

# わわわ



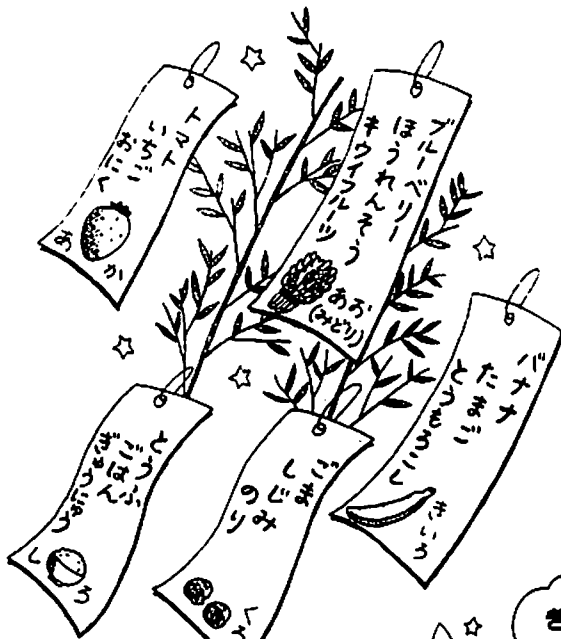
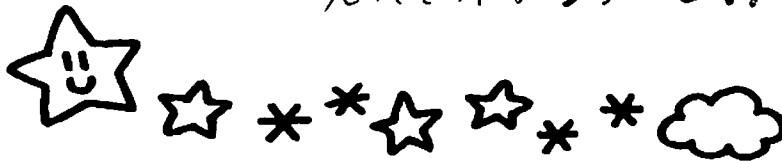
2008 7月 Vol.2



♪ごじきのたんざく〜♪

七月七日は、七夕でしたわ。「ごじき」とは、5つの色のこと。  
昔から、「青(緑)・赤・黄色・白・黒」の5つの色には、強い力が  
あると信じられてきました。食べ物も同じです。  
食べ物で色を探してみよう。

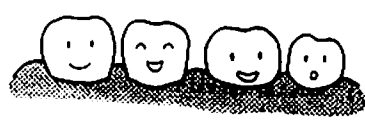
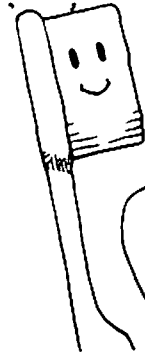
元気を作る5つの色!!



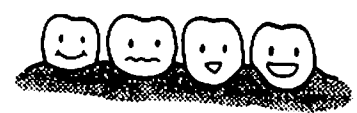
ほかには  
どんな食べものが  
あるかな?  
たくさんさがしてみよう

カラフルだと  
たのしいネ

きれいないろは  
からだにもいいんだよ



# 歯の大切な働き



噛むことの効果

- ① よく噛むと 唾液がたくさん出てきます。唾液の成分中に含まれるカルシウム・リン酸は 歯を防ぎます。
- ② 唾液腺ホルモン『パロチン』は、老化防止に役立ちます。
- ③ 噛むことにより、あごの筋肉が働き、網様体という脳に興奮を与えると脳が刺激され、脳が、件件して、集中力も高まります。
- ④ しっかり噛んで食べると満腹感が得られるので、肥満防止になります。



最近の子供達は、"歯をくいぼる"ことをめんどくさいと思われ、軟性食品が多くなり、噛むことを面倒だと思ってしまうようになってきています。

よく噛んで、あごのジョギングをしましょう！




食後に、キシリトール100%のガムを30分以上噛むと、唾液の分泌が促され、歯を予防に効果があります。

※ ガムの嫌いな方、かめる・小まめなお子様にはキシリトールタブレットもあります。

# キシリトールってなに？

白樺や 樺などの樹木から採る

天然素材の甘味料です。

(イチゴ  にし入ってるヨ！)

右の図のように、えい歯の原因となる

ミュータス菌の力を弱らせる

働きを待たせてみます。

## 《キシリトールガムの選び方》

キシリトール 100% のものを選び

ましょう。いくらキシリトールを

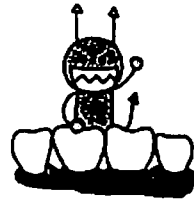
使用していても、砂糖や水あめと

一緒に作られたものは、むし歯を

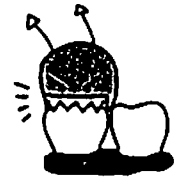
起こす可能性があるのです。

表示をよく見ましょう！！

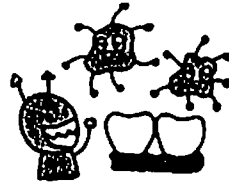
### 《ムシ歯ができるまで》



①口の中には、ムシ歯菌が住んでいる。



②歯のすきまにのこった食べカスなどを菌が食べる。



③菌はネバネバした歯垢をつくりその中でひえる。

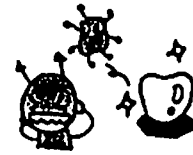


④ムシ歯の原因となる酸をつくる。

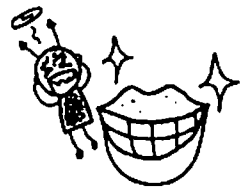
### 《キシリトールのはたらき》



①菌がキシリトールを食べる。



②キシリトールのために歯垢がつかれないので酸がつかれない。



③ムシ歯菌が少なくなる。

ホスカム、  
クリアドライ、  
オレシバナナ  
もあるヨ！



キシリトールタブレット  
(オレンジ味)



キシリトールガム  
(マスコット味)

### 注

キシリトールガムや  
タブレットは、

食べ過ぎるとお腹が  
ゆるくなる場合が  
あります。

一時的なものですから  
心配はございません。

# New フェイス 紹介。

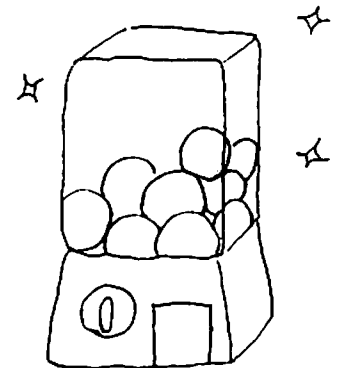
4月から わく歯科医院に <sup>イタノ ユイ</sup>板野 唯さんが、歯科助手としてスタートです♡  
わく歯科医院の中で一番若さあふれてし毎日 がんばっています。



4月からお世話になっている板野です。  
今はまだまだ 分からない事や、慣れない事ばかりですが、患者さんに少しでも喜んでもらえるよう頑張りたいと思いますので、よろしく お願いいたします。

## わく歯科医院って? Part 2

子供、てガチャコロ が大好きですよね! ワンワン泣いているお子さんもガチャコロになると、ピタッと泣きやんで喜んでくれます。  
歯の治療を がんばった ご褒美に、ガチャコロのおもちゃをゲット!!  
診療が終わったら 受付け手で来て「コインちょうだい」と走って来られるお子さんも いらっしゃいます。



兵庫県丹波市氷上町成松460-1

わく歯科医院

TEL 0795-82-1128

<http://www.wakuwaku-dc.com/lindey.html>