

健診

乳児集団健康診査

対象者には10日前までに案内文を送付
日 2月28日(水) 受付は午後1時～2時
場 総合保健福祉センター
対 平成29年10月生まれの乳児(平成29年9月生まれで、まだ受診していない方も受けられます)
次回の予定 3月28日(水)

1歳6カ月児健康診査

対象者には10日前までに案内文を送付
日 2月15日(水) 受付は午後1時～2時
場 総合保健福祉センター
対 平成28年7月生まれの幼児
次回の予定 3月15日(水)

3歳児健康診査

対象者には10日前までに案内文を送付
日 2月16日(木) 受付は午後1時～2時
場 総合保健福祉センター
対 平成27年1月生まれの幼児
次回の予定 3月16日(金)



母子

母子健康手帳の交付・妊婦健康診査費の助成

対 妊婦
持 領収書原本、印鑑、預金通帳など振込先が確認できるもの、マイナンバー(個人番号)が確認できるもの、運転免許証などの本人確認ができるもの
手帳交付と同時に妊婦健康診査費の助成申請も受付します。

乳房管理指導等における費用の助成

対 産後12カ月までの母親(受付は14カ月まで)
持 母子健康手帳、領収書原本、印鑑、預金通帳など振込先が確認できるもの

Enjoyマタニティ教室(リラクゼーションコース)【要申込】

日 2月22日(水) 午後1時30分～3時
場 総合保健福祉センター
対 市内に住民登録のある妊婦で、主治医より安静指示が出ていない妊娠経過が安定している方
内 ストレッチやマタニティヨガを取り入れたリラクゼーション体操
費 無料 持 母子健康手帳、バスタオル 申 ☎86-0900

離乳食クッキング【要申込】

日 2月23日(木) 午前10時～午後0時30分
場 総合保健福祉センター
対 市内に住民登録のある乳児の保護者
費 200円 持 母子健康手帳、エプロン
託 児 12名 申 ☎86-0900

予防接種

麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)第2期

対 平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれの幼児
▶ 接種期限 平成30年3月31日
期限を過ぎると、任意接種となり全額が自己負担(1～2万円程度)となります。予診票がない場合は、母子健康手帳をもって(市)健康増進課(総合保健福祉センター内)または吉川支所健康福祉課までお越しください。

その他

ファースト講習会(体力測定室の会員登録)【要申込】

日 2月24日(土) 午前9時30分～午後0時30分
場 総合保健福祉センター 対 16歳以上
期 2月20日(火)まで 費 1,600円(登録証代金)
持 持運動ができる服装、室内用運動靴、タオル、飲料
申 ☎86-0900 定 定員 16名



	相 談	日 時	会場・問い合わせ
健	妊産婦・乳幼児健康相談 内 身体測定、相談(育児・母乳・栄養・歯科)	2月5日(月) 午前10時～11時30分	総合保健福祉センター
	乳幼児発達専門相談(すこやか相談) 内 子どものことばや精神発達、行動面についての心配事など	2月7日(水) 午後1時～3時	【要予約】 総合保健福祉センター
康	成人保健相談 内 医師・保健師・栄養士による相談、血液検査、血圧測定、尿検査など 費 血液検査1,000円(要予約)	2月14日(水) 午後2時～3時30分 2月19日(月) 午後1時30分～3時	吉川健康福祉センター 総合保健福祉センター
	相	不妊・不育専門相談 内 妊娠しても流産を繰り返す習慣流産「不育症」などに関する事	電話相談 2月3日、17日(第1、3土曜) 午前10時～午後4時 面接相談 ① 2月10日(土) 午後2時～5時 ② 2月6日(火)・3月6日(火) 午後2時～3時
男性不妊専門相談		面接相談 ③ 2月7日(水)・3月7日(水) 午後2時～5時	

小児救急医療電話相談



お子様の急な病気やけがなどでお悩みの方は気軽にご相談ください。看護師などが電話相談を受け付けます。

北播磨小児救急医療電話相談センター

午後6時～10時(年末年始・祝日を除く) ☎62-1371

兵庫県小児救急医療電話相談

平日・土曜 午後6時～午前0時
日曜・祝日・年末年始 午前9時～午前0時
プッシュフォン・携帯電話・スマートフォン ☎#8000
ダイヤル回線・IP電話用 ☎078-304-8899

