

# すまいる 4号



## お子様の歯並びチェック!!

皆さまこんにちは!!  
11月の間にか季節はすっかり秋模様になってきましたね。スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋... 秋の旬の食べ物といえば、栗や柿を食べてくださいね!! 食べるものもいろいろですが、歯磨きも忘れないでくださいね。

### 生え変わりの時期に大切なお口のケアは?

① こまめに歯磨きをしましょう!!  
生え変わりの時期は歯の高さがバラバラになり、磨き残しが増えます。特に生え始めの歯は他の歯よりも低い位置にあるため、歯ブラシが届きにくく汚れが取りきれず虫歯になる危険性があるので、生え始めの歯は丁寧に磨くように歯茎を見ながら歯ブラシを当ててみましょう。

② 歯茎の炎症を予防しましょう!!  
歯が生えてくる時は、歯茎が炎症を起こしやすくなります。歯茎の下から少しづつ歯の豆莢が出てくる時に、汚れがたまり、歯茎に炎症が起りやすい環境となります。炎症している歯茎は歯ブラシがあたると痛みがでたり出血したりしますので、さらに磨きにくくなり虫歯の原因になったり、炎症が悪化することもあります。こまめにうがいをして、歯磨きをしてお口の中を清潔に保ち、歯茎に炎症が起きないように気を付けましょう!

### 噛むことの大切さ

お口の中を育てるためには、硬いものを食べるというよりは... 『あんど』『にちゃがら』『ネーネー』が重要です!!



舌と歯・歯茎の間に正しい噛み方が大切です!!

- 『あんど』前歯での咬むの効果が...
- ★ 口量を覚える感覚を習得
  - ★ 口輪筋を鍛える
  - ★ 口蓋閉鎖への準備
  - ★ 歯を使った噛む感覚を習得

- あなたのお子様は、このような歯並び・咬み合わせになっていませんか??
- 受け口** ... 下の前歯が上の歯よりも前に出ている状態です。上手に噛めず、発音がしづらくなり、歯並びが悪くなります。
  - 出っ歯** ... 上の前歯や上あごが前に突き出ている状態です。歯のみが前に出ている場合と、上あご全体が前に出ている場合があります。
  - 開咬** ... 上下の前歯が噛み合っていない状態です。口を開けていても前歯が正しく重なりません。空気が漏れやすく発音がしづらくなります。6ヶ月頃の口呼吸や指しゃぶりが原因とされています。
  - そう生** ... 前歯が互いに遠くにガタガタに並んでいる状態です。いわゆる「歯の並びが悪い状態」をいいます。これは、あごの骨の大きさと歯の大きさのバランスが取れないことにより起こることが多いです。



毎日の虫歯予防に!!  
やさしい味と少ない泡でしっかり磨けます。少量のお水ですすぐためのフラスコをお口の中に残します。

おすすめ ①