



10月30日(土)、健康管理センターを会場に、平成21年10月〜平成22年9月までの3歳児健診でむし歯の無かったお子さんを対象とし、「子ども歯ツピーフェア」を開催しました。秋田県歯科医師会の歯科衛生士や保健課の栄養士による、虫歯予防についてのお話を聞き、表彰式、記念撮影を行いました。

参加者から、「虫歯予防のために頑張ったこと」を出していただきました。お子さんの写真とともに紹介します。皆さんの参考にしてみてください。(敬称略)

子ども
歯ツピー
フェア





今回参加できませんでしたが、むし歯の無かったお子さんです

いしきた あや
石木田 彩
おおさわ ようすけ
大澤 遥佑
かとう さな
加藤 紗菜
くさなぎ れん
草薨 蓮
こばやし そうた
小林 奏太
さいとう かんた
齋藤 寛太

ささき あつや
佐々木 惇矢
ささき きらり
佐々木 煌梨
ささき りく
佐々木 陸
さとう しお
佐藤 志音
しみず みゆ
清水 美優
すずき みさき
鈴木 岬

たかはし れん
高橋 蓮
たぐち ゆうか
田口 優華
たなか ゆい
田中 結衣
てらした きょういち
寺下 響一
とむら あおい
戸村 碧
なかにし りく
中西 璃空

ながやま こころ
永山 心媛
にった かな
新田 葉菜
ふじさわ まゆ
藤澤 真優
みうら ゆうと
三浦 佑斗
むとう よしき
武藤 佳輝
やまぐち さき
山口 紗季

よしだ さんご
吉田 三護
わたなべ れな
渡部 晴奈





虫歯予防のために

頑張ったこと

歯みがきについて

- ★ 両親だけでなく、おじいちゃん
おばあちゃんなど家族みんなで
虫歯に気をつけた
- ★ 毎日歯みがき（仕上げみがき）を
頑張った
- ★ 毎食後・おやつを食べた後は仕
上げみがきをした、寝る前の仕
上げみがきを頑張った
- ★ お父さんが仕上げみがきを頑
張ってくれた、おじいちゃんおば
あちゃん達にも協力してもらっ
て仕上げみがきを頑張った
- ★ 歯みがきが嫌いで泣いても、毎
日歯みがきを頑張った
- ★ 歯みがきができないときはうが
いをさせた、お茶を最後に飲ん
だ
- ★ 歯ブラシに合わせてフロスも
使って、歯間磨きもした



お菓子など甘いものについて

★ 甘いもの（お菓子、ジュース、あめ、チョコレートなど）を食べさせないようにした

★ 甘いものでなく、麦茶や水で水分をとった

★ ジュースを飲んだ後やお菓子を食べた後は、必ず水やお茶を飲んだ

★ ジュースは買い置きしないようにした

★ 大好きなジュースを我慢してお茶を飲むようにした

その他の工夫について

★ フッ素を使った（フッ素塗布、フッ素入り歯磨き粉、スプレー、うがいなど）

★ 歯科の定期健診を受けている

★ あめに変えて、キシリトール入りのガムをあげるようにした

★ 染め出しをして磨き残しのチェックをした

★ 大人が使った箸を使わない