

赤ちゃんの歯を守ろう

4 か月児赤ちゃん広場用

(4 か月～10 か月頃)

赤ちゃんの口の中に、初めての歯が生える時期は、かなり個人差があります。生後7～8か月頃に下の前歯から生えてくることが多いですが、1歳のお誕生日頃に生えてくることもあります。



いつ歯は生えてくるの？

歯が生える時期

めやす 時期は個人差があります。

下の前歯：生後7～8か月頃

上の前歯：生後9～10か月頃

よくある相談

Q. 歯がななめに生えてきました。歯並びが心配です。

A. 歯の生え始めの頃は、少しななめに生えてくることがあります。歯は、唇や舌で押されて自然に並んでいくものなので問題ない場合がほとんどですが、心配な場合は1歳6か月児歯科健診(※)で歯科医師に相談してみましょう。

※八千代市では1歳10～11か月頃に実施。個別通知あり

その他よくある相談については

やっちの歯っぴいスマイルページで検索



お手入れはどうしたらいい？

(1) 歯が生えていない頃は…

口の中を触られることに慣れさせるためスキンシップの一環として、口のまわりを触ったり清潔な指で歯ぐきをなでたりして、歯みがきの準備をしましょう。

(2) 前歯が生えてきたら…

歯みがきのスタートに備えて、ぬらしたガーゼで歯を拭きます。唇を軽く押さえるとよいでしょう。離乳食後には、お茶や湯ざましなどを飲ませて、口の中をきれいにしましょう。

むし歯菌はどこから？

むし歯菌は、歯が生え始めてから、生えそろう3歳頃までに、身近な人からうつり、子どもの口にすみつくこともあります。周囲の大人はむし歯を治す、歯みがきを丁寧にうなど心がけましょう。また、むし歯菌の定着には砂糖が関係しています。3歳頃までは甘い飲み物やお菓子を遠ざけましょう。



(3) いつから歯みがきを始めたらいい？

歯ブラシを使って
歯みがきを始めるめやす

◎上の前歯がしっかり生えてきたら
月齢でいうと、1歳のお誕生日ごろ
歯の本数でいうと、4～6本くらい

はじめは、きちんとみがくことよりも歯ブラシになれることが大切です。きげんの良い時を選んでみがいてみましょう。

歯のお手入れに関する相談をお受けしています (担当 歯科衛生士)

電話相談 月～金曜日 8:30～17:00

保健センターでの相談 毎月第4火曜日午後 (予約制) 所要時間約30分

子ども部 母子保健課(八千代市保健センター内) ☎047-482-9533(相談専用)
☎047-486-7250 Fax047-482-9513



子育て世代
包括支援センター



赤ちゃんのお股の清潔について



《女の子》

肛門についた菌などが尿道に入らないように、おむつ替えで拭くときや洗うときは、前から後ろへ。お風呂では、お股(外陰部)や太もものつけ根、お尻周りは、泡立てた石鹸で洗い、石鹸成分が残らないようによく流します。ひだ(大陰唇)の内側は、デリケートな粘膜なので、軽く広げてやさしくお湯で流します。女の子の性器の粘膜には分泌物を出すことによる「自浄作用」があるので、石鹸でゴシゴシ洗う必要はありません。

女の子は尿道が短いため細菌が侵入しやすく膀胱炎などの尿路感染症を起こしやすくなります。大きくなったら、子ども自身にもお尻の拭き方などを伝えていきましょう。

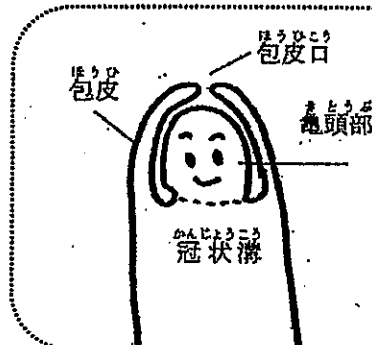
《男の子》

女の子はお母さんと「同性」なので、なんとなく分かるけれど、男の子はよく分からないという声をよく聞きます。男の子のおちんちんのケアはどうしたらよいでしょう。

「おちんちん」って
どうなっているの？



どうやって洗えば
良いの？



おちんちんの先端を亀頭部、
亀頭部を覆っている皮膚を
包皮と言います。
赤ちゃんはみんな亀頭部が
包皮に覆われています。(包茎)

おちんちんは、表面だけではなく包皮の中にも垢がたまりませんが、これは皮膚表面の新陳代謝によってできたもので、通常は、細菌は含まれていません。

洗いは、泡立てた石鹸で、おちんちん、陰のう、お尻周りを洗います。しわになっている部分や陰のうの裏側などは汚れがたまりやすいので、しわを伸ばしたり持ち上げたりして洗い残しがないようにします。石鹸成分が残らないようによく流します。

包皮の中を洗う場合は、おちんちんの真ん中くらいに指をかけ、包皮を優しく下にずらします。包皮が伸びたところで、石鹸は使わずにきれいなお湯をかけて流します。流した後は必ず包皮をもとに戻します。下げたままにすると、狭い皮膚で締めつけられて、亀頭がひどく腫れることがあるので注意してください。

<こどもの包茎>

出典：日本小児外科学会ホームページ 小児外科で治療する病気 包茎

包皮口が狭いために、おちんちんの先(亀頭)を出せないものを真性包茎といい、新生児ではほぼ100%、1歳までの乳児では約80%、1歳から5歳の幼児では約60%、小学生では約30%でみられ、思春期以降ではさらに少なくなります。一般的に、こどもの包茎はほとんどが治療を必要としないと言われていますが、気になる場合や次に挙げるようなことを繰り返す場合には医師に相談してみましょう。

- ・亀頭包皮炎症：包皮や全体に赤味や腫れがあり、触らなくても痛かったり、おしっこのときに痛みを感じたりします。
- ・排尿障害：おしっこをする時に、包皮におしっこがたまってしまうふくらんだり、おしっこが細くしか出なくなることがあります。
- ・尿路感染：新生児や乳児では尿路感染の原因になるとされていますが、わが国では非常に少ないのが現状です。