

第2次白鷹町健康増進計画 「元気ニコニコしらたか21」

vol.5

今回は「元気いっぱい子どもの健康づくり」についての内容をお知らせします。

1. からだの健康づくり

○現状と課題

低出生体重児の増加

出生数に対する低出生体重児の割合は、全国的に増加傾向にあり、町では全国での割合と同様に1割程度の低出生体重児の子が生まれています。

*低出生体重児…出生体重2500g未満の子ども



妊娠前のやせ、妊娠中の体重増加不良、喫煙や飲酒の習慣、妊娠期の異常（早産や妊娠高血圧症候群）、若年・高齢出産などが影響するといわれ、また低出生体重児であると、将来、生活習慣病になりやすいことがわかっています。

妊娠前から正しい知識のもとに健康的な生活をするのが大切です。



子どもの虫歯

確実に減少傾向にありますが、全国と比較するとむし歯が多く、また個人差がとても大きい状況です。

小学5年生とその保護者へのアンケートから、正しい歯みがきのしかたを知っている子どもは5割、保護者は4割程度と低いことがわかりました。



乳歯のむし歯は永久歯に悪影響を与えるなど、子どもの頃の歯の健康は、生涯を通じた歯の健康づくりに影響します。

特に乳幼児期は、歯みがきやおやつのよい習慣を身につけることが大切で、また、毎日保護者が仕上げ磨きをする習慣や保護者自らの歯の健康づくりに努めることも必要です。

○目標と施策

*低出生体重児の減少と低出生体重児への支援

特に胎児や子どもに悪影響のある妊婦等の喫煙習慣対策として、妊娠前から正しい情報をお伝えし、低出生体重児の母親を含めた子育て支援を充実させます。

*むし歯の予防

子どもが正しい歯みがきの仕方やおやつを身につけ、保護者が仕上げみがきをする習慣や自らの歯の健康づくりに取り組むよう働きかけます。

○実践しよう

*おいしく1日3食、バランスのよい食事をとりましょう

*歯みがきの習慣を身につけましょう



詳細は町のホームページをご覧ください。

■問い合わせ 健康福祉課健康推進係 ☎86-0210