



子育てに関する相談に応じる増子さん

子育ての不安に寄り添い 親子の笑顔を支えたい

歯並びと育児を支援する
市内唯一の歯並び育児®認定講師

増子 真菜さん

子どもの歯並びや育児を支援する歯並び育児認定講師。歯並び育児協会(広島市)が認定し、全国で約40人が活動しています。市内で唯一の認定講師、増子真菜さんに思いを聞きました。

歯並びは体が発するサイン

0〜5歳のお子さんを育てているお母さん、お父さんへ。子どもがご飯を食べている時、足の裏は地面や足台にしっかりと付いていますか。睡眠中、口は閉じて鼻呼吸になっていますか。どちらも、とても大切です。食事、睡眠、呼吸、発達、口の癖などの悩みは、それぞれ独立しておらず

実は繋がっていて、今後の歯並びに影響を与えます。逆に言うと、歯並びはそれらの結果で、子どもの体が発している健康かどうかのサインです。きれいな歯並びは健康で生きるための土台で、妊娠中から育てることが出来ます。現在、主に0〜5歳のお子さんを持つ保護者に向けた講座の開催や情報の発信をしています。助産師としての経験も生かして、正しい発達を促すための抱っこや遊び方といった0歳からの関わり方も支援しています。

悩んだ子育てが活動の原点

私は6歳の長女と4歳の長男の母で、子育てにとっても悩んだ経験が活動の原点です。長女は、ずりばいで後退しかなかったことや、離乳食が小食で肉や魚をかむことが苦手でした。そして、1歳半を過ぎた頃から乳歯に隙間がないことに違和感を覚えました。



1993年穂高生まれ。子どものころから看護師や助産師が身近な存在で、同じ道を志した。子どもたちの「やってみよう」を大切に、その成長をそばで応援することが日々の楽しみ。



増子真菜さんの
Instagramはこちら▶

子の未来は親の気付き次第

「もっと早く知れたかった」と思う一方、私と同じように育児に不安を抱えているお母さんたちに寄り添いたい。その気持ちが強くなりました。

上あごの成長のピークは5歳までとされており、歯並びの問題は気付いた時には既に進行していることも少なくありません。しかし、早い段階から対処すれば悩みを防いだり軽減できることもあります。両親の気付きで子どもの未来を変えることができるのです。

私自身、子育ての不安や迷いが減ったことで、心穏やかに子どもたちと笑って向き合えるようになりました。私の知識と経験を伝えていくことで、親子の笑顔を支えていきたいです。

計250点の傑作並ぶ 市内作家の作品展

5月2日〜31日 第118回 日展安曇野展



国内最大規模の総合美術展「日展」の巡回展として、第118回日展安曇野展が31日まで市美術館で開かれています。1日に開幕式が開かれ、関係者は4年ぶり2回目の開催を喜びました。館内には日本画、洋画、彫刻、工芸美術、書の5部門の計250点を展示。日本画部門で最高賞の内閣総理大臣賞を受賞した岸野圭作さん(72・三郷温)の受賞作「微風」も並んでいます。

岸野さんは安曇野での開催を喜んだ上で、市内の中学2年生が無料招待されていることを踏まえ「作品を鑑賞したときの素直な感情を大切にしてほしい」と話していました。

ナマステ！ネパールの暮らしと文化

4月19日 世界を知ろう、触れ合おう！ネパール編



各国出身者からその国ならではの文化や魅力を聞く講座のネパール編が豊科交流学習センター「きぼう」で開かれました。参加した45人は、講師のカルキ・サラスワティさん(松本市在住)が紹介した食文化やヒンドゥー教徒が多い国柄、山岳地帯ならではの暮らしなどに興味深く耳を傾けていました。ネパール語を体験するコーナーでは「皆さん一緒に」「ナマステ」「上手ですね」という講師と参加者との掛け合いで楽しみながら学んでいました。飯村博子さん(67・豊科)は「ネパールは何回も訪れたことがある国。懐かしい話を聞いて元気をもらえた」と話してくれました。

安曇野の春の風物詩 再開を願い 強く響く歌声

4月29日 第43回早春賦まつり

早春賦まつりが穂高川右岸早春賦歌碑前で開かれました。当日はふるさと観光大使の上松美香さんらによるミニハーブ・アルパの演奏や文化協会コーラスグループによる合唱のほか、初参加となった安曇節推進保存連絡協議会による演奏も行われました。最後には「早春賦」を会場全体で合唱し、歌声と共に安曇野に春の訪れを告げました。このイベントは安曇野の春の風物詩として長年親しまれてきましたが、今回の開催をもって一時休止が発表されました。何度も参加しているという千野祐子さん(87)と本多節子さん(84)は「毎年この日を楽しみにしていたので、休止はとても残念。再開されることを期待しています」と復活を強く願っていました。

