



はじめての歯みがきと食事のすすめ方

予約制  
無料

# 親子わくわく歯っぴい食育講座

歯みがきや食事について、歯科衛生士と栄養士がお話します。

お口の成長に合わせたすすめ方やコツ、食事バランス、親子で取り組むお口の健康など日頃気になっていることも、ぜひこの機会におたずねください。

## 対 象

1歳2か月未満の児と保護者

## 実施時間

13:30 ~ 15:00

## 定 員

16組

## 会 場

鶴見区役所1階 健診会場

## 持ち物

母子健康手帳、歯ブラシ（普段使っているものがあれば）

## 予約方法

横浜市電子申請システムから予約

詳しくはこちら！



## 内 容

◆ 歯科衛生士による

むし歯予防の話、  
歯みがき練習、  
保護者の唾液テスト  
（歯周病）

歯ブラシ  
プレゼント!



◆ 栄養士による

離乳食から幼児食の  
話、1食分の食事の  
展示、個別相談など  
※試食もあります!



## 実施日

R8. 4月17日(金)

5月22日(金)

6月19日(金)

7月17日(金)

8月21日(金)

9月18日(金)

10月16日(金)

11月20日(金)

12月18日(金)

R9. 1月22日(金)

2月19日(金)

3月19日(金)

## 問合せ

鶴見福祉保健センター健康づくり係

電話▶045-510-1832 FAX▶045-510-1792

◆ 歯みがき準備やむし歯や歯並びなどの相談は



乳幼児歯科相談

【歯科医師・歯科衛生士対応・予約制】

をご利用ください。

詳しくはこちら! →



担当：こども家庭係 電話▶045-510-1797

◆ 食事に関する不安や悩みなどの相談は



こどもの食生活相談

【予約制】

をご利用ください。

詳しくはこちら! →



担当：健康づくり係 電話▶045-510-1827