

永原学園地域子育て支援センター
さんこう・ほぼらだより
 令和6年1月発行 第201号
 認定こども園西九州大学附属 三光保育園
 TEL:0952-31-6877



新年明けましておめでとうございます。

子育て支援センター“ほぼら”を開設して15年が経ちました。お蔭様で開設している講座の満足度はよい評価を頂いております。年末に職員の採用面接を行ったところ、他県から嫁いできて周囲に親しい友人ができる間もなく出産し、途方に暮れていた時、ほぼらの子育て支援に参加して心が救われたと答えた方がおられました。その経験が再び学んで保育士を目指すきっかけになったそうです。私の経験と重なるこの方のお話に、私が子育て支援センターを開設するに至った願いが届いていたことにとっても嬉しくなりました。

今年も職員一同、子育て中のご家族の拠り所となるよう精進していきたく思います。

“ほぼら”を楽しみに集って下さる利用者の皆様と、たくさんお話をし、楽しい企画を準備していきたくと思います。

本年もどうぞ、よろしく願いいたします。

三光保育園園長

♪育児相談・食育相談をしています♪

三光保育園及び三光幼稚園では、育児・食育相談を受け付けています。お気軽にお申し込み下さい。

※毎月第3火曜日の14時～16時までは、西九大短大部教員による食育相談を行っています。
 事前にお電話でお申し込みの上、ご利用下さい。

さんこう・ほぼら(園庭を含む)開放の時間帯について

【開園日】〇月～金(祝祭日・お盆・年末年始を除く)

【時間】〇9:00～12:30

- ・園行事の為、ご利用できない場合があります。
- ・出前支援の場合は、担当職員が不在になります。
- 12:30～13:30 昼休み・準備の為閉園
- 13:30～16:00

※この時間帯のご利用の場合は、電話での申し込みをお願いいたします。

12月は、クリスマス会とクリスマス製作をしました。サンタさんも来てくれて、子どもたちはびっくりしたり喜んだり♪プレゼント、嬉しかったね♡



「シニアサロンほぼら」

子育て支援センター「さんこうほぼら」では、月に1回地域の方におこし頂き楽しいひと時を過ごしています。お茶とお菓子を頂きながら、おしゃべりや物づくりを楽しみませんか？
日時：1/11(木) 2/20(火)

1月・2月の「子育て支援事業」のお知らせ

①実施日

- ・1月15日(月) …なかよしミックス(お店屋さんごっこ)
- ・1月22日(月) …若楠にこにこサークル
- ・1月25日(木) …高木瀬あいあいサークル
- ・1月26日(金) …赤ちゃんの日(写真アート)
- ・1月30日(火)・31日(水) …フリーディ

- ・2月7日(水) …東与賀よかよかサークル
- ・2月16日(金) …赤ちゃんの日(ベビーダンス)
- ・2月21日(水) …高木瀬赤ちゃんサロン
- ・2月22日(木) …高木瀬あいあいサークル
- ・2月26日(月) …なかよしミックス(ひな祭り製作)
- ・2月27日(火) …育児講座(おしゃべり会)

※分園 PINO にて開催します。

- ・2月13日(火)・15日(木)・19日(月) …フリーディ

②時間：10時～12時

③開催場所：子育て支援センター・運動場

※事前の電話での申し込みが必要です。

1月分の申し込み 1/9(火)～9時半～17時

2月分の申し込み 2/1(木)～9時半～17時

- ※赤ちゃんの日は兄弟児の参加はご遠慮ください。
- ※フリーディは予約は必要ありません。ご都合が付く日にご来園ください。
- ※感染対策にご協力ください。
- ※詳しくは「さんこうほぼら」ホームページをご覧ください。

「歯磨きは、虫歯予防だけにあらず」

西九州大学看護学部看護学科 小林幸恵

赤ちゃんの歯の生えはじめは、一般に生後6ヶ月～9か月頃とされています。最初に生えてくるのは下の前歯2本です。授乳させていて「あれ？なんか当たるぞ？」と気づかれたお母さんも多いのではないのでしょうか？私の息子は4か月頃から生え始め、授乳時によくおっぱいを噛むようになったため、何度も痛い思いをしましたが、笑顔を見ると許してしまいました。今ではいい思い出です。

さて、20本の乳歯が生え揃うのは、おおよそ2歳半頃とされています。虫歯予防として、離乳食開始と同時に歯磨き開始が推奨されます。はじめは歯ブラシに慣れることから始め、徐々に歯磨き粉を用いたブラッシング、ぶくぶくうがいの練習、仕上げ磨きなど、嫌がるお子さんに行うのは、なかなか骨の折れる作業ですよね。うちは仕上げ磨き時にウルトラマンの動画を見せて、何とかしのいでいました。今でもウルトラマンには感謝しています。

では、なぜそのような骨の折れることをした方がいいのかというと、歯磨きが単純に「虫歯予防」だけではなく、近年、歯周病に起因する全身性疾患が指摘されるようになって、生涯の健康づくりのスタートになると言われるようになったためです。そもそも赤ちゃんの口の中には、いわゆる虫歯菌は存在しません。それが、離乳食開始に伴い、大人が使ったお箸やスプーンを共用することで、虫歯菌（ミュータンスレンサ球菌など）が赤ちゃんの口に入って定着してしまいます。食事後に歯や歯ぐきに残った食べカスに虫歯菌が取りつき、歯垢（デンタルプラーク）と言われるねばねばした堆積物になります。この歯垢の中の酸素が少なくなると、酸素を嫌う菌が増殖していきます。これらの菌が、歯肉を入口として体内に入り込もうと攻撃し、それに対抗しようとして免疫反応を起こすと、歯ぐきに炎症が起こり歯周病に至ってしまいます。この時に産生される毒素が血流に乗って全身に運ばれると、糖尿病、肥満、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こすと言われています。また、妊娠中のお母さんでは、早産や低体重児出産にもつながるとされています。

ご年配の方の中には、そこまで歯磨きする必要はないとおっしゃる方もいますが、小さいころからの歯磨き習慣が、健康に長生きすることにもつながります。今の苦勞がきっと、お子さんへの健康という無形の贈り物になると思います。歯磨きの苦勞もいずれは終わると思って、皆さん、頑張りましょう！

【参考文献】日本臨床歯周病学会 (<https://www.jacp.net/perio/effect/>)