

予防接種

子どもの発育と共に外出の機会が多くなり、感染症にかかる可能性も高くなります。予防接種に対する正しい理解のもとで、定期予防接種を受けましょう。予診票は、赤ちゃん訪問のときに配布しています。

接種し忘れないために、下記の内容をチェックしてみましょう。

【1歳になるまでに受けるもの】

小児用肺炎球菌	<input type="checkbox"/> 1回目	<input type="checkbox"/> 2回目	<input type="checkbox"/> 3回目
五種混合	<input type="checkbox"/> 1回目	<input type="checkbox"/> 2回目	<input type="checkbox"/> 3回目
B型肝炎	<input type="checkbox"/> 1回目	<input type="checkbox"/> 2回目	<input type="checkbox"/> 3回目
BCG	<input type="checkbox"/> 1回目		
ロタ	<input type="checkbox"/> 1回目	<input type="checkbox"/> 2回目	<input type="checkbox"/> 3回目※

※ロタの接種回数はワクチンの種類によって異なります

【1歳になってから受けるもの】

小児用肺炎球菌(追加)
五種混合(追加)
麻しん風しん混合(1期)
水痘(1回目・2回目)
日本脳炎の標準的な接種期間は3歳以上です。

～10 か月になったら「10 か月児健診」を受けましょう～



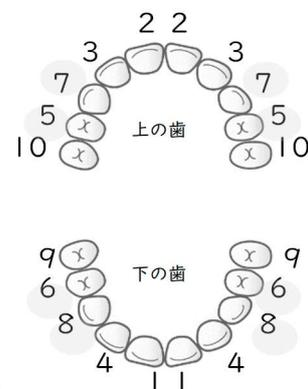
お口と歯



1. 乳歯がはえる時期と順序

生え始めは6か月ごろ。個人差があります。生える順番は右図のとおりですが、最初に6と8や5と7など歯が生え順番がかわることがあります。

【乳歯が生える順番】



2. むし歯菌は唾液によってうつるもの

むし歯菌は人の唾液によってうつるもので、乳歯が生える時期から3歳頃にかけて増えるといわれています。

赤ちゃんに関わる方のお口の中の衛生にも気を配りましょう。

3. 歯みがき

(1)「口指遊び」をしましょう♪

大人の指先は乳頭の形に似ており、赤ちゃんが嫌がりにくいので、時々口の中を指で触ってみましょう。親自身が口の中に指を入れること、赤ちゃん自身が口触られることに慣れておきましょう。



① 頬をちんちん



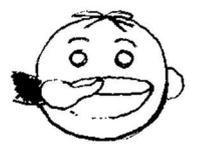
② 口唇をなぞなぞ



③ 口角から指を口の中に入れてみる



④ 下の歯肉をなぞなぞ



⑤ 上の歯肉をなぞなぞ

方法 ※親の手はきれいに洗い、爪を切っておきましょう
子どもの後ろに大人がくるようにする。おとなの膝に子どもの頭がくるように寝かせてからはじめましょう。

(2)食後に歯ブラシをもつ習慣をつけましょう

食後（1日数回）、歯ブラシを短めに持たせてみましょう。

※のどをつかないように必ず大人が見ること



(3)大人が磨いてあげましょう(仕上げみがき)

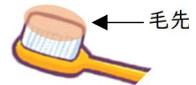
毎食後、歯磨きをして習慣づけましょう。最低でも1日1回は、おとなが歯みがきをしてあげ、口の中に変化（初期むし歯=白くなったところ、はれた歯肉など）がないか観察しましょう。

準備

- ①コップにお白湯などを入れる。
- ②ぬらした歯ブラシとスプーンを用意。
(歯ブラシは子どもが使う用と、仕上げ磨き用の2種類2本以上用意)
- ③子どもの両手におもちゃなどを持たせておく。
(おとなが持っているものを欲しがるので)

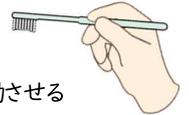
方法

- おとなの膝に子どもの頭がくるように寝かせる。
- ・歯ブラシの毛先がたおれないように力を入れすぎない。
 - ・大人の人差し指で唇をおしのけ歯肉を押さえるようにするとやりやすい。
 - ・唇を指でつまんだり、歯肉に爪をたてないこと。



歯ブラシの持ち方・動かし方

- ◆鉛筆を持つように軽い力で持つ
- ◆指を動かす程度で小刻みに振動させる



磨いた後

うがいができないのでスプーンでお白湯などを飲ませる。コップが使える場合はコップで飲ませる。

・ほめたり、はげましたり、抱っこしたり、遊びながら心のケアを忘れずに。

(体を押さえつけて磨いてしまうこともありますので・・・) ※うがいは2歳ごろからできるようになります。

(4)フッ化物を使って歯の健康を守ろう

健康な歯を守るため、歯みがきや食事やおやつのとりに方に気を配るとともに、フッ化物を利用しましょう。

フッ化物の効果

- ①歯の質を強くする
 - ②むし歯菌の活動を抑える
 - ③初期のむし歯を治す等
- ※コーティング剤ではありません



いつ使う？

- ◎フッ化物入り歯みがき剤は、うがいができるようになったら使用しましょう。※大人にも効果あり
- ◎フッ化物洗口は家庭や集団の場でできます。
- ◎フッ化物塗布は歯科医院でできます。



磐田市では幼児健診や教室の中で実施しています

実施事業 1歳6か月児健診・2歳2か月児フッ素塗布・2歳8か月児フッ素塗布・3歳児健診
対象者 各健診、教室の対象者

*塗布後30分間は飲食できません。塗布前に、水分補給しておくことをお勧めします。