



# 子どものむし歯予防

子どもの歯は、歯が生えてくるところと生え変わるころがむし歯になりやすい時期といわれています。日々のケアでしっかり予防しましょう！

## 【むし歯になりやすい3大原因】

- ① 親から子どもにむし歯菌が感染する
- ② 時間を決めずにダラダラと間食をする
- ③ 歯磨きがしっかりできていない

## 【町内の児童・生徒の歯の状況】

年齢	一人平均むし歯数	むし歯有病者率	治療完了者率	
3歳児(令和元年)	0.71本	18.1%		
小学校	1年生	0.08本	6.1%	50.0%
	2年生	0.26本	13.2%	20.0%
	3年生	0.28本	15.5%	36.4%
	4年生	1.14本	21.1%	63.2%
	5年生	1.06本	27.6%	55.6%
6年生	1.16本	33.8%	42.3%	

※参照：白老町 R2 学校歯科健診報告書(苫小牧保健所調査)

## むし歯予防のためにできること

### 1. 歯磨きの習慣をつける

- ・食事後、寝る前には歯を磨く習慣をつける。
- ・歯垢の残りやすい部位は糸ようじを使う。
- ・小学中～高学年ごろまでは仕上げ磨きする。

### 2. 食生活を見直す

- ・1日3食の規則正しい食事。
- ・栄養バランスの良い食事を心がける。
- ・よく噛んで食べる習慣を身につける。
- ・おやつ(間食)の時間を決める。

### 3. 定期的に歯科健診を受ける

- ・フッ素でむし歯予防する。

子育て

問い合わせ先：健康福祉課 健康推進グループ ☎ 82-5541

## えんじの広場

### 認定こども園 海の子保育園

#### ◆一緒にあそぼう交流保育

内容	月日	時間
お友だちとあそぼう	3月3日(木)	10時～11時

対象 未就園児と保護者

持ち物 上靴(保護者も持参)

申し込み こちらから→

詳細 同園 ☎ 87-2481



### はまなす保育園

#### ◆交流保育

内容	月日	時間
お誕生会	3月3日(木)	10時～11時

対象 未就園児と保護者(3組、要予約)

持ち物 水筒(3歳以上のお子さんは上靴を持参してください)

※離乳食や園の給食メニュー紹介、子育て相談も行います。

詳細 同園 ☎ 83-2271

### 認定こども園 白老さくら幼稚園

#### ◆令和4年度 たんぼぼ教室のお友達募集

対象 2歳児(令和4年4月2日時点)

保育日 月・水・金曜日(9時～11時30分)

保育料 月額5,000円(おやつ代込み)

(初回のみ教材費など別途支払いあり)

申し込み 同園で願書を配布しています。

詳細 同園 ☎ 82-2640

## 祝 御卒業・御入学・御入園

素晴らしい春の門出、おめでとうございます。この生涯の記念日に、当スタジオでとびさりの一枚を写しませんか。

6切1ポーズ1冊 7,560円(税込)～  
写真入りフォトスタンドプレゼント!!  
(技術料、台紙代込み料金です)

スマートフォンの動画を、テレビで見られるDVDに変換サービス始めました。30分 980円(税込)～



カメラ撮影の **くらぐらみ** 白老町東町 白老郵便局前 TEL 82-2617