

公開!



- あげると座れる)
- ・発育が順調で体調がよく、機嫌もよい
 - ・1日の生活リズムが規則的になる
 - ・食べ物に興味を示し、指しゃぶりやおもちゃなめをしたりする
 - ・スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなる

おかゆはこし網などでつぶし、ポタージュ状に



■プレママ・赤ちゃんのお口の健康 妊娠中にかかりやすいむし歯や歯周病を防ぐポイント、赤ちゃんのむし歯予防のための正しいお手入れの方法をご紹介します。

赤ちゃんの歯がはえてきたら

生後6、7か月頃

歯がはえてきます。このころはまだ口のなかを舐めるとは慣れていないので、歯ブラシ開始の前準備として歯の表面の汚れをガーゼで優しく拭くことから始めましょう。

※はえる時期には個人差があります。

ガーゼでのお手入れ方法

少し濡らせた清潔なガーゼで歯の表面の汚れをやさしく拭きましょう。



赤ちゃんのお口の健康

▶プレママの正しい歯みがき剤の使い方

むし歯予防のための正しいフッ素入り歯みがき剤の使い方

- ①フッ素入り歯みがき剤は1回以上使用する
- ②歯ブラシにつける量は歯ブラシの1/3
- ③うがいはスプーン1杯くらゐの水で1回まで
- ④歯みがき後は1時間飲食を控える



子育て

赤ちゃんとの暮らし

4か月児・10か月児赤ちゃん広場

生後4か月・10か月頃の赤ちゃんと保護者を対象に、発達や事故防止、離乳食などのアドバイスを行う「赤ちゃん広場」の講話内容をご紹介します。右のコードか「赤ちゃん広場 八千代市」で検索を。



■事故防止について 生後4～10か月頃の赤ちゃんに起きやすいベッドやソファからの転落やタバコなどの誤飲、やけどなどの事故と、その防止法の資料を紹介します。

生後4か月～6か月頃の赤ちゃん

事故防止法

嘔吐

- ・赤ちゃんが飲み込んでしまう大きさのものは、赤ちゃんの手が届かないところに置きましょう。
- ※赤ちゃんの喉の大きさは、トイレットペーパーの芯くらいといわれています。トイレットペーパーの芯を通り抜けてしまうものは赤ちゃんが飲み込めるものと考えましょう。

生後7～10か月頃の赤ちゃん

赤ちゃんの様子

- ・ハイハイをしたり、つかまり立ちをし始める、動きがどんどん活発になります。

起きやすい事故

- ・階段、バギーや椅子からの転落
- ・浴槽への転落
- ・炊飯器、ストーブ、ヒーター、アイロンなどによるやけど

◀月齢別の赤ちゃんの様子と起きやすい事故の例

あそび

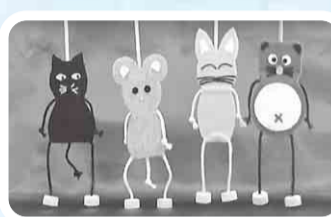
お子さんと一緒に遊ぼう お家で一緒に遊ぼう

お子さんとお家で楽しく遊べるわらべ歌や手遊び歌、手作りおもちゃ、親子でできるふれあい遊びなどを動画で紹介します。右のコードか「お家で一緒に遊ぼう 八千代市」で検索を。



むすんでひらいての曲に合わせて体を使って遊んでみよう

あたま・かた・ひざ・ぼん 体をさわって遊ぼう



やすべいじい動物のふらふら人形を使っているよ

ティッシュ箱で手作りおもちゃを作ろう



このしっぽだーれだペープサート※を使って何の動物のしっぽか当てよう!

※ペープサート=紙人形劇

動画を見たパパ・ママの感想

- ・短い動画なので、家事や育児などの合間に見ています
- ・いつも遊びに行っているすてっぷ21大和田の先生が出ていますので子どもが「すてっぷー」と喜んでいました
- ・離乳食を作るのは難しいと思っていましたが、動画を見て意外と出来そうだなと思いました
- ・我が家では、お風呂はパパが入れています。仕事が終わった後でも沐浴の動画が見れて助かりました

ご相談ください

妊娠や出産・子育て、健康に関することなど、悩みや不安、質問がありましたら、お気軽にご相談ください。必要に応じて保健師などによる家庭訪問も行っています。

お問い合わせ
母子保健課 ☎486-7250
子ども支援センターすてっぷ21
大和田 ☎486-7455

募集 会議などの市民委員

市内在住の成人で、本市の審議会などの委員を5つ以上兼ねていない人が対象です。任期は1年または2年。任期から2年間。書類選考。応募書類は非公開、返却しません。選考結果は応募者本人に通知します。締切は2月15日(月)午後5時です。

■八千代市子ども・子育て会議 子ども・子育て支援に関する施策の推進や実施状況について調査・審議します。

▼資格 小学生以下の子どもを保護者または子ども・子育て支援に関心があり、年数回の平日昼間の会議に出席できる人

▼募集人数 4人 ▼報酬 1回につき7000円 ▼応募方法 任意のA4用紙に氏名(フリガナ)・性別・生年月日・住所・電話番号・主な職歴と現在の職業・子どもに関する支援活動の経歴・応募の理由(子どもを持つ保護者は、子どもの氏名・生年月日)を記入し、「子ども・子育てや子育て支援に関する考えや意

スポーツ指導員向けの講演会を開催

スポーツ指導員や指導に興味がある人向けに講演会を開催します。①大塚製薬株式会社との包括連携協定による講演「スポーツ時における水分補給と体調管理」、②筑波大学体育系教授の真田久さんによる講演「オリンピック・パラリンピックの楽しみ方」。

▼日時 ①2月6日(土)、②2月20日(日)いずれも午後2時。30分前から受け付け ▼場所 総合生涯学習プラザ。公共交通機関をご利用ください ▼申し込み 1月26日(火)までに電話で市体育協会事務局へ。 ▼問い合わせ 市体育協会事務局 ☎(483)5415。火曜～金曜日午前10時～午後4時 (文化・スポーツ課)

令和3年度ふれあい大学校の学生募集は行いません

今年度のふれあい大学校は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を考慮し、開催を中止しました。今年度の入学希望者で来年度も入学を希望する人はそのまま入学できます。来年度は、定員を縮小して開催するため、学生の追加募集は行いません。詳しくは、長寿支援課 ☎(421)6737へ。

一般国道464号北千葉道路(市川市～船橋市)環境影響評価書と都市計画決定図書と都市計画決定図書を縦覧

一般国道464号北千葉道路(市川市～船橋市)環境影響評価書と都市計画決定図書を下記のとおり縦覧します。

▼縦覧期間 土曜・日曜日、祝日を除く1月12日(火)～2月15日(月)午前8時30分～午後5時15分 ▼縦覧場所 市都市計画課(評価書は県ホームページで終日縦覧できます) ▼問い合わせ 県都市計画課 ☎043(223)3376、市土木建設課 ☎(421)6782