



# ゆりかご

Tel 042-972-5796 2017年7月1日 No.195

Fax 042-972-0893 (すぎのこ保育園兼用)

## ゆりかごでのできごと

先月のことになりますが、すぎのこ保育園と共催の**子育て講演会**がありました。『むし歯にしないひと工夫、元気に育てるひと工夫』をテーマに、小出歯科医院の小出みどり先生、そのお嬢さんで、ご自身も歯科医師の日吉明子先生に親子リレー講演をしていただきました。

みどり先生はご自身の子育て経験、介護経験も踏まえながら、“小さい時からの生活習慣が、40歳を過ぎて体に出てくる。小さい時から生活習慣をしっかりつけてあげて欲しい。その子が大人になって、子育てをするときにも生活習慣は影響してくる。”ということや“人生最後までのはしゃぎは『食』。楽しく食事を食べられる口の健康を保ってほしい。”等々お話してくださいました。

日吉先生からは、“歯の健康を保つために、6歳になっても仕上げ磨きは必ずしてあげること。小学校高学年位には自分で上手に磨けるようになるが、週1回くらいはチェックしてあげるのが良い。大人になっても、間食の時間を決めること、甘い飲み物は飲みすぎないことが大切。小さい頃の仕上げ磨きについては、なかなか難しいけれど、躍起になって目を吊り上げていると、子どもに伝わってしまう。上手に磨けないときには3～4ヶ月に1度受診して点検してもらうのも方法の一つ。”等のお話がありました。

忙しい毎日の中の歯磨きは大事な仕事でもあります。少なくとも一日一回、就寝の前にきれいにできると、だいぶ歯の健康は保たれるそうです。一生使う大切な『歯』と、元気に付き合っていきたいですね。



5月31日には、**母乳育児学習会**がありました。飯能母乳育児相談所の茂木真貴子先生に、ゆりかごにきていただいて、母乳育児だけでなく、離乳食の考え方や、育児で大切にしたいことなどもお話していただきました。母乳育児では、赤ちゃんがおっぱいに吸い付くこと、赤ちゃんに母乳を飲んでもらうことで、プロラクチン、オキシトシン等のホルモンが分泌されるそうです。量が足りなくても、混合でも、そのコミュニケーションをとる、それで十分なのだということです。そのためにも、時間や量を気にして、スマホや時計とにらめっこする授乳ではなく、子どもを見て、子どもの飲む様子からも教わりながら授乳をすることを大切にしてほしい、とお話してくださいました。また、卒乳でも離乳食でも同じことが言えて、月齢や、年齢だけに捉われるのではなく、お子さんの様子をしっかりと見て、心身の状態をつかみながら進めていくことが大切だそうです。参加者のお母さんからも「上の子のときに、母乳が足りているのか、等心配になることが多く、インターネットで検索しすぎて、産後うつのような状態になった」という経験談も出してもらえて、一生懸命になるあまり、情報を集めすぎたり、振り回されてしまうことも、育児の負担になり得るのだと考えあうことができました。

## 親子で遊ぼう♪わらべうた 7月19日(水) 10:30~11:00

親子で触れ合って楽しめるわらべうたで、一緒に遊んで覚えてみませんか?申し込みは不要ですので、お気軽にお越しください。

## 子育て親子のための救命講習 7月22日(土) 10:00~11:00

お子さんのけがや家庭内での事故等の際に役立つ、応急手当の仕方を**飯能日高消防署の消防士さん**に教わります。消防車の見学もさせてもらえる予定です。参加を希望される方は7月12日までに、お申し込みをお願いします。(消防車の見学は、緊急出動等の都合で中止になる場合もありますので、ご了承ください。)

## プールあそび 7月18日より8月末まで~毎週火曜日 10:30~11:00

すぎのこ保育園の2階テラスで行います。最大5組までの申し込み制です。7月10日(月)より、直接ゆりかごにて申し込みをお願いします。予約された方は、朝、検温をして、その日の健康状態をお伝えください。また、当日、飲み物(水、お茶など甘くないもの)、身体ふきタオル、水遊び専用パンツを各自ご持参ください。なお、天候等の理由により、中止させていただくこともありますので、ご了承ください。



## 7月の予定

◇センター開放：毎週月～金曜日 9:30～15:00

第4土曜日(22日) 9:30～15:00

※31日(月)は、スタッフ会議の為、12時までとさせていただきます。

◇園庭開放：毎週火・木曜日 9:30～11:00

※22日土曜日の園庭開放は救命講習のためお休みさせていただきます。

◇電話・面接相談：毎週月～金曜日 9:30～15:00

◇親子で遊ぼう♪わらべうた：19日(水) 10:30～11:00

◇子育て親子のための救命講習：22日(土) 10:00～11:00

◇おでかけ広場：26日(水)東吾野地区行政センター10:00～11:30

◇身長・体重計測会：28日(金) 10:00～11:00

◇プール遊び：18日～8月29日まで毎週火曜日 10:30～11:00

※予約はゆりかごにて10日(月)よりお願いします。

