



あっという間に春が過ぎ去り、季節は梅雨に移り変わりました。今年は例年になく早い梅雨入りとなったため、室内での活動が多くなったのではないのでしょうか。児童センターを利用するのはもちろん、おうちで折り紙やてるてる坊主を作ったり、絵本を読んであげたりと、うまく室内遊びを取り入れて、適度に外出しながらうっとうしい梅雨を乗り切りましょう！



## 注意！子どもの体温調節！！



2歳くらいまでの子どもは体温調節がうまくできないので、室温や湿度が高いと熱が体にこもってしまい、発熱することがあります。また、幼児期は「暑い」「寒い」という気持ちをうまく伝えることができないので、大人が気づき、こまめに調整してあげることが大切です。体温は1日の間でも変動しますが、夏と冬でも変わってきます。まずは、子どもの平熱を知っておきましょう。

服の背中に手を入れて汗をかいていたら暑い証拠！寝ている赤ちゃんは布団と接している部分が多いため、背中に熱がこもりやすくなります。また、屋内と屋外の気温差にも注意しましょう！自分が平気だとしても、子どももそうとは限りません。汗をかくこの季節！こまめに汗を拭く、シャワーを浴びる、新しい洋服に着替えさせるなどして、さっぱりさせてあげましょう。

子どもは大人より冷えやすいので、室温は27度くらいに設定し、エアコンのドライ機能を利用したり、扇風機と併用して冷気を巡回させたりと、直接子どもに冷たい風が当たらないように工夫してみてくださいね。



## 3歳までに「ミュータンス菌」がいなければ虫歯にならない！？



ミュータンス菌は“虫歯菌”とも呼ばれ、生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には存在しません。ミュータンス菌は歯がないと生育できないため、**親と子が同じスプーンを使うなどすると、唾液を介して大人から子どもへとつります。**乳歯の生え始めから3歳頃までに大人から子への感染を防ぐと、子どもは一生虫歯になりにくくなります。かといって、完全に感染を防ぐことは不可能なので、**大人の口の中の細菌を減らして感染リスクを減らすことが大切です。**虫歯などがあれば治療を受け、きちんと歯を磨き、子どもに食事を与える際はうがいをするなどして、**大人の口の中を清潔に保ちましょう。**また、甘い物の摂り過ぎも菌を増やす原因になるので注意してくださいね。



## 「赤ちゃん広場」の様子



5月13日(木)に行った「赤ちゃん広場」。ティータイムを設けるはずでしたが、今年は県内のコロナ感染者も増えたため、急遽予定を変更して、お菓子はお土産として持ち帰ることに👏

アンケートにご協力くださったママたち、本当にありがとうございました。アンケートの集計をもとに、これから赤ちゃん広場で行うイベントを考えていきたいと思っております！お楽しみに♪



子育てに関する悩みや相談事を受け付けています。お気軽にお電話ください。

TEL...0952-75-5120

令和3年6月1日発行

