



# ピカピカ通信

Vol.13

発行元：〒671-1611 たつの市揖保川町新在家 207-15  
TEL 0791-72-7222



皆さまの笑顔とお口の健康の生涯サポートに向けて、いなだ歯科クリニックの情報・ニュースを発信いたします。



皆さま、こんにちは!! いかがお過ごしでしょうか?  
今回はピカピカ通信の第13版をお届けいたします。  
今回は歯科健診、小児のむし歯予防のシーラント、  
そして食育についてまとめました。  
ご不明な点がございましたら、スタッフにお尋ねください。

news

## いなだ歯科活動記録

### 歯科健診

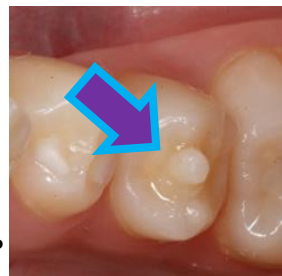
いなだ歯科クリニックでは、保育園や幼稚園、学校などで歯科健診を実施しています。  
今年は、5月21.22日にまあや学園へ、5月30日に半田幼稚園へ歯科健診に行ってきました。  
泣いてしまう子もいませんでした。みんな頑張ってくれました!!



歯科健診を実施し、気になった中心結節(ちゅうしんけっせつ)について少し。。。☞

**中心結節**: 歯の噛む面に出来る歯の突起のこと。

主に小臼歯に出来ることが多い。  
この突起が折れると歯に痛みを感じたり、  
神経の治療が必要になります。  
これを防ぐために中心結節にプラスチックで保護します。  
中心結節がある方は歯医者さんに一度見てもらいましょう。



歯科健診について何か気になることがあればお気軽にスタッフに聞いてくださいね!

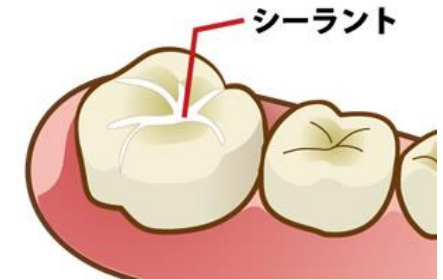
子ども  
むし歯  
ゼロ

## お口と歯のワンポイントアドバイス

### むし歯予防処置 シーラント

Q. シーラントってなに?

→ 歯の噛む面の溝に樹脂をつめて、  
むし歯予防する方法です。



Q. いつ?どこにするの?

→ 最初は6歳臼歯が生えた頃。  
その後は生え変わり時期に合わせて行います。  
基本的には永久歯ですが、溝が深い場合は乳歯でも行います。

### 注意

むし歯予防には効果的ですが、シーラントをしているからといって、  
むし歯にならないとは限らないので、日頃の歯みがきと定期的な  
健診をおすすめいたします。

### 食育って?

最近 家族で別々のものを食べている「個食」、一人で食事する「孤食」、食べる量  
が少ない「小食」、パン・パスタなど粉などを使った「粉食」が問題視されています。  
家族で食事をする回数は30年前では700~800回ぐらいあったそうですが、現在は  
300回以下になっています。お子さんとのコミュニケーションをとる機会が減って  
いるだけでなく、コンビニで簡単に食事がとれてしまうのでお子さんの体を作るた  
めに必要な栄養素が不足してしまっていることが多いのです。  
いま一度、まずは栄養面からお子さんの健康、健口のことを考えていきましょう!

- ま...まめ→カルシウム、たんぱく質
- ご...ごま→カルシウム
- わ...わかめ→マグネシウム
- や...やさい→ビタミンC、緑黄色野菜はビタミンA
- さ...さかな→ビタミンD
- し...しいたけ→ビタミンD
- い...いも類→ビタミンC

