問 健康ほけん課健康づくり班 ☎内線 2549

日にち	時間	ところ

10月20日 (日) 9:30~12:30 13:30~15:30

平戸文化センター ※平戸福祉健康まつりの 会場にて実施。

標語「さあ行こう 未来をつなぐ 献血へ」

11月の認知症の人と家族のつどい

日にち 時間 ところ

11月7日(木) 13:30~15:30

COLAS平戸 未来創造館

問 長寿介護課高齢者支援班 内線☎2592

10月の健康テレフォンプログラム

曜日	内 容
月曜	片頭痛について
火曜	ゴルフ肘
水曜	赤ちゃんの発熱
木 曜	老眼について
金曜	□内炎か□腔がんか迷ったら?
土曜・日曜	排尿時の痛み
w=11 6°.	(カリ 69 0120 FFF 202 (堆 烘 不可)

※フリーダイヤル ☎0120-555-203 (携帯不可)

- ※携帯電話 ☎095-826-5511 ●祝日は前日のテープが流れます。
- ●午前9時から翌朝午前9時までの24時間、同じ内容のテープが3分間流れます。

お問い合わせ先 長崎県保険医協会 ☎095-825-3829



指しゃぶりをやめる時期

問健康ほけん課健康づくり班 ☎内線 2545

永久歯に替わるまでに

指しゃぶりをすると歯並びが悪くなるのでは と心配し、歯科に相談する保護者が増えていま す。1~2歳までは吸う本能があり、ごく普通 のことですが、歯並びやかみ合わせに影響を与 えないよう、4歳半~5歳を過ぎたらやめさせ たほうが良いです。遅くとも、永久前歯が萌出 している小学校低学年で指しゃぶりをしている 場合はやめさせましょう。

指しゃぶりは欲求不満や人工栄養、育児環境、 単なる癖として残っているなどさまざまな原因 が考えられますが、比較的多いのは幼児期の頑



固な指しゃぶりが 癖として残ってい る場合です。

指しゃぶりを 放っておくと出っ 歯になったり、上 下の前歯の間に隙 間が空いたり、奥 歯が横にずれてか



み合わせがおかしくなったりします。このよう な咬合の異常により舌癖、□呼吸、構音障害が 起こりやすくなります。

小学校に入学してもやめない場合は

小学校に入学してもやめない場合は、指に苦いものを塗ったり、爪にかわいい絵を描いたりしてやめさせることもあります。家庭では子どもの生活リズムを整え、外遊びや運動をさせてエネルギーを十分に発散させたり、就寝時に子どもの手を握ったり、絵本を読んであげたりして心身をリラックスさせることも有効です。

子どもの年齢にもよりますが、一度かかりつけの歯科医院に相談してみましょう。

子育て・健康応援コーナー

このコーナーでは、子育てや健康に関する旬な情報を「お知らせ」します。 特定健診やがん検診などの日程は、対象者に配布している「平戸市健(検)診日程表」をご覧ください。

10月の各種相談および赤ちゃんの健診など

問 こども未来課母子保健班 ☎内線 2572

日にち	ところ	種類および受付時間			
10月1日 (火)	ふれあいセンター(紐差町)	乳 13:00~13:30			
10月7日 (月)	生月船員福祉会館	1 3 12:45~13:15			
10月18日(金)	平戸市福祉保健センター(田平町)	乳 13:00~13:30			
10月23日 (水)	ふれあいセンター (紐差町)	1 12:30~12:45			
10月29日(火)	生月船員福祉会館	娃 母 10:00~10:30			
10月30日(水)	大島村公民館	妊 母 9:30~10:30			

🛂 乳児健診 🚺 1 歳 6 カ月児健診 🔼 3 3 歳児健診 🖭 妊婦健康相談 母 母子健康相談

親子で遊んで、ママ友作ろう(就学前交流の場) ※開所時間などの詳しい情報は、子育て応援ガイドブック「おひさま」をご覧になるか、各施設にお問い合わせください。

施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先	施設名	連絡先
トコトコ (田平:保健センター)	57-1943	中津良保育所 (南部:中津良保育所)	27-0475	よちよちクラブ (生月:山田児童館)	53-1759	おひさまひろば (田平:平戸口社会館)	57-0236
あいちゃん広場 (北部:愛の園保育所)	22-2244	堤保育園 (南部:堤保育園)	27-1084	めばえキッズ (生月:認定こども園めばえ)	53-0496	さくらんぼ広場 (田平:若葉保育園)	57-3028
子育てエレン.C (北部:平戸幼稚園)	22-2810	小鳩保育園 (南部:小鳩保育園)	27-0333	生月認定こども園 (生月:生月認定こども園)	53-1079	はなぞの広場 (田平:花園保育園)	57-0744
かもめネットワーク (北部:しおかこども園)	22-3360	津吉保育園 (南部:津吉保育園)	27-0222	やよいプレイランド (田平:やよい幼稚園)	57-0789	しまっこ広場 (大島:大島村保育所)	55-2006
みのりの樹 1 (北部:みのりこども園)	22-2575						

平戸市田平町山内免612番地4

平戸市田平町山内免400番地

平戸市田平町山内免612番地4

平戸市鏡川町278番地

平戸市浦の町737番地

平戸市鏡川町278番地

10月の休日当番医 (診療時間:午前9時~午後5時)

医療機関

青洲会病院

谷川病院

柿添病院

北川病院

柿添病院

青洲会病院

日にち

10月6日(日)

10月13日(日)

10月20日(日)

10月27日(日)

10月14日 (月・祝)

10月22日 (火·祝)

問 平戸市医師会 ☎20-0011

連絡先

57-2155

57-0045

23-2151

22-2344

23-2151

57-2155

いざというとき

子どもが急な病気になったら ●小児救急電話相談センター

(受付時間18:00~8:00) ☎#8000または☎095-822-3308

救急医療機関のことは

●平戸市消防本部 ☎22-4199

☆ 22-4199

※電話番号を間違いないよう注意してください。

21 Hirado City Public Relations,2019.10