## 1月の認知症の人と家族のつどい

日にち	時間	ところ

1月9日(木) 13:30~15:30 COLAS平戸 未来創造館

#### ○認知症地域支援推進員を配置しています

認知症地域支援推進員は認知症の人やその家族 を支援する相談業務などを行います。認知症に関 する相談はお気軽にご連絡ください。

問 長寿介護課高齢者支援班 内線☎2597

#### 健康テレフォンプログラムの終了

12月27日(金)をもって健康テレフォンプログラムが終了します。

## 12月の健康テレフォンプログラム

曜日	内 容
月曜	禁煙外来
火曜	中高年の膝の痛み
水曜	こどもの発達について
木 曜	尋常性乾癬
金曜	口腔ケアでインフルエンザを予防
土曜・日曜	おしっこに血がまざったら~血尿は体の赤信号~

※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



#### 子どもの歯並び

間健康ほけん課健康づくり班 ☎内線 2545

## 子どもの歯並び

お子さんのお口の中をゆっくり見たことありますか?歯は何本ありますか?むし歯はありますか?歯並びはどうなっていますか?

最近歯並びのことで相談を受けることが多くなっています。「乳歯の内側から永久歯が生えてきた」「歯と歯が重なっている」などなど。これらは、歯の大きさに対して顎の大きさが小さい時に起こりやすくなります。現代の子は顎が昔に比べ小さくなったとよく言われています。なぜそのようになったのでしょうか。

#### 歯並びが悪くなる原因

上あご、下あごは大人になるまで大きく成長しなければいけませんが、あご (特に上あご) は自然に大きくなるものではありません。あごが大きく成長するには口の周りの筋肉や舌の力が必要になります。嚥下(ものを飲み込むこと) するときに舌が上あごに正しく圧をかけることで上あごは広がり、成長していきます。

しかし、この嚥下を正しくできない子どもが 最近多くなっています。生まれたばかりの赤 ちゃんは歯がなく、座ることもできないので寝 たまま液体を飲み込みます。そのときの舌の使い方と、成長し歯が生え体を起こして嚥下をするときの舌の使い方は違います。嚥下の仕方はおおよそ3歳くらいまでに変化していかないといけません。うまく変化しなかった場合にあごが正しく成長できず歯並びが悪くなる事があります。

今は歯並びが悪くなる原因がわかり、どうなっていくか予測できるようになっています。 一度お子さんのお口の中をのぞいてみてください。

北松歯科医師会



## 

# 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。

## 12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
12月4日 (水)	ふれあいセンター(紐差町)	3 12:30~12:45
12月5日 (木)	生月船員福祉会館	乳 12:45~13:15
12月12日(木)	平戸市福祉保健センター(田平町)	乳 13:00~13:30
12月13日 (金)	平戸市福祉保健センター(田平町))	3 12:30~12:45
12月19日(木)	ふれ愛センター度島	<b>1</b> 13:00~13:15 <b>1</b> 3 12:00~12:15
12月20日 (金)	大島村公民館	9:30~10:30 ※平戸市母子保健事業日程表の 日にちから変更になっています。

3 乳児健診 11 1歳6カ月児健診 3 3歳児健診 妊妊婦健康相談 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						

12月の休日当番医 (診療時間:午前9時~午後5時)

#### 問 平戸市医師会 ☎20-0011

日にち	医療機関	住 所	連絡先
12月1日 (日)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
12月8日 (日)	北川病院	平戸市浦の町737番地	22-2344
12月15日 (日)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
12月22日 (日)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	57-2155
12月29日 (日)	柿添病院	平戸市鏡川町278番地	23-2151
12月30日 (月)	谷川病院	平戸市田平町山内免400番地	57-0045
12月31日(火)	青洲会病院	平戸市田平町山内免612番地4	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)

#### 救急医療機関のことは

#### ●平戸市消防本部 ☎22-4199

※電話番号を間違いないよう注意してください。

☎#8000 または☎095-822-3308

**25** Hirado City Public Relations,2019.12