

令和7年度

# はじめての歯ぴか教室

～歯みがきと離乳食のこと～



「歯が生えてきた！  
すぐに歯みがき  
は必要？」  
「離乳食ってなにから  
始めたら？」

歯科衛生士  
栄養士

その疑問、  
が解消します！

▶実習で体験！すぐに実践できる！



★歯みがきレッスン♪

「赤ちゃんの口の周りに触れる」  
「仕上げみがきの姿勢」などを、  
歯科衛生士と実習で体験します。



★実際のおかゆ作り方、つぶし方が  
見られます。冷凍食品やベビー  
フードを使った離乳食づくりも  
お伝えします。

♪パパ・ママのお口の健康チェックも行えます♪

## ■対象

おおむね8か月未満の児と保護者

内容が歯みがき・離乳食スタート準備である  
ことを了承の上、それ以外の月齢の参加もOK

## ■予約

QRコードから予約

電話・FAX・HPからも申し込み可能です。



## ■日時 午前10時から11時まで

月	5月	★6月	7月	9月	11月	令和8年 1月	3月
日	28日 (水)	28日 (土)	16日 (水)	30日 (火)	19日 (水)	20日 (火)	24日 (火)

★6/28(土)のみ  
中区役所別館  
で実施します

## ■会場 (★6/28(土)のみ中区役所別館)

中区地域子育て支援拠点 のんびりんこ

中区住吉町 1-12-1 belle 横浜3階 TEL:045-663-9715

## ■持ち物

母子健康手帳  
お子さんの歯ブラシ(使用している  
物があれば。無ければ不要)

※はじめて利用するときは、[横浜市地域子育て支援拠点サイト](#)で登録が必要です。

## 【問合せ】

中区役所 健康づくり係 歯科衛生士・栄養士  
電話：(045)224-8332  
FAX：(045)224-8157  
Mail：na-kenkou@city.yokohama.lg.jp

※裏面には「乳幼児・妊産婦相談」の案内があります