ゆいきっず通信

2026 11月

《11月のゆいきっず講座》

みんなでたのしくリトミック

音に合わせ、自由に身体を動かしてたのしむリトミック♪
リズム感・運動神経・創造性などを育みます。
おともだちと一緒に音楽に触れて、全身で楽しもう♪

日　時	2026年**11月6日(金)**10時～11時
講　師	長沼　香　先生
場　所	橋南公民館(りんご庁舎３階)　会議室３
対　象	市内在住、就学前のお子さんとその保護者
定　員	10組　※要予約

11/6(金) リトミック 講座予約☞

乳幼児の感染症について

様々な感染症が気になる季節になってきました。
どのような予防が効果的なのでしょう？
乳幼児の気になる感染症について市立病院の方にお話をしていただきます！

日　時	2026年**11月19日(木)**10時～11時
講　師	飯田市立病院　出前講座
場　所	橋南公民館(りんご庁舎３階)　会議室３
対　象	市内在住、就学前のお子さんとその保護者
定　員	10組　※要予約

11/19(木) 感染症 講座予約☞

隣接する駐車場が満車になる場合がございます。動物園横の扇町駐車場や、中央公園下の中央駐車場も
２時間無料ですので、満車の際はそちらをご利用ください。

11月7日（土）・8日（日）は橋南公民館の文化祭が開催されます。
当日は駐車場やりんご庁舎内が混雑します。
ゆいきっず広場は通常通り開館しますが、ご来館される際はご承知おきください。

『ながの電子申請サービス』での予約について

- 申込から事前キャンセルまで、全て『ながの電子申請サービス』でることができます。
- 予約が満員になった場合は入力できません。キャンセルが出た際は入力ができるようになりますので、希望する講座・託児の申込ができなかった時は、時折ページを確認してみてください♪
- 当日キャンセルの場合は電話にてご連絡ください。

ゆいきっず広場

0歳～就学前のお子さん（保護者同伴）
利用料無料・予約必要なし
9:00～16:00（火曜休館）

〇飯田市本町1-15　りんご庁舎2階　電話：0265-22-4511(市代表)
(内線：ゆいきっず広場・講座…5349/子育てに関する相談…5343)
〇**土日祝**のゆいきっず広場開所状況に関するお問合せ：090-2699-5349
(↑平日は電話に出ることができません。市代表の電話番号にご連絡ください)
〇こども課子育て相談窓口…平日（月～金曜日）8:30～17:15
※窓口に相談にお越しの場合は事前にご連絡ください。
〇りんご庁舎駐車場は2時間無料
（以降30分ごとに100円かかります）

ゆいきっず Instagram→ IIDA_YUIKIDS

乳幼児のお口のお手入れについて

今回は令和８年 10 月２日に行われた、ゆいきっず講座『乳幼児のお口のお手入れについて』より、内容を一部ご紹介します。

歯が生えてきたら、お口のケアもスタート。
歯みがきをスムーズにできるようになるために、生え始める前から、生え始めの時期の準備をしましょう！

★楽しくお口に触れられることに慣れましょう★

歯がまだ生えていない時期

お口に触れることは、脳への刺激・感覚の発達にもつながります。
遊びの中で、スキンシップを通して、徐々にお口に触れることに慣らしていきましょう。
ひざの上などで、ごろんと仰向けになり、足先、手のひらから、こちょこちょやマッサージをしながら、ほっぺをむぎゅむぎゅ、ツンツンし、指で唇や歯茎に触れて、お口に触れる事に慣らしてあげましょう。

ララララぞうきん♪など体に触れる手遊び歌を歌いながらやるのも◎

歯が生えてきたら

1．食後や寝る前にガーゼやシートで拭うことから始めます。触れられることに慣れてきたら、少しずつ歯ブラシを口に入れてみましょう。
2．自分で歯ブラシを持ちたがれば、見守りながら、歯ブラシをかませてみましょう。
3．ひざの上に寝かせて、柔らかめの歯ブラシでやさしく磨いてみましょう。

○はじめのうちは１日１回、機嫌の良い時から始めてみましょう！慣れてきたら回数を増やしましょう。
○持ち手が輪っかになったものや、ガードの付いたこども用の歯ブラシを準備して、歯ブラシに慣れていきましょう。

※こどもが歯ブラシを持っている時は目を離さないように注意しましょう。

注意！

上唇と歯茎をつないでいる筋を上唇小帯（じょうしんしょうたい）といい、上唇をめくると真ん中にあります。
こどものうちは太く、歯茎の近くまで伸びていて、とてもデリケートな部分なので、指や歯ブラシでひっかけないように気を付けてやさしく触れましょう。
仕上げみがきの際は、空いている手の人差しで保護しながらみがきましょう。

★歯みがきを楽しくするために★

○歯みがきが終わったら、ぎゅーと抱きしめ、しっかりほめましょう。
○優しい言葉かけをしながら笑顔😊でみがきましょう。
○家族みんなで歯みがきをして、歯みがきを「毎日のあたりまえ」にしましょう！

お口、歯磨きの悩みのご相談は、
飯田市保健センター　歯科衛生士（0265-22-4511　内線 5535）まで。