



日	月	火	水	木	金	土
	1 	2 リズムダンス 10:45~11:15	3 ハイハイの赤ちゃんでも、楽しむことができます。お家の方も身体を動かして、リフレッシュしてみませんか？	4	5	6 休館日
7 休館日	8 	9 7/8 (月) ~ 6/19 (金) まで プラ板でお子さんの足型を使って、おうちの人へのプレゼントを作しましょう	10	11	12 身体計測 健康相談	13 休館日
14 休館日	15 お話サークル「紙ふうせん」さんの絵本の読み聞かせや手遊びなど、ほっと心温まるひとときです	16	17	18	19 	20 休館日
21 休館日	22 	23	24 おはなしひろば 11:10~11:30	25	26	27 休館日
28 休館日	29	30 七夕飾りを作しましょう! 6/29 (月) ~ 7/7 (火)				

## 6/4から歯と口の健康週間が始まります

虫歯にはいくつかの条件が重なってできるものです。予防のために、歯の手入れや生活習慣を見直していきましょう。

### ①甘いおやつは要注意

虫歯菌は砂糖が大好き。1日に摂ってもよい砂糖の量は、1~2歳で5g<sup>※</sup>。スティックシュガーなら2本弱まで。  
(例 乳酸飲料1本あたりスティックシュガー4本分ある)

### ②おやつは時間や量を決めて

袋ごと与えず、皿に決めた量をのせる。ダラダラ食い・ダラダラ飲みをしない。

### ③食後に歯磨きをする

特に夜は必ずする。嫌がる時は大人の指にガーゼを巻き付けて表面をふくだけでよい。



プラ板で足形を使って、おうちの人へキーホルダーを作りませんか。  
今しかできないお子さんの貴重な足形です。是非この機会にどうぞ！  
とってもかわいいですよ♡

