



すくすく通信 10月

令和7年（2025年）10月 発行

地域子育て支援センターすくすく（米谷保育所内）

宝塚市今里町 1-1 《月～金曜日 9:00～17:00》

子育て支援センターすくすく専用電話

0797-84-0063

秋の気配を感じる頃となりました。地域子育て支援センターすくすくでは園庭開放や室内開放、赤ちゃん専用のまいまいルームなど、親子で一緒に遊べるスペースを準備してお待ちしています。親子で気軽に遊びに来てください。



～～～乳歯の生え方と歯みがき～～～



＊0～6か月：歯が生える準備期…授乳後の口の中は、唾液がきれいにしてくれます。スキンシップの一環として、口のまわりや歯ぐきをさわってあげたりして、歯みがきの準備をしましょう。おもちゃしゃぶりも歯みがきの準備段階として大切です。

＊6～9か月：歯が生え始めます（☆歯の生える時期は個人差が大きく、早いと4か月頃から、遅いと1歳を過ぎてから生え始めることもあります）唾液の分泌が盛んなので、歯ブラシを使わなくても汚れはつきにくい時期です。離乳食後に湯冷ましを飲ませたり、清潔な指でやさしく口の中をこすったり、湿らせたガーゼでみがいてあげましょう。おもちゃのカミカミ遊びもよいでしょう。

＊1歳頃：前歯上下4本が生える…1歳を迎えるころには、上下の前歯がそろってきます。上の前歯は唾液が届きにくく、1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、機嫌が良いときにやさしい歯ブラシでみがく習慣をつけ始めましょう。

＊1歳6か月頃：奥歯（第一乳臼歯）が生えます。…離乳が完了する頃には奥歯（第一乳臼歯）が生え始めます。奥歯のかむ面の汚れは唾液ではとれず、虫歯菌が定着しやすい部分です。ほめてあげながら、無理をせずみがいてあげ、習慣づけていきましょう。

＊2歳～3歳頃：犬歯、奥歯（第二乳臼歯）が生え、乳歯20本完了…大人が歯みがきするところを見せるなどして、自分でみがこうとする意欲を育てましょう。プクプクうがいができるようになったら、歯みがき剤を使用できます。歯ブラシは子ども用とおとなが使う仕上げ用に分け、仕上げみがきは短時間で効率よく汚れを落とすためにこまめに交換しましょう。

〔参考・引用〕…『日本口腔保健協会』子どものお口の健康より

『ふのラスク』

《材料》6～8人分

おつゆふ：1袋（約30グラム）

有塩バター：50グラム

さとう：40グラム

保育所のおやつレシピ

★フライパンでも作れます！

《作り方》

- ① 鍋に有塩バターを溶かし、おつゆふに全体的にまわしかける。
- ② さとうをまぶし混ぜる。
- ③ 天板にクッキングシートを敷き、②を重ならないように広げる。
- ④ 170度のオーブンで10分ほどこんがり焦げ目がつくまで焼く（フライパンの場合、中火でこんがり焦げ目がつくまで焼く）



地域子育て支援事業のお知らせ 10月～12月



各事業の詳細は、お気軽にお問合せください。 電話やホームページでも確認できます。

講座のお知らせ 予約が必要です。申し込み時期は、広報たからづかをご覧ください。
詳しくは子育て支援担当までお問い合わせください。

日 時	講座名	対 象	内 容
10/6（月） 15（水） 10:00～12:00	2歳の親子なるほど講座 （2回連続講座）	1歳8か月～2歳11か月の子ども（未就園児）とその保護者（初参加）	2歳の子どもの子育てにおける疑問や心の発達、保護者の関わり方などについて学びあいましょう。
11/11（火） 13:30～15:00	ベビーダンス	生後3か月～概ね1歳で首のすわった未就園児と保護者	親子遊びやストレッチ、負担の少ない抱っこひもの装着の仕方、サンバのリズムにのってのダンスなど。
11/18（火） 25（火） 10:00～12:00	親子で遊ぼうなかよし講座 （2回連続講座）	12か月～1歳11か月で第一子の未就園児とその保護者	絵本やおはなし、親子ふれあい遊びを楽しみながら、子どもとの関わりを学びましょう。
12/2（火） 9（火） 13:30～15:00	新米ママ・パパのふれあいタイム（2回連続講座）	3～12か月の第一子（未就園児）とその保護者（初参加）	助産師、調理員、保育士からの子育てアドバイスや離乳食の試食や親子でふれあい遊びをしましょう。

***いずれの講座も市内在住の方が対象です。**

お楽しみ情報 予約が必要です。詳しくは子育て支援担当までお問い合わせください。

日 時	事業名	対 象	内 容
11/12（水） 10:30～11:15	公園であそぼう！！	市内在住で概ね1歳以上の未就園児と保護者	親子でふれあい遊び、運動遊びでからだを動かして遊びましょう。

出前発達相談 予約が必要です。詳しくは子育て支援担当までお問い合わせください。



10/14（火）…13:30～15:00 「運動発達の相談」



まいまいルームの時に、寝返りやおすわり、ハイハイ等、体の動きなどについて気になることや心配なことがあれば、子ども発達支援センターの理学療法士が子どもの様子をみながら相談に応じます。

11/7（金）…10:30～12:00 「言葉の相談」



園庭開放時に、言葉の発達について気になることや心配なことなどがあれば、子ども発達支援センターの言語聴覚士が子どもの様子をみながら相談に応じます。

★保育所内での状況等により掲載事業予定が変更になる場合があります。

