

東根市子育て支援センターだより

サロンの風景

いよいよ夏本番の7月になりました。

お散歩したり、日陰で涼んだり、水あそびを楽しんだり、この時期ならではの外あそびを満喫してくださいね。

東根市内子育てサークル情報

東根市内には5つの子育てサークルがあります。各サークルの活動日や時間、場所などを紹介します。

ぽけっと

い つ：不定期
(月に2～3回の平日)
どこで：神町公民館
じかん：10:00～12:00



月に1～2回英会話をしたり子どもと一緒にの空間でママがりフレッシュできるワークショップをしています。

ちびっこギャング

い つ：毎週木曜日
どこで：さくらんぼタントクルセンター
神町公民館、東根公民館など
じかん：10:00～12:00



季節の行事(いちご狩りや乗馬など)を楽しんでいます。

くまちゃん東郷公民館

い つ：月2回木曜日
どこで：東郷公民館
じかん：10:00～12:00



フラワーアレンジメントをしたり電車に乗っておでかけをしています。

さくらんぼ

い つ：第2、4金曜日
どこで：さくらんぼタントクルセンター
じかん：10:00～12:00



今年から出来ました双子ちゃん、三つ子ちゃん達のサークルです！

お母さんのための こんなところあったらいいな

い つ：月に1回
どこで：東根公民館
じかん：10:00～12:00



みんなでお料理して、食べましょう。
みんなで食べると美味しいね！

子育てサークルは、子育て中の親子が集まり、さまざまな活動を通して仲間づくりや情報交換をしています。それぞれのサークルごとの特色もあります。けやきホールや、子育て支援センター前に、サークルのポスターや活動の様子をまとめたファイルがありますのでご覧ください。
子育てサークルに関するお問合せや、サークルの見学などは東根市子育て支援センター ☎ 43-0731 までご連絡ください。

遊戯室から こんにちは！ 6月編



大江 将くん 10カ月

赤ちゃんサロンから来させて頂きいつも楽しく遊んでいます。居心地の良さとみなさん明るく話しかけて下さるので、帰る際には「また来よう！」と思います。育児の悩みが忘れられる素敵な場所です♪



齊藤 綺良ちゃん 1才2カ月

2カ月の頃からサロンを利用させて頂いています。広々と家にないおもちゃや絵本で遊べるので子どもにとってもいい刺激になっています。スタッフの方に相談したりママ同士でおしゃべりしたりと私もリフレッシュさせて頂いています。これからも沢山利用させて頂きたいと思います。



遠田 旭杜くん 1才2カ月

いつも楽しく利用させて頂いています。サロンのおかげで母子共に友達もでき、広い場所でのびのびと遊べて毎日がとても充実しています。スタッフの方もいつも優しく接してくれて毎回ここに来るのが楽しく大好きです。ここでいろんな友達と遊ぶのがいい刺激になっていると思うので、これからも沢山利用させて頂きたいと思っています。



木村 律ちゃん 8カ月

週に2回程利用させて頂いています。同じ歳の子やママさんと交流ができて、私も子どもも楽しんで遊んでいます。スタッフさんも優しく相談したりできるのでありがたいです。これからもたくさん遊びに来たいと思います。



坂本 結愛ちゃん・一翔くん 11カ月

5ヶ月の頃から遊戯室で遊ばせてもらっています。スタッフのみなさん優しくいつも利用しています。お友達もたくさんできて子ども達もいつも楽しそうです。



新聞 佑歩くん 11カ月

4ヶ月の頃からサロンに参加しています。最近ハイハイできるようになり遊戯室中を動き回って遊んでいます。周りのお友達が遊んでいる真似をしたり、スタッフの方や他のお母さん達に遊んでもらおうとニコニコしながら近づいていたり家では見られない息子の様子を楽しんでいます。

これから予定

7月のテーマトーク

「ほめ方叱り方について」♪ 7月11日(月) よちよちサロン
♪ 7月12日(火) たっちサロン
♪ 7月14日(木) 赤ちゃんサロン

移動子育てサロン「おひさま」

♪ 神町下三区公民館(毎月第1水曜日)...
♪ 大富公民館(毎月第3水曜日)... 7月20日(水) から再開します。遊びに来てね！
7月...「おそとであそぼう」
8月...「お水であそぼう」
9月...「しゃぼん玉であそぼう」

テーマトークから

「歯のはなし」



講師

5月16日(月) よちよちサロン

山形県歯科衛生士会 歯科衛生士 小野淑子氏

5月26日(木) 赤ちゃん・たちサロン

山形県歯科衛生士会 歯科衛生士 伊藤典子氏

5月のテーマトークは、6月の歯の衛生週間にちなんで、「歯のはなし」を開催しました。山形県歯科衛生士会より歯科衛生士の方に来ていただきました。事前にママ達より歯について心配な事、聞きたいことをアンケートし、それをもとに、実技を交えながらわかりやすくお話ししていただきました。歯についてはママ達の関心度も高く、どのサロンもたくさんの方が参加してくれました。



