



子育てに関する詳しい情報はこちらからアクセスしてね！



## 健康な歯になろう！



お子さんの歯は何本はえてきましたか？

歯は私たちが生きていく上でとても大切な働きをしています。健康な歯で過ごすためには、歯がはえはじめた乳歯の時期からきちんとケアをすることが重要です。健康な体で過ごすためにも、子どもの時から健康な歯と口を保つようにしていきたいですね。



## ☆乳歯の大切な役割☆

### かむ

歯があることで、しっかりと食べ物をかむことができます。よくかむことで、だ液もたくさん出て消化・吸収もよくなります。また、よくかむと脳の周りの血流がよくなり、脳の働きが活性化します。

### 話す

幼児期は言葉を話し始めた大切な時期です。歯がきちんとそろうことで、正しい発音につながります。

### 永久歯のみちしるべ

乳歯の下には永久歯が育っています。乳歯は永久歯が正しく生えるための道しるべになります。乳歯ははえかわりますが、毎日のケアを大切にしましょう。むし歯をきちんと予防しましょう。



## 「歯みがき」でむし歯予防をしよう！



大切な乳歯を守るためには、歯がはえはじめた頃からの歯みがきがとても大切です。歯みがきは毎日のことなので、泣いて嫌がる場合は本当に大変ですね。うまくいかない時は、「今日は右側をしっかりとみがこう。」などポイントを決め、楽しい雰囲気の中で、短時間でみがいていくなどの工夫をするのもいいですね。そして、歯みがきの後は、「歯がピカピカになってよかったね。」としっかりと褒めてあげましょう。毎日、積み重ねることで少しずつ歯みがきに慣れ、習慣になるといいですね。

★1人でみがく練習ができる3歳頃までは、保護者の歯みがきがとても大切です。お子さんに健康で丈夫な歯をプレゼントしましょう！

## 〈よくかんで食べよう〉

お子さんはやわらかい物や小さく切られている物を多く食べていませんか？離乳食がすすみ、かむことが上手になってきたら、かみごたえのある食べ物も食べられるといいですね。よくかむことによりあごが成長し、きれいな歯並びになることにもつながります。親子でよくかむ習慣をつけていきましょう。

### モグモグ かみかみ



#### 〈かみごたえのある食べ物〉

大豆、きゅうり、レンコン  
ブロッコリー、りんご  
するめ・せんべいなどかたい  
お菓子など

※飲み込むまで見守りましょう。



# 6月の子育て情報

## 東子育て支援センター《こあら》

### はじめましての会

日時：6月26日(水)13:30~15:00  
内容：交流会・ふれあい遊び・子育て相談

### おはなしタイム

日時：6月28日(金)11:30~12:00  
内容：絵本の読み聞かせ



## 西子育て支援センター《にこにこ》

### おはなしタイム

日時：6月21日(金)11:15~11:45  
内容：絵本の読み聞かせ

### プレママタイム

日時：6月26日(水)13:30~15:00  
内容：先輩ママとの交流会  
赤ちゃんとのおふれあい遊び



## 北子育て支援センター《光の広場》

### おはなしタイム

日時：6月7日(金)11:15~11:45  
内容：絵本の読み聞かせ

### 赤ちゃんタイム

日時：6月11日(火)13:30~15:00  
内容：交流会・ふれあい遊び・子育て相談



## 南子育て支援センター《星の広場》

### 赤ちゃんタイム

日時：6月11日(火)13:30~15:00  
内容：管理栄養士による食育相談

### お楽しみ会

日時：6月20日(木)11:15~11:45  
内容：風船で遊ぼう！



## おでかけこあら

日時：6月25日(火)10:00~11:45  
場所：コッツ山公園  
内容：公園で遊ぼう

対象：乳幼児親子



## 《お知らせ》

☆子育てクラブ開催日について  
以下の日程は子育てクラブのため、対象以外の親子の利用は午前10時30分までとなります(午後は通常通り)。

《東・北子育て支援センター》  
6月6日~7月4日の毎週木曜日

《西・南子育て支援センター》  
6月4日~7月2日の毎週火曜日

※ご協力よろしくお願ひします。

## さくらんぼタイム

双子・三つ子など多胎児親子を対象とした集まりです。交流会や親子遊びを通して、友達を作ったり、育児の悩みを分かち合いましょう。

日時：6月15日(土)10:00~11:30  
内容：リサイクル交換会

場所：東子育て支援センター

対象：就園前の多胎児親子、妊婦



★電話相談・面接相談(予約制)  
月~金 9:00~16:00

★発達相談(予約制)  
月~金 10:00~16:00

※相談専用電話 ☎(0568)22-5151

## ♥子育てコンシェルジュのご案内(ご予約・ご相談)♥

ご家庭の状況に応じて、子育て情報のご案内や子育て相談を行っております。

市役所福祉部児童課 月~金 9:00~12:00 13:00~16:00 ☎(0568)22-1111  
西子育て支援センター 月~金 9:30~12:00 13:00~16:00 ☎(0568)25-5155

東子育て支援センター「こあら」 ☎(0568)26-7763

北名古屋市能田南屋敷 366番地

西子育て支援センター「にこにこ」 ☎(0568)25-5155

北名古屋市西之保高野 79番地

南子育て支援センター「星の広場」 ☎(0568)22-5677

北名古屋市久地野北浦 69番地

北子育て支援センター「光の広場」 ☎(0568)22-5517

北名古屋市弥勒寺西一丁目 72番地

健康ドーム子育て支援センター(NPO法人委託事業)

北名古屋市九之坪笹塚 1番地 ☎(0568)22-0212

## 《開設日時》

東・北・南子育て支援センター

月~金 9:00~16:00 ※15:00以降は駐車場が使用できません。

西子育て支援センター

月~金 9:30~16:00

健康ドーム子育て支援センター

月~土 9:00~17:00 (第3月曜日は休み)

## 《対象》

北名古屋市在住の就園前の乳幼児親子  
(健康ドーム子育て支援センターは子どもとその保護者)

イラストの転用・複写不可