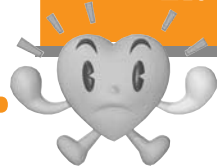




保健センター 地域包括支援センター

♡保健センター
☎28-3150
♡地域包括支援センター
☎28-0932



～口腔機能を向上させてください～

口は食べる、話す、唾液を出す、表情を豊かにすると
いった、元気な生活を送るための非常に大切な機能を持
っています。これらの働きを口腔機能と言います。

口に問題を抱えていると、食事がおいしくとれなくな
るなど、生活全体が不活発になるだけでなく、歯周病や
誤嚥性肺炎などの恐れも出てきます。

口腔機能を向上させるには、4つのポイントがあります。
毎日の生活に取り入れ、口腔機能を向上させてください。

①口腔の手入れを欠かさない～歯を磨くときは、歯と
歯ぐきの境目に歯ブラシの毛先をあてて、時間をか

けて磨いてください。

②しっかりかんで食べる～しっかりかむことで、少し
ずつかむ力をきたえることができます。

③食べる姿勢に気をつける～上体を起こし、あごを少
しひいた姿勢が誤嚥しにくい姿勢です。

④歌を歌ったり、早口言葉を言ったりする～歌うこと
は話すこと以上に口の運動になります。また、早口
言葉で口やその周りの運動機能をさらにきたえるこ
とができます。

問合せ 地域包括支援センター 28・0932

母子保健

内 容	と き	対 象	備 考
母子手帳交付 (妊婦健康相談)	毎週月曜日 午前8時30分～正午	妊婦	妊婦届出書をご持参ください。 ご都合の悪い方は事前にご連絡ください。
3か月児健診	2月24日(火) 午後0時30分～午後1時受付	平成26年10月の出生者	母子手帳と送付したアンケートをご持参ください。
10か月児健診	2月17日(火) 平成26年4月の出生者 午後0時30分～午後0時45分受付 平成26年5月の出生者 午後0時45分～午後1時受付	平成26年4月～平成26年5月の出生者	母子手帳と送付したアンケートをご持参ください。
1歳6か月児健診	2月12日(木) 平成25年7月の出生者 午後0時30分～午後0時45分受付 平成25年8月の出生者 午後0時45分～午後1時受付	平成25年7月～平成25年8月の出生者	母子手帳と送付したアンケートをご持参ください。
子ども健康相談	2月13日(金)、2月25日(水) 午前9時30分～午前11時受付	乳幼児と保護者	事前に保健センターに予約してください。
ニューファミリー 教室	2月10日(火) 受付:午前9時45分～午前10時 午前10時～午前11時30分 「お産のイメージトレーニング、先輩ママとの交流会」	妊婦	母子手帳をご持参ください。 事前に保健センターに予約してください。
赤ちゃん広場	2月10日(火) 午前10時～午前11時30分 「生活リズムのお話・もうすぐママとの交流会」 場所:保健センター 2月27日(金) 午前10時～午前11時 「すくすく歯っぴー」 場所:ひまわり児童館	生後4か月から1歳までの乳 児と母親(誕生月まで参加 できます)	事前に保健センターに予約してください。
BCG	指定医療機関で予約してく ださい。	生後1歳未満の乳児(標準的な 接種時期:生後5か月～8か月)	指定医療機関 ・N.キッズレディースクリニック ・わかばファミリークリニック
個別接種 ヒブワクチン 小児用肺炎球菌ワクチン 三種混合ワクチン 四種混合ワクチン 不活化ポリオワクチン 二種混合ワクチン 麻疹・風疹混合ワクチン 日本脳炎ワクチン 水痘(水ぼうそう)ワクチン※ ※平成26年10月1日より水痘 ワクチンの定期接種が開始 されました。	指定医療機関で予約してく ださい。	ヒブ・小児用肺炎球菌 生後2か月～4 歳 三種混合・四種混合・不活化ポリオ 生後3か月～7歳6か月未満児 二種混合 小学校6年生 麻疹・風疹混合 生後12か月～24か月 未満児、年長児 日本脳炎 (1期) 満3歳～7歳6か月未 満児 (2期) 9歳～13歳未満児 平成7年4月2日～平成19年4月1日に生 まれた方で未接種の方 水痘(水ぼうそう) 1歳～3歳未満児(2 回接種)経過措置対象者3歳～5歳未満 児(1回接種)	指定医療機関 ・杉山医院 ・N.キッズレディースクリニック ・とよ山内科クリニック ・わかばファミリークリニック ・まき小児科 ・いしぐるクリニック および北名古屋市、清須市の指定医療 機関