



ネウボラって？

フィンランド語で「相談する場所」が日本語に近い意味。フィンランドでは、「ネウボラ」として、かかりつけの担当者や専門職が、妊娠期から就学期まで切れ目なくサポートしています。



仙北市ホームページはコチラ！

妊娠

出産

乳幼児期

【電話相談／仙北市保健課】

《固定電話》 ☎ 55-1112

《携帯電話》 📞 080-2813-0835

子どもむし歯予防は

妊娠中からはじまります

赤ちゃんの歯はいつからできるの？

乳歯のもととなる歯胚（歯の芽）は妊娠7週頃から作られ、永久歯も妊娠4か月頃にでき始めます。お母さんが食べたものが赤ちゃんの丈夫な歯をつくりまします。

歯を固くするカルシウムやたんぱく質、歯の土台をつくるビタミン類をバランスよくとりましよう。

妊娠中の歯の健康

妊娠中は女性ホルモンの変化により、お口の環境も変化しやすくなります。つわりで十分なブラッシングができないことも多く、歯周病のリスクも高まります。妊婦さんが歯周病になると、お腹の赤ちゃんが小さく生まれたり、早産になるリスクが高まります。また、食事や間食回数の増

加によりむし歯のリスクも高まります。

安定期に入り、つわりがおさまったら歯科医院で妊婦歯科検診を受け、早めの治療をしましよう。

子どものむし歯予防は家族全員で

おやつやジュースのだから食いは、むし歯をつくる原因になります。家族全員で時間や量を決めて食べるようにしましよう。

また、おはしやスプーンなどの共有は唾液を介して大人のむし歯菌を赤ちゃんに移すこととなります。赤ちゃん用のものを準備しましよう。

大人も口頃から定期的な歯科受診をし、むし歯予防をすることが大切です。家族全員で食後の歯みがき習慣を身につけて、子どもの健康な歯を守りましよう。