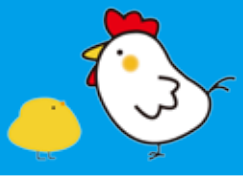
育児ワンポイント
「歯を大切に！」

健康な歯を保つためには、乳歯のときからのケアが大切になります。

食べた後や寝る前に、子どもが自分で磨く習慣をつけ、その後に大人が必ず仕上げ磨きをしてあげましょう。

もし、虫歯ができてしまったら、早めに病院で治療を受けるようにしましょう。

しまばら子育て情報



問い合わせ先
子育て支援室（☎62-4015）
市保健センター内（霊南二丁目45）
E-mail：kosodate@city.shimabara.lg.jp

ママたちのための リフレッシュ講座

日常の忙しさをほんの少しだけ忘れて、ホッとした時間を持ちませんか。

▶と　き　6月29日（月）　10時～12時
▶ところ　市保健センター
▶内　容　クッキング教室「ちょこっと中華」（材料費200円）
▶持ってくるもの　エプロン・三角巾
▶講　師　内田景子 先生
▶対象者　小学校就学前までの子どもを在宅で育てているお母さん
※託児ができます
▶申込方法　子育て支援室に電話で申し込んでください
▶申し込み・問い合わせ先　子育て支援室（☎62-4015）

笑顔で子育て 育児サークル

育児サークルは、親子で楽しみながら子育てができるように、情報交換と友だちづくりのきっかけとなるような場を設け、参加者の交流を行っています。

食生活改善推進員・ありあけ母親クラブによる手作りおやつもあります。

6月の育児サークル　10時～12時

育児サークル	内　容	場　所
きらら kids（第1火曜日）	6月2日（火）救急法を学ぼう	有明保健センター
こいこいひろば（第1水曜日）	6月3日（水）簡単おやつ作り	霊丘公民館
にこにこ kids（第1木曜日）	6月4日（木）体験ベビーマッサージ	安中公民館
のびのび kids（第2火曜日）	6月9日（火）のびのびクッキング	三会農村環境改善センター
すくすくげん kids（第3木曜日）	6月18日（木）おりがみあそび	杉谷公民館
ぱぴぷキッズ（第4木曜日）	6月25日（木）おしゃべりカフェ	市保健センター

救急法を学ぼう（6月2日開催）

消防署の救急救命士の指導のもと、実際に乳幼児の人体模型を使っての心臓マッサージ・人工呼吸法・AEDの操作方法などが体験できます。

子どもの安全のためにも、ぜひ、参加してください。