

歯みがき応援！歯みがき練習！

歯つらつ 歯みがき教室

今日から歯みがきデビューの方、
歯みがきを頑張っている方を
応援します！

歯が生えたばかりの時期は歯みがきデビューに最適な時期！
奥歯が生える前は、歯みがきをがんばるもっとも重要な時期！
パパ・ママ・お子さんも歯みがきが大好きな時間になります。

★歯みがきデビュー
(これから歯みがきを開始する方)

★歯みがきおうえん
(歯みがきをすでに開始している方)

対象者・目安
1才前後の親子

※港北区在住の親子



開催日・開催時間

4/15(水)

5/1(金)

6/29(月)

7/29(水)

8/19(水)

9/1(火)

10/14(水)

11/2(月)

12/4(金)

1/6(水)

2/1(月)

3/2(火)

申込開始日は開催日より**2週間前**の
8時30分から

★歯みがきデビュー
10:00～/13:30～

★歯みがきおうえん
10:00～/13:30～

※受付は開催時間の15分前からおこないます

午前：25組、午後：25組 先着順です

デビューコース、
おうえんコース
同時開催です。
申込時にコースを
選択してください

内容

- ★むし歯予防のお話 歯科衛生士が対応します
- ★親子で健康なお口づくりの話
- ★歯みがき実習（小集団で実施します）
- ★大人のむし歯菌チェック（希望者のみ）
- ★1歳前後の食事について 栄養士からのお話も聞けます
- ★今が大切！なんでも食べる味覚づくり

持ち物・場所

★持ち物 母子手帳、普段使用している歯ブラシ
その他お使いの歯みがきグッズ
※お持ちでない方は、お持ちにならなくて結構です

★場 所 港北区役所 1階健診フロア

申込

★申 込 横浜市電子申請サービス
右記二次元コードより
お申込みください



※駐車場利用の際の減免は、1時間になります。駐車場は混み合うため、なるべく公共交通機関でお越しください。
※この日程表については、市会で予算案が可決されたときに確定するものです。