



ららららら

♪♪子育て支援だより 2021年 No.14♪

鬼志別保育所子育て支援センター
宗谷郡猿払村鬼志別北町131番地

担当 小泉奈央子 (こいずみ なおこ)
Tel. 2-3666 FAX2-2266

回
覧

令和2年度もあと少しです。新たな春は、感染症に振り回され過ぎることなく、広場や講座で皆さんにお会いできるといいなと思っております！これからもたくさんのご利用をお待ちしております♪

★3月の子育て支援センターの予定★

- 3月 2日(火) 10時～ちびっこ広場A (保育所の様子を見てみよう)
- 4日(木) 10時～すやすや広場A (手作りおもちゃ作り)
- 9日(火) 10時～ちびっこ広場B (保育所の様子を見てみよう)
- 10日(水) 10時～すやすや広場B (手作りおもちゃ作り)
- 12日(金) 10時～子育て講座「フラワーアレンジメント」
- 15日(月) 10時～ちびっこ広場A (自由遊び)
- 17日(水) 10時～すやすや広場A (自由遊び)
- 19日(金) 10時～ちびっこ広場B (自由遊び)
- 22日(月) 10時～すやすや広場B (自由遊び)

3月前半のちびっこ広場では、保育所の一日の様子を写真に撮り、それをスライドショーでお見せしたいと思っています。後半は、各広場でお子さんの成長等お話しするひとときをしたいと思っています。

☆2月の講座の様子☆

名寄市立大学准教授であり絵本作家の堀川真先生を講師にお招きし、親子の工作講座を行いました！！初めてのリモートでの講座でしたが、スムーズに4つの工作が仕上がっていました♪



コロナ感染におびえ、歯科を受診することさえ控える患者さんが少なくなく、その結果、虫歯などが増え、症状の悪化につながっている人もいます。今回は歯についてお知らせします。

・歯磨きのポイント

一本一本磨き、軽く小刻みに動かすのがポイントです。

ブラシの持ち方は鉛筆を持つようにして軽く握り、軽くシャカシャカと磨きます。

上の前歯：上唇小帯（上唇の裏にあるひだ）に

歯ブラシが当たらないように人差し指で押さえて

歯ブラシを歯の面に直角に当てて、こまかく振動させて磨きます。

前歯の裏側：歯ブラシを立てて磨いていきます。

奥歯：人差し指でほほをふくらませて

溝にそってかき出すように磨きます。

歯ブラシのヘッドで奥をつつかないように注意しましょう。



★汚れがつきやすい場所に気をつけて！

- ・奥歯のかみ合わせ
- ・歯と歯の間
- ・歯と歯茎の境目

※力が入りすぎると歯茎を傷つけてしまうので歯ブラシの毛先が広がらない程度の力加減で磨きましょう。

・1日1回は仕上げ磨きの習慣を！



★明るい場所で足の間に子どもを寝かせ、安定した状態で仕上げ磨きをしましょう。

寝かせることにより歯が直接見えるので、磨きやすくなります

★効率のよい順番で磨きましょう。感覚が鈍いところから始めていきます。

下の奥歯→上の奥歯→下の前歯→上の前歯の順に磨くと嫌がりません。

★家族みんなで歯磨きの習慣をつけて、虫歯を予防しましょう！

③歯科健診を受けましょう！

3~4か月に1度ある村の歯科健診は、普段の歯磨きが十分に行えているか確認できる場です。お子さんの歯が健康に育っていることを確認しましょう！また歯科健診ではフッ素を塗布することができます。フッ素には歯の質を強くし、むし歯を予防してくれます。ぜひ活用していきましょう。フッ素入りの歯磨き粉もおすすめです。

虫歯予防には歯磨きが欠かせませんが無理やり歯磨きさせてしまうと、歯磨きが苦手になったりお母さんもストレスに感じてしまいます。親子にとって楽しい場面となるように工夫しながら徐々に慣れていきましょう！



虫歯や気になる歯があったら、感染対策をしっかりとされている歯科も多いですので恐れ過ぎず歯科を受診しましょう！