

行事	月日曜	時間	場所	対象	内容	備考
健診	乳児健康診査	10月7日(木)	保健センター	平成16年3月生 4月生	診察・問診・計測・健康相談・栄養相談・育児相談 上記のほか、歯科健診・フッ素塗布(対象児のみ)	対象児には個人通知します。
	1歳6か月児健康診査	9月9日(木)		平成15年1月生 2月生		
	3歳児健康診査	10月14日(木)		平成13年7月生 8月生		
相談	ママ♡キッズのすこやか相談	9月7日(火) 10月5日(火)	保健センター	妊婦 乳幼児	計測(乳幼児のみ)・健康相談・栄養相談・歯科相談(歯ブラシ持参)	予約不要です。
	学級	ウエルカムベビースクール ～赤ちゃんと一緒に 迎えよう～ こすもすコース		9月15日(水)	センター	妊婦
※1週間前までにお申し込みください。		9月22日(水) ビデオ上映 13:00～	13:30～15:30	パートナーとご参加ください。 (お一人又はおばあちゃんと一緒にでもかまいません)		「お産を楽しく!いきいきと」 ○助産師からのお話 ○呼吸法の実習
		9月25日(土) ビデオ上映 13:00～	13:30～16:00	講演「すくすく子育て親育ち」 愛媛大学教育学部:山本万喜雄教授 沐浴実習「パパと一緒に楽しいバスタイム」		
		10月5日(火)	10:00～11:30	セ支子 ンター 育 1 援 て		妊婦
予防接種	集団接種	ツ反検査	判定BCG	保健センター	対象校区	生後3か月以上4歳未満 ツベルクリン反応検査の2日後に判定を行い、その結果、陰性の児にBCGを接種します。
		9月6日(月)	9月8日(水)		北伊予校区 岡田校区	
		9月14日(火)	9月16日(木)		松前校区	
個別接種	保健センターで 予防接種手帳 を発行しています。	お子さんが生まれてからの身体の状態がよく分かる人が連れてきてください。 ○受付時間 13:20～14:00 ○医師による診察は13:30からです。		生後3か月を過ぎたら、手続にお越しくください。 「 予防接種と子どもの健康 」をよくお読みください。		
○最近1か月以内に病気にかかったお子さんは接種できない場合がありますので、主治医にご相談ください。						

電動歯ブラシについて

これさわ歯科医院 是澤敦宏

歯ブラシは、電動と手用ではどちらを選べば良いですかという質問をお受けすることが多いのですが、結論から言えば、歯垢さえ落とすことができればどちらでも構いません。ただ、細かい部分を磨くことに関しては手用の方に軍配が上がりますし、効率の面に関しては電動が優れていますので、電動で磨いた後、手用で仕上げ磨きをするのが良いでしょう。

電動歯ブラシにもいろいろ種類があります。ブラシの部分が回転したり、上下左右に振動したりするタイプの第一世代の電動歯ブラシ、これに音波発生装置をプラスした第二世代の音波歯ブラシ、さらに約二百万ヘルツの耳に聞こえない、いわゆる超音波とバイモーター振動を利用した第三世代の超音波歯ブラシなどです。特に第三世代の超音波歯ブラシは、口腔内の細菌に直接働きかけて細菌の連鎖

を破壊すると言われています。値段は高いのですが、電動歯ブラシの購入を考えられている様でしたら超音波タイプのものをお勧めします。また、電動歯ブラシを使用する際、手用の時の癖でゴシゴシ動かしたり、歯に強く押し当ててしまふ場合が見受けられます。電動の場合一ヶ所にじっと留めておけば歯ブラシの方で汚れを落とすことができます。過度の動きや圧力は、十分に電動歯ブラシの能力を発揮できなかつたり、替ブラシの寿命を縮める原因にもなりますのでご注意ください。もう一つ、音波歯ブラシや超音波歯ブラシはリアモーターの技術を使用しておりますので、体内にペースメーカーなどを使用されている場合には、担当の医師にご相談ください。手用、電動歯ブラシそれぞれの利点や特徴を生かして、お口の健康を守ってください。