

行事	場所	月日曜	時間	内容
個別栄養相談	保健センター	8月10日(火)	13:00~16:00 (予約制) ※1週間前まで	管理栄養士による糖尿病・高血圧・痛風・腎臓病・肝臓病・高脂血症・肥満などの食事指導と相談
		8月25日(水)		
		9月14日(火)		
健康相談	保健センター	随時(月)~(金)	8:30~17:00	○血圧測定 ※ 自動血圧計もあります。
	松前老人憩の家	8月3日(火)	10:00~11:00	○血圧測定
		9月7日(火)		
地域リハビリ教室 “ぬくもり”	東公民館	9月10日(金)	13:30~15:30 (申込制)	健康チェック、健康体操、趣味活動、ミニ健康講座、茶話会など
健診後の相談 ~食生活と健康~	北公民館	9月1日(水)	10:00~11:30 13:30~15:00	○健康相談 (健診結果の説明と生活指導) ○食生活相談(栄養士による) ○血圧測定・検尿(再検査) ○体脂肪測定 ○味噌汁などの塩分濃度測定 (他の汁物でも可・よくかき混ぜて具なしでご持参ください。) ○ストレッチ体操
	西公民館	9月3日(金)	10:00~11:30	
	北黒田公民館	9月8日(水)		
デイケア (精神障害者社会復帰 \ 帰促進対策事業)	保健センター	8月6日(金)	13:30~15:30 (申込制)	医師による学習会 ※ 参加希望の方は保健センターまでご連絡ください。
献血	松前町役場	8月18日(水)	9:30~11:30	献血は尊い♥の贈り物 お近くの場所に お出かけください。 愛媛県では7/1~8/31まで「愛の血液助け合い運動」を実施しています。夏場は献血する方が少なくなります。みなさんの献血へのご協力をお願いします。
	老人保健施設菜の花		13:00~14:30	
	総合福祉施設エンゼル		15:30~17:00	
	※ 場所・時間に変更することがあります。			

小児虫歯は母親からの感染症

さたけ歯科 佐竹政志

「この子は歯磨きをしないから虫歯になったんです。先生よろしく願います。」
よくあるお母さんの会話です。診察する前に大体どんな状態か想像が付き、聞くたびにかわいそうに思います。
虫歯は細菌感染症です。その細菌はどこから来たのでしょうか。実は親から、特に母親からの感染が明らかにあります。かわいい我が子を苦しめる虫歯の原因がまさか自分の細菌だと知っていれば、この様な会話は出ないでしょう。このミュータンス菌が糖分を栄養として増えて、この時生じる酸が歯を溶かすのです。この菌は定着すると除去するのが難しく、虫歯になる大きな原因を子どものころから抱える事になるため、虫歯になりやすい環境を作ってしまうのです。生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、まだ虫歯菌はいません。唾液を介してこの母子感染が起こるのです。例えば、熱い物を口でフーフーと冷やして食べさせ

たり、硬い物を噛み砕いてから与えるなどの行為、スプーンの共用などです。といってもこれらの行為を止めることは、子育てを行ううえで不可能であり、母子感染そのものを防ぐことは難しいのです。

有効な母子感染予防は妊娠中から、お母さん自身の口の唾液検査でミュータンス菌のレベルをチェックし、キシリトール、フッ素の使用などで菌量を減少させます。出産後は、母親や近親者が乳幼児に、口移しで食事を与えないこと。生後19ヶ月~31ヶ月の間、歯の崩出にともない乳幼児のブラッシングを指導する。これでミュータンス菌の口腔内への定着を阻止することになります。

乳歯の虫歯は、警告と考え、虫歯になりやすい環境(食事、間食、歯磨きなど)を改善する機会です。丈夫な永久歯を作り上げるためにも乳歯期の歯の管理は重要です。