

そよかぜだより

2017 2月号

そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



一月(如月)

早いもので、新年を迎えてから一か月が経ちましたね。まだまだ厳しい寒さが続き、インフルエンザや風邪で体調を崩しやすいので、体調管理にはお気を付けください。

インフルエンザが流行している中、その中でも花粉が飛び始め、花粉症の方にはさらさら季節がやってきました。

花粉症の症状としてくしゃみ・鼻水・鼻詰まり・目のかゆみなどがあげられます。アレルギー対策薬の抗ヒスタミン薬を服用しては、鼻詰まりの解消はあってもお口で呼吸を行ったため、お口が乾燥しやすくなり、お口の歯肉や歯周病が悪化しやすい状態になります。JMSDUNが、歯磨きを心がけてください。

3月の休診のお知らせ

院長が中国広州で行われるデンタルショーでの講演のため

3月1日 医院休診

3月2日 医院休診

3月3日 伊藤先生のみ診療

となりますので、よろしくお願い申し上げます。



学童期の精神発育

今回は、学童期において各臓器により、その発達度が異なることをスキャモンとハリスらの表を用いて説明しました。その体の成長のほか今回は精神発育についてお伝えしたいと思います。

学童期は、人格の基礎が形成される第一次成長が現われ身体的変化とともに親から精神的に離れ自立し、自己を確立していく思春期の間に位置し、一般的には、情動的に安定し、外部の世界への関心や好奇心を高める時代とされています。

学童期の子供にとって大きな影響力をもつ環境として家庭環境(親子の関係を含む)が挙げられます。特に学童前期の子供は現実の生活面や精神的な面で親の助けを必要としています。親の生活習慣や生活技術は、(子どもにとってのお手本となり、価値観や規範意識などが子供に与える影響は、低学年ほど大きいと言われています。そして、親と子供の関係が良好であるほど、子供は親をモデルとして自分の中に取り入れていくと考えられます。健康への考え方もこの時期の親の考え方が子供に取り入れられると考えられます。例えば、「外出後の家での手洗い、うがいをする」「毎口、食後に歯磨きをする」「毎口、同じペースで早寝、早起きをする」などがこれにあたります。

このように子供たちの心を健やかに育てるために、大人がなすべき事柄は非常に多いことが分かります。特に子供たちが安全に、安心して暮らせることができるような治安の保障、子供たちがのびのびと遊ぶことのできる環境の整備、確保などの外的な環境の整備もそのひとつに挙げられます。さらには整った教育環境、そしてなにより大切な家庭環境が子供には必要とされます。

参考文献 母子保健情報 第54号 「学童期における心の発育と健康」・日本子ども家庭総合研究所 安藤朗子



ひな祭り

来月はひな祭りですね。雛人形を飾る方もいらっしゃると思います。

雛人形は子供の身代わりとなり、事故や病気から守ってくれ、子供の健やかで幸せな成長を祝うために飾るとされています。そして、節句が終わったらすぐに片づけた方が良いとされ、早くしまわなければ縁起が悪いと言われています。

また「雛人形の片付けが遅れるとお嫁に行くのが遅くなる」という話は、いつまでも雛人形を飾っておくと梅雨も近づき、カビの心配もあることから「片付けも満足にできないようではきちんとした女性になれない、良いお嫁さんになれない」という戒めのためとも言われています。

院長より

冬到来、今年は関東地方では、一月九日を最後に約一か月の間、ほとんど雨のない状態が続きました。そうなる低湿乾燥状態に陥り、インフルエンザが蔓延しております。今年は早い時期にインフルエンザの流行のピークが早かったのもう一度ピークが来るとも言われています。2度目のピークはインフルエンザワクチンの効能が切れたあたりとも予想されています。十分に注意してください。

その反面、美味しい食べ物が多い季節です。この時期にしか食べないものも沢山あります。この時期しかできないスポーツもあります。このように健康に留意しながら季節を楽しむことが重要と考えます。

また、この季節は寒いので、家に引きこもり気味の方も少なくないと思います。程よい運動により、身体の代謝を高めましょう。