休日当番医・小児科救急当番医・休日歯科診療

当番医および診療科目は変更する場合がありますので、当日の新聞または事前に医療機関へ確認してください。緊急時のみ利用してください。

- ☺ 休日当番医 日 午前9時～正午、午後1時～5時(受付:午後4時30分まで)
 - ☺ 小児科救急当番医 日 火・木曜 午後6時30分～9時30分(受付:午後9時まで)
 - ☺ 休日歯科診療 日 午前9時～正午(受付:午前11時30分まで)
- 場 休日歯科診療所(総合保健福祉センター内) ☎86-0903 持 健康保険証



日	月	火	水	木	金	土
				1 ☺ 成田青山診療所 志染町青山3丁目 ☎89-8735	2	3
4 ☺ 【精・神内】羽賀神経内科医院 志染町西自由が丘1丁目 ☎85-1050 【外】ときわ病院 志染町広野5丁目 ☎85-2304	5	6 ☺ 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	7	8 ☺ かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	9	10
11 ☺ 【内・循内・呼内】ふじた内科医院 志染町西自由が丘1丁目 ☎89-8155 【外・脳外・整】服部病院 大塚 ☎82-2550	12 ☺ 【内・小・外】成田青山診療所 志染町青山3丁目 ☎89-8735 【皮】塚本皮フ科 平田 ☎82-1714	13 ☺ 小島医院 末広1丁目 ☎82-1057	14	15 ☺ 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	16	17
18 ☺ 【内・循内】小寺澤医院 末広2丁目 ☎83-3825 【産婦】浜本産婦人科医院 志染町青山3丁目 ☎87-1103 【循・呼・内】岸本医院 福井1丁目 ☎83-3008	19	20 ☺ 成田青山診療所 志染町青山3丁目 ☎89-8735	21	22 ☺ 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	23	24
25 ☺ 【内】みきやまりハビリテーション病院 大塚1丁目 ☎83-3316 【整】岡田整形外科 志染町東自由が丘2丁目 ☎89-8440	26	27 ☺ 宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131	28			

舌の癖と歯並び・噛み合わせへの影響

舌のさまざまな癖が、歯並びや噛み合わせに影響をおよぼします。なかでも、多く見かける癖であげられるのが、低位舌です。

通常、舌は、口を閉じて何もしていない時(飲んだり食べたり、しゃべったりしていない時)は、上あご歯列の内側に接しています。これが正常な舌の位置です。低位舌は、舌が下あご歯列の内側に接している状態を指します。

口を閉じて鼻で息をしていると、舌は上あごについていますが、口を開けて口で息をしてみてください。舌が下あご歯列につくはずです。それが低位舌の状態です。

舌が上あご歯列の内側に接することにより、頬の圧力と舌の圧力が調和して、歯列の形や大きさが保たれています。低位舌では、上あご歯列が舌の裏打ちを得られないため、上あご歯列の幅が狭くなったり、歯列が小さくなったりします。一方、舌が下あごの歯列につくと、舌の力により歯列が広がり、特徴的な幅の広い歯列になります。簡単に言うと低位舌は、上下歯列の幅、大きさや形に影響します。

歯科医師会から

低位舌の影響

- ① 下あご歯列に舌がつくため、前歯が噛み合わなくなる。(開咬)
- ② 上あご歯列の前歯が後ろに、下あご歯列の前歯が前にでると、前歯の噛み合わせが前後反対になることがある。(反対咬合)
- ③ 上あご歯列の幅が狭く、下あご歯列の幅が広がると、奥歯の噛み合わせが上あごの歯が内側、下あごの歯が外側にずれて噛み合うことがある(奥歯の反対咬合)。また、上下歯列の幅が合わないため、下あごを左右どちらかにずらせて噛みはじめることがある。(顎偏位)
- ④ 上あご歯列の大きさが小さくなるため、歯が並びきらず、乱杭歯や八重歯になることがある。(叢生)

低位舌の原因

多くは、鼻づまりなどによる慢性的な口呼吸。鼻づまりは、歯列への影響だけでなく、寝不足や睡眠時無呼吸の原因になり、ひいては勉強の妨げにもなります。耳鼻科の受診をお勧めします。