



## 子育て知恵袋 ～人生100年時代！

健康な歯は親から子への最高のプレゼント～ R4.9月

### ～大切な乳歯の役割～

一生の中で乳歯を使う時間は約10年で、人生100年とすると、たった1/10です。しかし、この10年に乳歯はたくさんの大切な役割を果たします。

★よくかめると、運動能力が発達して、いきいきと元気な子どもに育ちます。

★よくかめると、あごが正常に発達し、きれいな歯並びをつくれます。

★きれいな歯ならびは、正しい発音を育てます。

★健康な乳歯の下で、健康な永久歯が育ちます。



虫歯のある子にもない子にも大切な

### 3つのポイント

①時間を決めて、ダラダラたべないようにしましょう

②食べたら歯磨きをする習慣を身につけましょう

③家族のかかりつけ歯科医院を見つけましょう



次回は12月頃配布予定です!!

湯ったりゆがわら健幸プラン「乳幼児期 子どもの健康ワンポイント講座」  
問い合わせ/保健センター 63-2111(内線367)