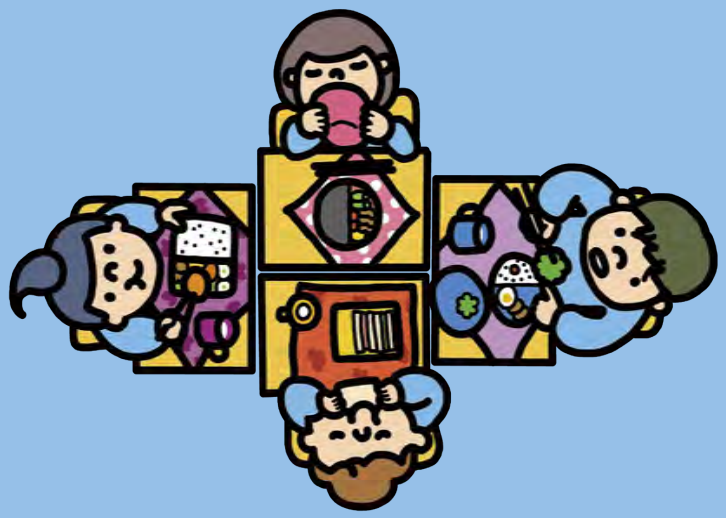
# 子どものお口どう育つの？



～ 口腔機能の発達がわかる本 ～

監修・解説／田村文誉　　解説／木本茂成　弘中祥司

絵／鈴木あつよ

幼児期編

幼稚園のころ

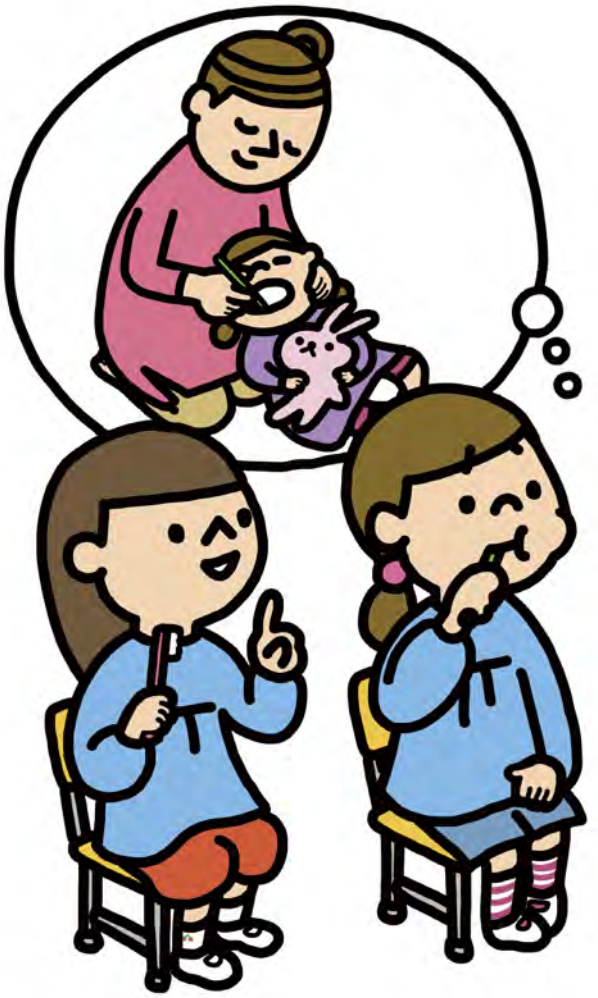
医歯薬出版株式会社

―― きょうは　ようちえんで　なにをするの？

きっと、おともだちと　いろいろあそべるし、

ほんも　よんで、おひるには　おべんとうを　たべるんだよ。

―― それはそれは、とっても　たのしみだね。



―― わたし　ひとりで

はみがきできるようになったよ

―― わたしは　おかあさんに　さいごは

みがいてもらっているな…

―― おべんとうも　ちゃんと　たべているし、

きっと　おおきくなって　くれるわね！

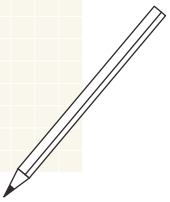
# 幼児期の歯の発育と歯並びで歯科医院に相談できること

乳歯の健康な歯並びとかみあわせを作るためには、むし歯を予防することが最も大切です。まずかかりつけの歯科医院を決めて、定期的に健診と虫歯予防の処置を受けることが理想的です。もし、お子さんの歯の色が変わってみえたり、穴があくなど形が変わっていたり、少しでも痛がったりするような様子があれば、迷わず歯科医院での診察を受けるようにしてください。もし、3歳児の歯科健診で歯並びの問題を指摘された場合には、その状態が母子健康手帳に記載してありますので、歯科医院でかみあわせについて相談を受けましょう。受け口（下あごが上あごより前に出ているかみかた）や、下あごが上あごより左右のどちらかにずれてかんでいる場合には、状態によっては早期の治療が必要になることがあります。その際には、指しゃぶりなどの口の周りの癖もかみあわせの異常の原因になりますので、3歳以降であれば止めるような指導を受けることができます。

また、むし歯が進行して乳歯を早く抜いた場合には、永久歯が生えてくるまでの間に乳歯の生えていた幅を保つために、人工の乳歯のついた入れ歯などの装置が必要になることがあります。乳歯が抜けたままの状態を放置すると永久歯の歯並びの異常を招くことも珍しくありません。乳歯は永久歯が生えてくるまでの空間と時間を保つための重要な役割も果たしているのです。

## 幼児期の歯と歯並びで歯科医院に相談できること

- □ むし歯の予防のためには、定期的に歯科医院に通うことが必要です。
  お子さんの口のなかについて気になることがあれば、歯科医院に相談してみましょう。
- □ かみあわせが整ってくる時期ではありますが、
  ズレてかむ癖がある場合などは治療する必要も出てきます。
- □ もし、むし歯が進行して乳歯を抜かなくてはならない場合、
  永久歯が生えてくるまでのスペースを確保する人工の乳歯などもあります。



# 幼児期の
# 食べることの発達と発育

3歳ごろになると一般的には乳歯（子どもの歯）はすべて生えそろい、成長とともに咀嚼（そしゃく）力（噛む力）も強くなります。手の機能も上達して、箸を使えるようになっていきますが、まだ正しい握りかたができない場合も多くみられます。食べこぼすことも減りますが、食事に集中していなかったり、捉えるのが難しい食べものだったりすると、こぼしてしまうこともまだまだあります。自分で食べられるようになっている時期ですが、家では甘えて食べさせてもらいたがることもあるかもしれません。

それまでみられていた、お母さんやお父さんなど保護者への拒否（いやいや）は減ってきます。保育園や幼稚園など、集団活動が増えるので、友達関係が作られることで、食事の場面でも、みんなと一緒に協力する、楽しく食事をする、といったことが増えていきます。

## 幼児期の食べることチェックポイント

- ☐ 3歳ごろで乳歯が生えそろい、かむ力も出てきます。
  また、食具も使えるようになってきますが、
  箸などはまだ正しく使いこなせない場合があります。
- ☐ 捉えるのが難しい食べものの場合、まだまだこぼしてしまう場合もあります。
- ☐ この時期には保育園や幼稚園での集団活動の機会が増えます。