

にじいろ便り

第3号

社会福祉法人楽山会 第二椎の実子供の家
R2年6月1日(月)



紫陽花が咲き始め、雨粒がキラキラ輝く季節がやってきました。けれど今年は、新型コロナウイルスの影響でお家から外に出る事を控える発令が国から出て、季節の移り変わりも感じ取りにくいですね。雨が降ってきたら是非親子でお外を眺めましょう。親子の会話の中から新しい発見や遊びに発展がみられるかもしれません。この様な過ごし方もしてみてくださいね。

赤ちゃんの歯磨きっていつから始めるの？

歯磨きは最初の歯(下の前歯2本)が生え始めたらスタートです。生え始めの歯は小さく、口内は赤ちゃんの唾液の自浄作用で綺麗になるので、焦って始めることはありません。

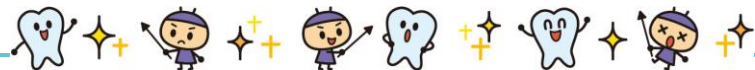
1日に行なう回数は？

1日に1、2回、基本は朝と夜寝る前。でも赤ちゃんの機嫌が良い時や、ママの余裕がある時にしても良いかもしれません。慣れてきたら、食後の歯磨きなど少し回数を増やしていきましょう。特に睡眠時は唾液の量が減り虫歯になりやすいので、寝る前にしてあげると効果的です。また、夜寝る前のフォローアップミルクは虫歯になりやすいといわれているので、気をつけください。慣れるまではお茶やお水を飲ませてあげて口の中の食べかすを流したり、ガーゼで軽く口の中を拭くようにしてみてください。

どうやって磨けば良い？

磨き始めの時期は、しっかり磨くというより、歯磨きの習慣をつけるように心がけましょう。機嫌が悪い時に無理強いをして赤ちゃんが歯磨きを嫌いになってしまったり、長い目でみると逆効果かもしれません。大切なのは、赤ちゃんに「歯磨きは楽しい！」と思ってもらうことです。じっとしていることや顔を触られることは、赤ちゃんにとってはストレス。まずは顔や口に触れて遊んだり、歯磨きが終わったらたくさん褒めてあげたりすると、段々嫌がらなくなっていきますよ。

生える時期も、歯磨きを嫌がるかどうかかも全て赤ちゃん次第なので、ゆっくりと様子を見て歯磨きの習慣をつくっていきましょう。



お知らせ

第1回 出産を迎える 親の体験学習

親子でふれあい遊び
～絵本読み聞かせ～

日にち/ 6月23日(火)
時間/ 10:00~11:00
場所/ 第二椎の実子供の家ホール

★例年取り組んで参りましたが、今回は新型コロナウイルスの影響により自粛中止させていただきます。次回をご期待ください。

・ご不明な点はお電話ください。
電話/0422-44-4103(担当/金子)

初夏の離乳食メニュー 生後7~10ヶ月

～材料～

ズッキーニ 10g
さつまいも 20g
にんじん 5g
ヨーグルト 大さじ1

ズッキーニと さつまいもの サラダ



- 1; さつまいもは皮をむいて柔らかく茹でてつぶす。
- 2; ズッキーニは皮をむいて5mm角に切り、水にさらしてアク抜きをする。
- 3; にんじんは5mm角に切り、ズッキーニと一緒に柔らかく茹でる。
- 4; 1、2、3とヨーグルトを混ぜ合わせる。

★ズッキーニは、実はかぼちゃの仲間。離乳食中期から後期頃にかけて食べることができます。アクのある野菜なので、食べやすい大きさにカットしたら、水にさらしてアク抜きをしましょう。

一時預かりやっています！

お仕事や、お子様を連れて行くことが出来ないお出かけの時、大人のリフレッシュ時間などご利用いただけます。

問合せ先/0422-44-4103(担当/金子)