

子育て支援センターは
妊娠中から育児中のご家族の
子育てを応援します。



子育てに不安や悩みはありませんか？

「なんでも相談できる場」「子育て仲間と出会える場」「親子であそべる場」

「ママ・パパのリフレッシュの場」としてお気軽にご利用くださいね。

たくさんの親子との出会いを楽しみにしています。

利用案内

【午前の部】 月曜日～金曜日	9:00～12:00 0～就学前の親子
【午後の部】 月曜日・水曜日・金曜日	14:00～16:00 0～2歳児の親子のみ
☆火曜日・木曜日の午後は、サークル支援、育児相談等のため一般の利用はお休みです。 ○園庭開放(保護者同伴)…午前10時～11時 ○相談事業……………午前10時～午後4時 ○休業日…土、日曜日・祝祭日・年末年始・慰霊の日 ※妊婦さんも遊びに来てね。お待ちしております。	

5月の予定

- 1日(木) 開所記念日(こっこーま25周年)
- 9日(金) 絵本の読み聞かせ 午前11:00
- 14日(水) 育児講座 午後2:30
※要申し込み
- 15日(木) ベビーマッサージ 午前10:00
※要申し込み
- 19日(月) マタニティカフェ 午前10:00
(妊婦さん対象)
- 22日(木) 誕生会 午前10:45
- 27日(火) こども園deあそぼう 午前9:30
(あらかわこども園)

子育て支援センター利用の心得

- 同伴するお子さんの安全面への配慮は忘れずにしましょう。
- お子さんが体調不良時や、感染症になった場合は、ご利用を控えて頂きます。(水ぼうそう・とびひ・おたふく風邪・手足口病・感染性胃腸炎・結膜炎・麻疹・インフルエンザ・コロナ感染症など)
- 飲み物、着替え、手拭き、ビニール袋などは、各自持参しましょう。
- 室内での水分補給以外の食事はお控えください。

身体測定しています

いつでも出来ます。希望される方は気軽に担当まで声をかけてくださいね。

おねがい

- *令和7年度の利用者登録をお願いします。継続利用の方も再登録が必要です。
- *来所時には、利用者受付簿に名前の記入をお願いします。
- *行事のご予約は、月初めより受付します。来所してお申し込み下さい。
- *駐車場は、数に限りがあります(6台) 他にご案内できる駐車場はありませんのでご了承ください。

絵本の読み聞かせ

5月9日(金)
午前11:00～11:30
講師: 川平栄子氏
費用: 無料



ベビーマッサージ

5月15日(木) 
午前10:00～10:30
対象: 12ヶ月迄のお子さん
持ち物: バスタオル
講師: 宮地春奈氏
費用: 無料
定員: 10組 **※要申し込み**

誕生会

5月22日(木) 
午前10:45～11:15
*参加する5月生まれのお子さんは15日までにお申し込み下さい。5組まで。
費用: (誕生カード代¥200)



育児講座 小児科医によるお話し会

「ハイハイ ひとり歩き 離乳食について!!」

～ 乳児後期 6ヶ月～12ヶ月～

日時 5月14日(水) 午後2:30～3:30

場所 こっこーま ※要申し込み 8組

講師 小児科医 川満 桐子氏(ぬちぐすい診療所)

出前支援「こども園 de あそぼう!」

こども園ってどんなところかな?

こども園で一緒にあそんでみませんか?

日時 5月27日(火) 9:30～10:45

場所 あらかわこども園(駐車場あり)

持ち物 飲み物 ※現地集合・現地解散

※雨天時は中止です



活動の様子

🇯🇵 サークル活動 🇯🇵
～こいのぼり製作～

🏠 誕生会 🏠



🍰 マタニティカフェ 🍰



🌸 ベビーマッサージ 🌸



マタニティカフェ



おなかの赤ちゃんとお遊びに来ませんか?

日時: 5月19日(月) 10:00～12:00

対象: 妊婦さん(プレママ・経産婦)

🌸 なえばーちゃんと一緒にゆるゆる時間を過ごしましょう♡

🌸 支援センターでは、育児書やベビー用品の無料貸し出し、マタニティーやベビー服のリサイクルコーナーもあります。

🌸 赤ちゃんのお口と歯のケア 🌸

赤ちゃんの歯が生える前からスタートしたいお口のケア。正しい知識で、赤ちゃんの歯を先々の虫歯から守りましょう。

●赤ちゃんなのに歯の心配?

赤ちゃんの歯の心配なんて、まだまだ先の話じゃないの?と思うママやパパもいるかもしれません。でも、大人、子どもにかかわらず、歯の健康は全身の健康につながっています。口内の衛生を保つのは、歯の生え始めたばかりの赤ちゃんにとっても大切なことです。成長して自分でみがくようになって、小学3～4年生ごろまでは大人による「仕上げみがき」は必要ですから、赤ちゃんのころからスキンシップを含めた歯磨きタイムを親子で楽しんでいきましょう。

●歯の生え方は赤ちゃんによって違う

歯が生え始める時期は個人差が大きく1年程度の幅があるといわれています。多少遅くても、歯の生え始める順番が下記の目安と違って、心配する必要はありません。だいたい3歳くらいまでに合計20本の乳歯がそろう。数や時期はあまり気にせず経過を見ていくと良いと思います。1歳を過ぎて歯が1本も生えてこない場合は、念のため小児科医で状態を見てもらうとよいですね。

●離乳食と虫歯について

離乳食は、5～6ヵ月くらいになり、首がすわる、大人の食事に興味を示し、よだれを流すなど、離乳食を始めるサインが出てきたら、まだ歯が生えて来なくても始めましょう。歯がなくても口をもぐもぐとよく動かし、舌を前後・左右・上下・に動かすことができている、その舌の動きにあった離乳食を進め、噛む力を育てていくことが必要です。また、虫歯は次の3つの要素が無いと成立しないことを覚えておきましょう①歯があること。②ミュータンス菌がいること。③甘い(砂糖がたくさん入っている)食べ物をとっていること。ミュータンス菌は生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には存在せず、大人の唾液からうつります。同じ箸やスプーンを使う、口にキスするなどが原因となります。歯が生え始めて3歳くらいまでの、うつりやすいとされる時期は特に感染に気を付けましょう。口内にたくさんいる細菌の一つであるミュータンス菌は、歯の汚れ(歯垢など)にす、糖を栄養にして出す酸で歯の表面を溶かします。歯には本来「再石灰化」するために歯1時間以上が必要とされています。食事と食事の間が一定時間以上あいていれば、歯の表面が溶けても「再石灰化」するために歯1時間以上が必要とされています。食事と食事のあいだが一定時間以上あいていれば、歯の表面が溶けても「再石灰化」されるので虫歯になりにくいのですが、あいだをあけずつねに何か食べている食生活だと「再石灰化」が間に合わず歯がどんどん溶かされて虫歯へと進行してしまいます。つまり、虫歯の予防には、規則正しい食生活がとても大切なのです。

来月へ続く→

🌸お話し 梶 咲子(東京都府中市/社会福祉法人ゆたか会このめ保育園 看護師) 参考: 月刊「Akachanと」2022

