

5月の中旬、子どもたちと植えたじゃがいもの成長を見に行ってきました！スクスクと大きくなり、じゃがいもが土の中から覗いていました！また、今月は様々なイベントを企画しています。子育て支援カレンダーに記載していますので、是非ご予約ください！今月のぶどうっこ便りは歯磨き特集です！参考にしてください！！
また、保育園では地域の子育てをしているご家庭向けに、子育て相談・健康相談・栄養相談・子育てひろばを随時実施しています。

歯みがきの効果アップ！

歯ブラシ・歯みがき粉の選び方

フッ素を含む歯みがき粉の使用方法			
年齢	タイプ	使用量	含まれるフッ素濃度
歯の生え始め～2歳	ジェル状 泡状	子ども用歯ブラシの1/3 1日1回（仕上げみがきで使用する） うがいなし	500ppm（ジェル状） 1000ppm（泡状） ※500ppm未満のものは効果が期待できない。
3～5歳	ペースト状	子ども用歯ブラシの2/3 1日2回程度（うがいしすぎない） 歯をみがいた後、30分は飲食を控える	1000ppm

使用する場合は、種類や成分をよく見て、使いすぎに注意しましょう。



歯ブラシと歯みがき粉

- ・年齢に合ったものを使う
- ・歯みがき粉は必ずしも必要ありません

歯みがき粉の種類

一般的なのはペーストタイプですが、ぶくぶくうがいや吐き出しができない1～3歳の子どもは、ジェル状・泡状・液状などがよいでしょう。

歯みがき粉の成分

フッ素（フッ化物・フッ化ナトリウムなど）を含む歯みがき粉は、虫歯を予防する効果が期待できますが、フッ素のとりすぎを防ぐため、使用量を守りましょう。研磨成分（炭酸カルシウムや無水ケイ酸など）は、やわらかい乳歯には強すぎるので避けたほうがよいでしょう。

歯みがき中の事故を防ぐ3か条

歯みがき中に、歯ブラシで口の中やのどにけがをする事故を防ぐための3か条を紹介します。歯みがき中の子どもが大人に抱きつき、歯ブラシが刺さるという事故もあります。

子どもが落ち着いた雰囲気でものをみがけるよう気をつけてください。

NO!



① 歩かない

歯みがき中の事故で最も多いのが、歩いたり走ったりして転ぶケース。歯みがきをする場所を決めておきましょう。踏み台から転落する危険があるので、歯みがき中は座せると安心です。



② 遊ばない

歯みがき中にほかのことをするのは危険です。事故の中には「寝転んで歯みがき」「ソファに立って歯みがき」など、歯みがきのようで実際は遊びになっているケースが少なくありません。

③ 手を離さない

歯ブラシから手を離すのは、すでに歯みがき以外のことをしているサイン。「歯みがき中は歯ブラシをしっかり持って」と伝えましょう。

2023年6月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29	30	31	1	2	3
			一時保育 現在お休み中です	芋掘り体験 *要予約 雨天時 9日に順延	お部屋の貸出 *要予約	
4	5	6	7	8	9	10
お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約 1日 雨天時順延 芋掘り体験 *要予約	
11	12	13	14	15	16	17
お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	一時保育 現在お休み中です	お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	年齢別育児講座 親子絵画教室 4～5歳 *要予約
18	19	20	21	22	23	24
お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	大きくなっのかな?の日 11時～ *要予約	お部屋の貸出 *要予約	親子保育園体験 給食体験 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	年齢別育児講座 親子絵画教室 2～3歳 *要予約
25	26	27	28	29	30	1
お部屋の貸出 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	出前保育	お部屋の貸出 *要予約	園庭開放 *要予約	お部屋の貸出 *要予約	
2	3	*E 出前保育は雨天中止となります 6月13日? 出前保育 北公園 14:00～ パネルシアター 『はたらくるま』 6月27日? 出前保育 北公園 14:00～ パネルシアター 『おぺんどう(又)』				

お部屋の貸出時間
10時～11時 30分
14時～16時
グループ単位で要予約

育児相談 要予約
月～金曜随時実施
電話での相談もお受けしています

お大きくなっただかな?
身体測定をするよ!
11時～ 要予約

一時保育
暫くお休み予定です。
再開が決まりましたらお知らせします。