２０２６年度１１月号

はやしクリニック
キッズ・ケアルームだより



様々な落ち葉が舞い落ち、秋も深まる季節となりました。朝晩の気温の変化が大きい時期でもあるので衣服の調節や十分な休息を心がけて元気に過ごしましょう。
10 月のキッズ・ケアルームではインフルエンザ・風邪・ヘルパンギーナなどで５３名の利用がありました。

１１月８日は「いい歯の日」

乳児期から学童期にかけては乳歯から永久歯へと口の中が大きく変化する時期です。特に乳歯は、食べ物を噛むだけでなくあごの発達や言葉の発音にも関わってきます。小さい頃から歯を大切にする習慣をつけていつまでも元気な歯を育てていきましょう。
歯磨きは未来の健康の「貯金」です。



～仕上げ磨きが大切です！～

子どもは自分で歯を磨く練習をしていきますが、まだまだ上手に磨けません。
「自分で磨く」＋「大人の仕上げ磨き」できれいなお口を目指しましょう。

０～１歳　歯磨きの準備
歯が生え始めたら大人が短時間で寝かせ磨きを開始。歯ブラシに興味を持ち、自分でくわえている時はしっかりと見ていてください。

２歳　大人が磨く
自分でやりたがる時期。必ず大人が見ているところで磨かせ、その後大人が仕上げ用ブラシで寝かせ磨きをしてください。

3～4 歳　自分で磨く練習
歯ブラシの握り方や正しいやり方を教えながら、自分で磨く練習をしていきます。まだまだ大人の仕上げが必要です。

５歳以降　自分磨き＋仕上げ
一人でも上手に磨けるようになりますが、奥歯に永久歯も生えてくる時期。大人の仕上げ磨きは大事です。

寝る前の仕上げ磨きを習慣にしましょう。
仕上げ磨きは親子のスキンシップの時間にもなりますね。
就学以降もできるだけ大人の仕上げ磨きをしていきましょう！

＊歯ブラシをくわえたまま動き回って転倒すると歯ブラシがのどの奥に刺さって大けがをすることがあるので気を付けましょう！！

☆7 月に全国病児保育研究大会に行き、現代の子育てに関する講義を受けてきました。
『子どもの SOS を発信できるように…』子どもの SOS は泣くことで表現されます。子どもが泣かないで過ごすことは大人にとって楽かもしれません。しかし、その SOS を発信できないと心は壊れています。「泣いて」いいんです。泣くことに対して「やだね」「そうだよね」と大人が安心させてあげるように声をかけ「安心できる体験」の蓄積が必要です。
キッズ・ケアルームでは「泣く」お子さまはたくさんいます。泣くことでの不安に寄り添い安心できるように‥と
スタッフ一同常に心がけています。お子さまだけでなく保護者の皆様にもその安心の体験ができるようにしていきたいと思っています。

〒１９４－００３５
町田市忠生２－２９－２０
０４２－７９３－３７２２