



# 6月すくすくだより



山田町地域子育て支援センター  
(織笠保育園内)  
0193-82-6099

## すくすく広場

**6月 8日(水) 中央コミュニティーセンター和室**

**時間: 10:00~11:45**

★ふれあいあそび: 親子かえるでジャンプ!ジャンプ!

★手作りおもちゃ: かえるのでんでん太鼓

**6月18日(土) 中央コミュニティーセンター和室**

**時間: 10:00~11:30**

★今年度☆初☆の土曜日すくすくひろば。

★育児講座『パパ・ママ あそぼ』※予約制

親子で手遊び・遊ぶうた・ダンスで子育てのヒントがいっぱい。

講師: プランニング開・アトリエ自遊楽 あきらちゃん&コロケくん

**6月29日(水) 中央コミュニティーセンター和室・調理室**

**時間: 10:00~13:00**

★親子で楽しくクッキング!!

遊び感覚で食材にふれ、みんなで食事会を楽しみましょう。

★育児講話『幼児食で気をつけたいこと』

講師: 山田町役場 栄養士 小原 美智子さん・山田町食生活改善推進員の皆さん

※食材の発注の為、予約制のイベントになります。



## ☆6月のうたあそび☆

♪いわしのひらきが

①いわしのひらきが

潮吹いて ピュッ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ ホッ

②にしんのひらきが

潮吹いて ピュッ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ ホッ

③さんまのひらきが

潮吹いて ピュッ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ ホッ

④しゃけのひらきが

潮吹いて ピュッ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ ホッ

⑤くじらのひらきが

潮吹いて ピュッ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ

ずんずんちゃちゃ ホッ



## 赤ちゃんランド

**6月15日(水) 中央コミュニティーセンター和室**

**時間: 10:00~11:30**

★マママッサージ ★親子のふれあい遊び ★絵本の読み聞かせ

★ママのストレッチ体操★手作りおもちゃであそぼう★離乳食レシピプレゼント

## 出前ワイワイキッズ

**6月1日(水)・6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)**

**中央コミュニティーセンター南側和室**

**時間: 10:00~11:45**

★ママ達の希望より、利用しやすい中央コミセンでワイワイキッズの出前です。  
ワイワイキッズ同様に親子の遊び場として上記の日程でお待ちしています。



## ☆支援センター利用のおやくそく☆



☆お子さんが遊ばれる際には、目を離さず危険のないようご配慮願います。

☆遊んだおもちゃは、きちんと片付けましょう。

☆病後の利用は回復の様子を見ながらお願いします。

☆オムツ交換の際は、おむつマット(タオル)をご用意ください。

☆水分補給(麦茶・水など)は各自ご用意ください。

それ以外のおやつやジュース、お弁当等はご遠慮ください。

☆戶外遊び(支援センター園庭・コミセン近くの公園)時に帽子をご用意ください。

★支援センターでは、遊具・玩具等は毎日消毒対応しています★

# すくすくほけんだより

6月4日はむし歯予防デー。最初の歯が生え始めて乳歯が生えそろうまでの大切な時期です。この時期に歯を守り、育てる習慣を身につけると、永久歯に生え替わっても、むし歯のトラブルが少なくなります。大人が子どもの歯を守っていきましょう。

## 飲み物にも気をつける

食事と食事の間にも物を食べる【だらだら食べ】はNG!! 食後に歯磨きしても、食間にジュースなどを飲ませると、糖分が口の中にのこってしまう。

むし歯菌は、糖質を取り込んで酸を出す。口の中が酸性に傾いていると歯はどんどん溶けやすくなる。

甘いものによる酸性の状態が強いと...

## 上の歯の方がむし歯に

上の歯は下の歯よりもだ液が回りにくく、むし歯のリスクが高くなる。上の歯の裏側は、磨きづらいので要チェック!

むし歯菌のえさとなる食べかすが、口の中に長時間残っていると、むし歯になりやすくなる。

## 周りの大人も歯磨きを

子どもの口の中のむし歯菌は、周りの大人からもうつる。むし歯菌がいても口の中をきれいにしておけば防げる。大人も歯磨きをして口の中をきれいに保とう。

口の中に汚れがたまっている時間が長いと...

むし歯の4大要因

むし歯菌の量が多いと...

口の中にいるむし歯菌の量が多いほど、むし歯になりやすくなる。

歯の質やだ液の量が弱い・少ないと...

歯やだ液の性質には個人差がある。歯が弱かったり、だ液が少なかったりすると、むし歯のリスクが高くなる。

はみがきを  
たのしく♪

★顔を触ってリラックス★  
話しかけながらほおの辺りをマッサージしてリラックスさせよう。

★怖くない★  
話しかけたり、歌ったりと和やかな雰囲気です。

★痛くしない★  
口角を引っ張ると、子どもが痛みます。ほおの内側に指を入れて優しく押し広げると、奥歯が見えやすくなる。



★上唇と歯茎をつなぐ上唇小帯に歯ブラシが当たらないように指を添えよう。

