



茅北町社会福祉協議会
茅北町子育て支援センター
熊本県天草郡茅北町志岐32番地3
TEL (0969)31-1365
町内無料電話 31-1365
FAX (0969)31-1365

開設日 月～金の毎日（祝日を除く）

対象 子育て中の保護者と子ども
子育て中の保護者のみ

開設時間 午前9時30分～午後3時
場所 茅北町新ふれあい館

利用料 マタニティママ
町内 100円
町外 200円



ID:574vnugv

公式LINEとInstagram
の友だち追加・フォローを
お願いします♪



REIHO KUKOSODATE



6月の行事予定

1日（水）・2日（木）9:30～16:30

育児用品の譲渡会

10日（金）10:00～

クッキング（食改さんと一緒に）

15日（水）10:30～

4・5・6月生まれ誕生会

※クッキングの参加予約は5月30日（月）

までに電話かLINEをお願いします。

譲渡会・誕生会は予約不要です。



子どもの健康な歯を守ろう

赤ちゃんに歯が生えてくると成長を感じる一方で、歯のケアも気になり始めるのではないのでしょうか。そこで今回は、健康な歯を守るために役立つケアやヒントを月齢別に紹介します。

0～6ヶ月頃 ★歯が生える準備期です★

授乳後の口の中は、唾液がきれいにしてくれるので早く歯が生え始めた場合でも、比較的むし歯の心配は少ないです。スキンケアの一環としてガーゼなどを使い、口のまわりや歯ぐきに触り、歯みがきの準備をしましょう。指しゃぶりやおもちゃを口に入れることも歯みがきの準備段階として大切です。

6か月～9カ月頃 ★歯が生えはじめます★

この頃は唾液の分泌がさかんなので、歯ブラシを使わなくても汚れはつきにくい時期です。離乳食のあとに湯冷ましを飲ませたり、湿らせたガーゼでやさしく口の中を拭きとることで十分です。「できた」⇒「褒める」を繰り返すことで、赤ちゃんにとって歯みがきが楽しい時間になるでしょう。歯ブラシの感触に慣れるために乳児用の歯ブラシやおもちゃをカミカミするのも良いですね。

1歳頃 ★上下の前歯4本が生えます★

前歯が上下2本ずつになる頃には、母乳やミルク中心ではなく、離乳食も進んで、食べかすや歯垢が歯につきやすい時期になります。上の前歯は唾液が届きにくく、一度ついた汚れが自然には落ちにくい部分です。保護者が口の中を毎日見ることと、機嫌の良いときに歯ブラシでみがく習慣をつけ始めましょう。

1歳～3歳 ★奥歯、犬歯が生え、乳歯20本完了★

1歳を過ぎ、離乳食が完了する頃には奥歯が生え始めます。奥歯の汚れは唾液ではとれず、むし歯菌が定着しやすくなる部分です。特に就寝前の歯みがきはとても重要なので、出来るだけ仕上げみがきを行い、出来たらたくさん褒めて習慣にしましょう。絵本や人形、手鏡などを使い、家族みんなで楽しい雰囲気を作ると、歯みがきへの抵抗が減るかもしれませんね。

歯が生えはじめる時期にも個人差があります。上記の月齢はあくまでも目安のひとつとして、子どものお口に合わせたケアを行いましょう。楽しく歯みがきをするコツは、家族と一緒に磨くことです。子どもが使いやすい歯ブラシ・コップを選ぶこともポイントです。歯のケアが子どもとの良いコミュニケーションの時間となり、毎日の楽しい生活習慣になってくれると嬉しいですね。

えほんのしょうかい

はみがきれいっしゅ



くぼ まちこ 作
出版社/アリス館
価格/¥1100（税）

歯みがきがきれいなたっくん。でも、「しゅっしゅっぽー！」と、はみがきれいっしゅがやってくると、お口をあーんと開けてくれます。はみがきれいっしゅの活躍で、たっくんのはきれいになるのかな？

柔らかなタッチのかわいい絵本です。



たんぼほホールさんによる
お話し会