

かわむらばん

No. 108 2018. 4. 10 発行



4月 新入学・入園も就職の方、おめでとうございます。新しい環境での生活にわくわくしていることと思います。しかし、今のライフスタイルが、がらりと変わって むし歯のリスクが高くなるとも言われています。そこで、年令別に 気を付けていたいただきたい事のアドバイスを、お届けします。かわむら歯科からのお祝い(?)です。また、4月29日には、春・秋の恒例行事であります山登りも実施します。初めての方のご参加大歓迎です。



幼稚園・保育園 入園の方へ

入園後 ほどよく 歯科検診があります。泣かずに お口あーんができるかな？
3才児で むし歯のある お子さんは、近年とても少なくなりました。もし むし歯が 見つけた方は、早目の治療と同時に おやつや 甘い飲み物の与え方も改善してみましょ。定期的なフッ素も必要です。

小学校入学の方へ

入学までは 毎日仕上げみがきをしていてのに、1年生に なったからと 止めてしまう方も多々です。できれば 小学校高学年まで しっかり みがけているか チェックしてあげて下さい。おやつも自分で買ったり お友達の家で 食べたりするので むし歯が急に できることも。

中・高校生の方へ

部活や試合での水分補給として、スポーツ飲料を飲んだり、学校帰りなどに 炭酸飲料を購入したりがあると思っすか？
歯にとっては 良くないことです。また、夜に 勉強して 眠く なると 歯みがきを せずに 寝てしまうことも キケンです。夕食が済んだら まず一度 歯みがきしてから 勉強に取りかかると 気分もスッキリしますよ。



進学・就職などで一人暮らしを始めた方へ

今まで 親の目が あった所から、一人暮らしになると 全て自分の責任となります。自分の健康を守るのは 自分自身です。むし歯と歯周病を 予防するために、毎日のセルフケアに加え、歯科医院での定期検診を 続けましょ。

かわむら歯科 春の遠足のおさそい

4月29日(日) 山口市の東鳳凰山に 登ります。詳しい案内を 受付に 用意していますので お問い合わせ下さい。

