

6月

令和7年6月号 発行 阿久根市子育て支援センター
79-3039

のびのびひろば

開催日 毎週 火・水・金曜日

時間 9:30～14:30

場所 みなみ保育園

保育園の子育て支援室を
開放しています。子育て仲間を誘ってゆったり
過ごしてくださいね。

室内のおもちゃは自由に使えます。

☆☆☆遊びに来てね☆☆☆

乳幼児に多い感染症

流行性耳下腺炎

●症状

- ・耳の下(耳下腺)や、あごの下(顎下腺、舌下腺)が腫れて痛む
- ・熱が出る
- ・髄膜炎や難聴、不妊などの重い合併症を起こすことがある

●注意事項

登園の目安は耳下腺などの唾液腺がはれた後5日を経過し、全身状態が良好であること。ワクチンで予防ができ、1歳から接種できます。

季節の草花

タテアオイ

梅雨のはじめ頃に咲きはじめ、梅雨が終わる頃に終わることから、ツアアオイという別名があります。2mほどの草丈に、直径10cmもある大きな花が咲くので、遠くからでもよく目立ちます。花の色のバリエーションが豊富なので、さまざまな見た目を楽しめます。



歯はかたい食べ物もかめるよう、エナメル質で覆われています。しかし、乳歯は永久歯に比べてエナメル質が薄く、むし歯になりやすいです。小さなころから、歯みがきの習慣をつけて歯を守りましょう。

6月4日～ 歯と口の健康週間！

ものを食べるのに欠かせない「歯」。乳歯がむし歯で抜けてしまうと、食べることに支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯みがきの習慣をつけて、歯を守りましょう。

また、歯医者さんは歯を守る強い味方です。歯がきちんとみがけているか、むし歯はないかなど、歯のトラブルを予防するために、お子さんと一緒に家族で定期的に歯科検診を受けるのもおすすめです。

虫歯はこうしてできる！

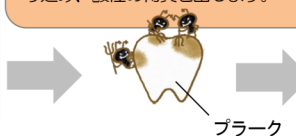
① 糖分をもとに

プラークができる

口の中の糖分をエサに、むし歯菌が繁殖し、ねばねばとしたプラーク(歯垢)をつくり出します。プラーク1mgには、なんとむし歯菌が10億個も！

② むし歯菌が酸を出す

プラークの中でむし歯菌が糖分を取り込み、酸性の物質を出します。



プラーク

③ 酸が歯を溶かす

むし歯菌の出す酸が、歯の表面を溶かし、やがて歯に穴が開いてむし歯になります。表面だけが溶けた「初期むし歯」なら歯磨きをしっかりとすることで、本格的なむし歯に進むのを防げます。

歯みがきでむし歯を防ぐ！

歯みがきを好きになる3つのポイント

ポイント1

好きな歯ブラシを使わせる

子どもが選んだ歯ブラシの方が、楽しく、自分で進んで歯磨きできます。仕上げみがき用には、本人が使うものとは別に、サイズや年齢に合ったものを選びましょう。

ポイント2

やさしく見守る

歯磨きタイムは、食後の忙しい時間帯なので、つい「早く！」「ちゃんとみがいて！」などと言いがち。でも、子どもは楽しいほうが取り組みやすいもの。優しい気持ちで見守ってください。



ポイント3

仕上げみがきは痛くしない

歯を強く磨いたり、粘膜や歯茎に歯ブラシが当たると、痛くて仕上げ磨きをいやがるようになってしまいます。手の甲に歯ブラシを当ててこすったときに、毛先が広がらない程度の力加減を目安に、やさしくいねいにみがいてあげましょう。

実験！

歯が溶けるって？

歯が溶けてむし歯になるといわれても子どもにはピンとこないかもしれません。乳歯が抜けたときに、その歯をお酢につけてお子さんと一緒に観察してみましょう。1日ほどで歯の表面がボロボロと溶けていくのが見られます。

おすすめの絵本

ちいさなうさこちゃん

作・絵：ディック・ブルーナ

訳：いしい ももこ

出版社：福音館書店



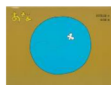
うさぎのふわふわさんとふわおくんはとっても仲良しです。あるひ、ふわおくんのところに天使がやってきて、かわいい赤ちゃんが生まれました。ふたりは赤ちゃんに「うさこちゃん」という名前をつけます。太った牛ににわとり、たくさんの動物がうさこちゃんを見にやってきて、ふたりにお祝いの言葉を贈ります。「うさこちゃん」シリーズの代表作。世界40言語以上に翻訳されているディック・ブルーナの絵本です。

あな

作：谷川 俊太郎

絵：和田 誠

出版社：福音館書店



ひろしが掘ったのは、自分だけの穴でした。日曜日の朝、何もすることがなかったので、ひろしは穴を掘り始めます。途中、おかあさんやいもうとのゆきこ、となりのしゅうじくんやおとうさんがやってきて、いろいろなことを言います。でも、ひろしはただ穴を掘り続けます。あなの中に座り込むと、静かで、土はいいにおいがしました。ひろしは思います。「これはぼくのあなだ」。穴から見上げる空はいつもよりもっと青く、高く思えました。そして、穴から出たひろしは……。

雨の日が続く梅雨の季節は、外で遊べる時間が減りますが親子でゆっくり過ごす良い機会でもあります。例えば、絵本の読み聞かせや、新聞紙を使った室内遊びを取り入れてみたり、お子さんの「やってみたい！」という気持ちを引き出す遊びをぜひ楽しんでみてください。また、梅雨の時期は湿気が多く、カビやダニの発生、食中毒にも注意が必要です。衛生面にも気を配りましょう。