



紫波町子育て応援センター「しわっせ」

すまいる 6月号



〒028-3318 岩手県紫波郡紫波町紫波中央駅前二丁目3番地3
オガールプラザ2階 紫波町子育て応援センター「しわっせ」

☎019-671-2200 fax019-671-2202

ひろば開所：月～土曜日（日・祝日はお休み）

9:00～12:00 13:00～16:00



梅雨の季節は湿度が上がり、食欲もダウンしやすくなります。こまめに水分補給をしたり、休息も取りながら、バランスの良い食事を心がけて元気に過ごしましょう。



■ 6月生まれのお誕生カード作り

時間：ひろば開所時間（9:00～12:00 13:00～16:00）

※土曜日のお誕生カード作りはお休みです。

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：お誕生カード作り

対象：6月生まれのお友だち（予約不要）

今月中いつでも作れますので、スタッフにお声がけください。

好きなカードを選んでね！



■ センサリーバッグ作り

6月14日(水)

時間：①10:00～ ②10:30～

場所：子育て応援センターしわっせ

こどもの家スペース

内容：センサリーバッグを作ります。

対象：就学前のお子さんとその家族

妊婦さんも大歓迎です！！

予約制各回4組



■ 制作「セタリース」

6月29日(木)・30日(金)

時間：ひろば開所時間

（9:00～12:00 13:00～16:00）

場所：子育て応援センターしわっせ

内容：親子でセタリース
を作ります。

対象：参加は自由です。

（予約不要）



乳歯ケアの正しい方法を知ろう！



乳歯は永久歯に比べて、歯の表面を覆っているエナメル質が薄く虫歯になりやすいので要注意！！
乳歯が生えたその時から、しっかりケアして虫歯から守ってあげましょう。

乳歯が虫歯になると永久歯も虫歯になりやすい

乳歯が1本でも虫歯になると、口の中が虫歯になりやすい環境になります。また、乳歯が虫歯になると、子どもは痛みや違和感から、よく噛むことができず、あごを十分に発達させることができません。そうすると歯並びにも影響をおよぼします。

仕上げ磨きのポイント

歯磨きを嫌にならないように習慣づけることが大切です。歯磨き嫌いの要因として多いのは、歯磨きで痛い思いをすること。上の前歯を磨く時に、歯ブラシが上唇小帯（上唇の裏側から上の前歯の歯茎に伸びる筋）に当たると怖いので要注意です。

◇ 歯ブラシは歯に直角に当て、やさしくソフトに磨く

毛に近い部分をペンに持つように持ち、毛先をこまかく動かします。



◇ 歯ブラシを持つ手を固定させる

歯ブラシを持つ手の小指と薬指を、子どもの頬にそわせるようにして固定して磨きましょう。



◇ 虫歯になりやすいところは特に注意

1歳の前歯だけのときは、上の前歯の表側がいちばん虫歯になりやすいところ。しっかり仕上げ磨きを行いましょう。



◇ 上唇小帯を傷めないように注意

上の前歯を磨く時は、しっかりと指で上唇小帯を保護して。傷つけないようにやさしく磨きましょう。



イヤイヤ期のお子さんに！

人形を使った立場逆転の歯みがき体験

イヤイヤ期など歯みがきを嫌がる時は、無理やり磨かせるよりも、子どもに人形などの歯みがきをしてもらうことで、スムーズに歯みがきをしてくれることもあります。歯みがき体験を繰り返すうちに、しぜんと歯みがきに対する抵抗がなくなるようです。