

歯みがき中の事故を防ぐ3か条

先日ニュースで、こどもの歯磨き時の怪我が増えているという話を聞きました。歯ブラシで口の中や喉にけがをする事故を防ぐための3か条を紹介します。歯みがき中の子どもが大人に抱きつき、歯ブラシが刺さるといった事故もあります。子どもが落ち着いた雰囲気や歯をみがけるよう気をつけてください。



1 歩かない

歯みがき中の事故で最も多いのが、歩いたり走ったりして転ぶケース。歯みがきをする場所を決めておきましょう。踏み台から転落する危険があるので、歯みがき中は座らせると安心です。



2 遊ばない

歯みがき中にほかのことをするのは危険です。事故の中には「寝転んで歯みがき」「ソファに立って歯みがき」など、歯みがきのように実際は遊びになっているケースが少なくありません。

3 手を離さない

歯ブラシから手を離すのは、すでに歯みがき以外のことをしているサイン。「歯みがき中は歯ブラシをしっかり持って」と伝えましょう。



5月号に続き、脳の発達・脳育てについて考えていきます。

脳には育つ順番がある・・・人間が生きていく機能の大部分は脳が担っています。ですから**子育てイコール「脳育て」**と表現していいくらいです。首が座る前に言葉を話す子がないように、脳の発達には段階があります。したがって、この脳育てにも守られるべき順番があります。子どもが生まれてから5歳くらいまでに、まず**「からだの脳」**を育てなくてはなりません。寝る、起きる、食べる、からだをうまく動かすことをつかさどる脳です。これは主に、内臓の働きや自律神経機能の調節を行う視床下部などの間脳や脳幹部を含む部位を指します。(脳の中で生命維持に大事な部分)

生まれた時は寝たきりで、昼夜関係なく泣いておっぱいやミルクをねだります。徐々に夜起きずにまとめて眠ってくれます。首が座り、寝返りを打ち、お座りをしてハイハイができるようになります。そのうち、朝家族とともに目覚め、夜になったら眠り、食事を3回とり、喜怒哀楽を表現し始めます。要するに、人が生まれてから最初に始まるからだと脳の発達です。このからだの脳が育つ時期を追いかけるように1歳から**「おりこうさんの脳」**の育ちが始まります。主に、言語機能や思考、スポーツの技術的なもの(微細運動)を担う大脳皮質のことです。小中学校での学習を中心にぐんと発達しますが、当然ながら個人差があります。おおむね18歳くらいまで時間をかけて育ちます。最後に10歳から18歳までにかけて育つのが**「こころの脳」**です。

(7月号に続く)

『高学歴親という病』 成田奈緒子 過干渉溺愛に潜むリスク 講談社+α

