

『歯の健康は赤ちゃん時代から…』

乳歯は、食べ物をかむだけでなく、言葉の発音を正しくしたり、顔のかたちを整えたり、大人の歯（永久歯）がきれいに生えるように場所取りをしたりと、大切な働きをします。

<大切な歯の健康のために…>

- * 砂糖の多い食べ物はたくさんあげないようにしましょう。
- * 食事やおやつの後には、湯ざましやお茶を1～2口飲ませてあげましょう。
- * 食事やおやつ時間を決めて、だらだら食べはやめましょう。
- * 1歳のお誕生日を目標に哺乳ビンからコップにかえていきましょう。

-----✂ キリトリ ✂----- 10カ月児健診おたすね票

お子さんのお名前 _____ 生年月日： _____ 年 _____ 月 _____ 日

* お母さん・お父さん自身についてうかがいます。当てはまる方に○をつけてください。

1. 毎日の生活や育児を楽しくやっていますか？ (はい いいえ どちらとも言えない)
2. 育児をしていてイライラしたりつらいと感じることが多いですか？ (はい いいえ どちらとも言えない)
3. 育てにくさを感じますか？ (はい いいえ どちらとも言えない)
4. 育児の相談相手や協力者はいますか？ (はい いいえ どちらとも言えない)
5. 最近（1週間内）での気持ちにあうものを選んでください。



楽しい

()



普通

()



微妙/疲れている

()



あせっている

()



悲しい/辛い

()



イライラ

()

6. お母さん・お父さん自身のことについて何かありましたらお書きください。

健康的な不安がある 心に悩みを持っている 家事や仕事が忙しい 経済的な不安がある
パートナーとの関係に悩んでいる 祖父母との関係に悩んでいる 介護を必要とする人が身近にいる
その他 ()