。お子さんの歯の健康のため、ぜひ、ご参加ください。

- ▼日時 3月3日(月)・4日(火)
- ▼受付 午後0時40分〜2時40分まで
- ▼場所 上三川いきいきプラザ
- ▼対象 平成23年4月2日〜平成24年4月1日生まれのお子さん

▼持ち物 母子手帳、歯ブラシ、コップ、タオル、問診票

▼内容 3ミニ講話、歯科健診、染め出し、ブラッシング指導等

※対象のお子さんには、個人通知を郵送します。詳しくは、通知をご覧ください。

#### ▼問い合わせ先

健康課 母子健康係

☎9132

# ファミリー・サポート・センター依頼会員募集

ファミリー・サポート・センターとは、地域において「子育ての手助けをしてほしい方(依頼会員)」と「子育てのお手伝いができる方(提供会員)」が会員となって、助け合う会員組織です。

センターは、依頼会員のニーズにあった提供会員を紹介し、条件にあった子育て支援ができるよう、会員相互の育児支援をサポートします。

町では、依頼会員の募集をしています。

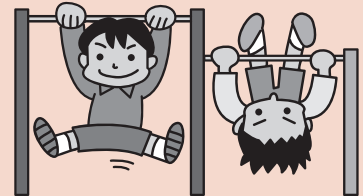
会員になるための条件や具体的な援助内容は下記のとおりです。

## 【依頼会員(子育ての手助けをしてほしい方)の条件】

・町内に居住または勤務している方で、生後6ヶ月から小学6年生以下の子どもの保護者

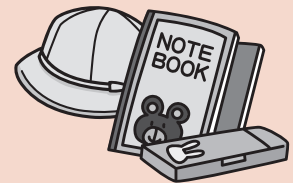
## 【具体的な援助内容】

- ・保育所、幼稚園等の保育開始前や保育終了後に、子どもを預かること。
- ・保育施設等までの送迎を行うこと。
- ・学童保育終了後、子どもを預かること。
- ・学校の放課後、子どもを預かること。
- ・冠婚葬祭や他の子どもの学校行事の際、子どもを預かること。
- ・買い物等外出の際、子どもを預かること。



## 【利用料金】

月曜日から金曜日の午前7時から午後7時まで	1時間あたり700円
土・日・祝日及び年末年始並びに上記以外の時間帯	1時間あたり800円
交通費(町内)	1回あたり200円
送迎に公共交通機関、タクシーを使用した場合	実 費
食事(ミルクを含む)の提供を受けた場合	実 費



※上記の報酬は、依頼会員から提供会員に直接支払われます。

## 【申込み方法】

・依頼会員として入会を希望される方は、入会申込書等の提出が必要になりますので、下記の必要なものを揃えて町役場1階福祉課児童福祉係までお越しください。

- 必要なもの…印鑑、会員証用写真2枚(縦4cm×横3cm)

## 【受付時間】

・土日・祝日を除く 午前8時30分～午後5時15分(ただし正午から午後1時を除きます)

## 【補償保険】

・会員になると、自動的にファミリー・サポート・センター補償保険に加入します。保険料は町が負担します。

※提供会員の援助可能な曜日・時間帯によって、ご希望に応じられない場合があります。

町では、提供会員の募集も随時行っています。

▶問い合わせ先=福祉課 児童福祉係 ☎569130