



# 歯科だより



6月から7月にかけて、全村の学校、保育所で指導を行いました。

佐井村の歯科保健指導は保育所と各小・中学校で、学年ごとにそれぞれの発達段階に合わせ、歯科の知識を実践を通じて学んでいきます。この指導の目的は口や歯の健康、機能を保つことにより生涯にわたり美味しく食べられ、健康な生活が送れるようにすることだと考えています。

まず、保育所では以下のように分かりやすいよう「4つのお約束」として教えています。

1. たべたらすぐに、はをみがこう  
(そして夜寝る前に磨くことが一番重要だと教えています。)
2. のどがかわいたらおみずをのもう
3. おやつはじかんをきめてたべよう
4. すききらいせずになんでもよくかんでたべよう

むし歯は細菌によって引き起こされますから、予防は①細菌が歯の周囲にとどまらないようにする、②細菌を殺すか、活動を抑えるようにする、③細菌の作る酸に抵抗できる歯の質を作る、ことで達成されます。

「4つのお約束」はやさしく書かれていますが、予防の重要な要素を含んでいます。このお約束を習慣づけることによって、むし歯予防が実現され、さらには健康な体をつくる基礎になってくれればと思います。



「新たなビジネスモデルの創造」  
「セキュリティなど進化するネットワークへの対応」  
ワンストップソリューションをご提案



FUJITSU パートナー

## 扶桑電通株式会社

■青森営業所 青森市長島二丁目13番1号  
TEL. 017-775-2031(代) FAX. 017-774-4720

■八戸営業所 八戸市三日町2(青銀明治安田生命ビル)  
TEL. 0178-44-1855 FAX. 0178-44-8494

《ホームページアドレス》  
<http://www.fusodentsu.co.jp>