仕上げみがきのやり方を実技していただきました。ママ達真剣に見ています。



5月16日(月) よちよちサロン

歯みがきのタイミングは？

歯みがきは原則として食べた後みがくですが、子どもは口の中をさわられるのが嫌なので、歯みがきをするのもひと苦労だと思います。歯みがきは1日1回夜寝る前にしっかり短時間でみがいてあげれば十分です。

歯みがきのポイント

上唇と歯ぐきがくっついているところ(上唇小帯)は歯ぶらしがあたると痛いので、ママの指で上唇小帯をおさえてあげてみがくこと、歯と歯の間、噛み合わせの溝、前歯を重点的にみがき、あとはささっとみがくのがポイントです。

歯みがきを嫌がったらどうしたらいい？

よちよちサロンの時期(1~2才)の子ども達は歯をみがくのが嫌な時期。歯をみがかれるのは「いや!」というのは成長のひとつ。嫌がって当たり前!でも、そこでママがあきらめてしまうと、子どもは泣けば歯みがきをしないでいいんだ!と思ってしまいます。泣きながらでも歯みがきが出来たら「がんばったね!」と声をかけてください!



山形県歯科衛生士会
小野淑子氏

5月26日(木) 赤ちゃん・たちサロン

乳歯は妊娠中のママの栄養が影響します。
永久歯は今の時期の栄養が影響していきます。
虫歯がしやすい時期は...

乳歯の奥歯が生え始める1才6ヶ月頃(個人差あり)
乳歯から永久歯に生えかわる時期です。

虫歯予防に大切なことは...

だらだら食べをしないことです。食べ物が口に入ると、虫歯菌が分解し口の中を酸性にします。そして2時間かけて唾液が口の中を中性に戻します。食後2時間はなるべく食べ物を入れないようにするいいでしょう。



山形県歯科衛生士会
伊藤典子氏

ママ達より歯科衛生士さんへのQ&A

Q: 歯みがきをする前に寝てしまったらどうしたらいいですか?

A: キシリトールのタブレットや市販されているスプレータイプのフッ素をすることをおすすめします。使い続けることで効果があります。

Q: 歯ぎしりをします。

A: 原因は不明ですが一説では自分で噛み合わせを調整しようとしていると言われています。無理に止めさせず長い目で見てあげてください。

Q: 指しゃぶりは歯に悪い影響を与えますか?

A: 指しゃぶりは原始的行動なので3才くらいまでなら大丈夫。ただ指をしゃぶっている分、前歯が噛み合わなくなります。3才くらいまでやめれば時間をかけて元にもどります。



移動子育てサロン

おひさま

今回も公民館の近くにおさんぽに行ったり、小麦粉ねんどや大きい紙にお絵かきを
楽しんだり移動子育てサロン「おひさま」の様子をお知らせします。

5月、6月の大富公民館での移動子育てサロンは、公民館の事業のためお休みしました。

今年度も

第1水曜日は神町下三区公民館

第3水曜日は大富公民館で

10:00~11:30まで



みんなでジャンプ
ふうせんに届くかな?



小麦粉ねんどをつくるよ~
小麦粉、水、油といれて
まぜまぜ、コネコネ



お料理教室はじまるよ~
なにつくろうか?



ぼくたち将来は育メンさっ!



公民館の近くをお散歩しました♪
何にでも興味がいっぱいだね!

アイディア交換会



6月14日(火) たちサロン

16日(木) 赤ちゃんサロン

月齢ごとにグループにわかれ、現在の悩みや困っていることや「こんな時はどうしているの?」などを話しました。

~サロンに来ていたママ達の困っていることは~

【赤ちゃんサロン】・・黄昏泣き・離乳食・寝ぐずり・夏の水分補給・後追い・夜泣き

【たちサロン】・・離乳食・職場復帰に伴う不安・夜泣き・ストローやコップの使い方
「私はこんな風にしています。」「この方法が良かった。」など・・ママ達がアイディアを出しあったアイディア交換会!「いつかは出来る!」「比べたらきりが無い。大丈夫!」という先輩..ママの言葉にホッとしたり、「私も試してみよう!」と思ったママ達も多かったと思います。ママ達・・1人で悩まないでね



話が盛り上がった
アイディア交換会。

東根市子育て支援センター

さくらんぼタントクルセンター内

連絡先: TEL 0237-43-0731 FAX 0237-43-0732

MAIL: gyutto@tantokuru.jp