



くるみサロンだより



月	火	水	木	金	土	日
				1 スマイル DAY	2 お休み	3 お休み
4 ランチ	5 どんぐり 0歳児	6 食育 サークル	7 ランチ	8 育児 相談	9 お休み	10 お休み
11 建国記念 の日	12 どんぐり 1歳児/ ヨガ	13	14 ランチ	15 育児 相談	16 お休み	17 お休み
18 ランチ	19 どんぐり 2歳児	20	21 身体測定 ランチ	22 身体 測定 育児 相談	23 子育て支援 保育まつり	24 お休み
25 ランチ	26	27 モラーージュ柏	28 ランチ			

☆子育て支援保育まつり☆

アミュゼ柏にて楽しい遊びや製作、身体測定、リズム遊びの他市内の支援センター情報、柏市の保育園情報などたくさんのブースがあります。どなたでも参加出来ます。ぜひお待ちしております。

- ・日時：2月23日(土) 9時～12時(予定)
- ・定員：なし
- ・場所：アミュゼ柏



☆スマイルDAY☆

[スクラップブック]

お気に入りの家族写真やお子さんの写真をステッカーやフラワーなどで素敵にデコレーションし、お部屋に飾りませんか？メッセージを添えるとプレゼントにもピッタリです！

- ・日時：3月6日(水) 10時00分～12時(予定)
- ・定員：要予約(先着12組)・場所：くるみサロン・費用：350円
- ・持ち物：はさみ、L版写真1枚(なくても可)、紙用ボンド

☆2・3月生まれ誕生会☆

- ・保育園の誕生会に参加します。
- ・日時：3月13日(水) 10時～12時(予定) 9時50分集合
- ・定員：要予約(先着10組)・場所：くるみサロン



☆出前保育☆

2月27日(水) 10時30分～モラーージュ柏にて保育士が絵本の読み聞かせや体操などを行います。サロンも通常解放しています。



☆お知らせ☆



○身体測定：21日(木)、22日(金)の11時15分～11時30分の間に行います。

※どんぐりクラブ、食育サークル、ヨガサークル活動時間は登録者以外の園庭サロン開放は行っていませんのでご了承ください。
(どんぐり・食育：9時30分～12時、ヨガ：13時～14時)

～予約方法～(スマイルDAY、2、3月誕生日会)

※『連絡アプリ』での申し込みとなります。定員になり次第予約を締め切ります。※申し込みは2月18日(月)～3月1日(金)です。電話での予約はできません。またイベント当日の午前中のサロンの開放は行っていませんのでご了承ください。



知っておきたい！ 歯磨きのはなし



0歳～2歳の時期は、はじめての歯が生え、すべての乳児が揃っていく、とても変化の大きい時期です。大切な歯を守るためにも毎日の歯磨きがとても重要です。今回は歯磨きについて紹介していきます。

Q いつ頃から歯磨きを始めればいいのか？



子どもの歯磨きに苦戦しないように歯が生え始めた **6ヶ月頃**から口に物を入れることに慣らしていくことが大切です。赤ちゃん用の歯ブラシを口にいれたり、歯磨き用のウェットティッシュなどで拭きとったりしてみましょう。

Q どんな歯磨き粉を使えばいいのか？



さまざまな種類の歯磨き粉があります。例えば「**フッ素配合**」のものは虫歯予防の手助けをする効果があります。2歳半～5歳頃には虫歯ができて始めると言われていたため、1歳～2歳頃からフッ素入り歯磨き粉の使用を検討しましょう。

また、泡立ちにくい**ジェルタイプ**の歯磨き粉がおすすめです。ジェルタイプは誤飲しても安全なように歯を汚してしまう成分や、表面を磨り減らせてしまうような「発泡剤」、「研磨剤」が配合されていない場合が多いです。



Q 歯磨きを嫌がらずにするにはどうしたらいいの？



お母さんやお父さんも子どもと**一緒に歯磨き**をしてみましょう。歯磨きは怖くない。楽しい。と思ってもらうことが大切です。また、きちんと「口の中にバイ菌がいる」ということも**伝えて**いきましょう。歯磨きをする理由をきちんと伝えることも大切です。**子どもの好きな**キャラクターや色のついた歯ブラシを使ったり、歯磨き粉に甘い味をつけることもいいですね。さらに、「歯磨きを頑張るとご褒美シールを貼れるよ。」と歯磨き1回につき**シールを1枚貼れる約束**をする方法もあります。そうすることで、子どもの意欲を高め、ゲーム感覚で楽しめるかもしれませんね。

～歯みがきのポイント～

- ①膝の上に子どもの頭をのせ、寝かせ磨く。
 - ②鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力で磨く。
 - ③奥歯の溝、歯と歯茎の間、歯と歯の間、歯の裏は時に丁寧に磨きます。
 - ④前歯は90℃にあてて磨きましょう。
 - ⑤歯と歯茎の間は歯ブラシを45℃にあてましょう。
- 虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧に磨いていきましょう。



参考資料 <https://kosodate-mikata.com/hint/hamigaki-kirai/>