

はじめての歯みがきと食事のすすめ方

予約制  
無料

## 親子わくわく歯びい・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)

## 問合先

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！



◆食事に関する不安や悩みなどの相談は

子どもの食生活相談

【予約制】

をご利用ください。



詳しくはこちら！



担当：こども家庭係 電話▶045-510-1797

担当：健康づくり係 電話▶045-510-1827