

かすみりキッズクラブ

にようこそ★



かすみり・おしむら歯科



1

むし歯のなりかけってどんなの？

私たちは『カムカムクラブ』の子供たちに
こんな永久歯になってもらいたいと思っています



むし歯のなりかけってどんなの？



6ヵ月後



白くなっているところが分かるかな？
それはむし歯になる前の状態で

**どっかい
脱灰** っていうんだよ

歯を削らなくても治せるよ



どうして
歯は丈夫に
なったのかな



キミの歯はどうか？
白くなっている
ところがあったら
教えてね！





2

むし歯はどうしてなるの？

原因はむし歯菌だけじゃないんだよ
他にもいろいろな原因が重なり合っているんだよ



4つの輪が重なっているよ！
全部重なっているところは
どこかな？



むし歯にならないために
どれか1つでも輪を
外してみよう！

キミはどの輪が外せるかな？



3

むし歯菌に負けない歯を作ろう

フッ素

『フッ素』を使うと歯が強くなるよ
でも『フッ素』って何だろう？



あら不思議！
歯の表面がピカッと光って見えるね



歯とフッ素は
大の仲良し！！

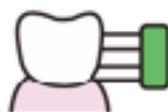
それじゃ フッ素くんの役割を勉強しよう



4

むし歯菌に負けない歯を作ろう

正しいブラッシングのしかた



- 毛先を歯に直接当てて
小さく往復運動させてね

【生えかけの歯の場合】

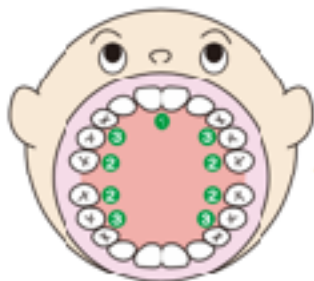


- 歯ブラシを縦に
当てて磨こう



- 歯ブラシを
横から使おうね

むし歯になりやすいところ



- 1 上の前歯の歯と歯の間
- 2 奥歯の溝の部分
- 3 奥歯の歯と歯の間

キミにはどんな歯ブラシがぴったりかな？

歯ブラシには年齢に応じていろんな種類のものがあります
詳しくはおたずね下さい





5

明日からのおやつを食べ方



ご飯を食べると 歯の表面がとけるんだよ

これを脱灰と言うよ

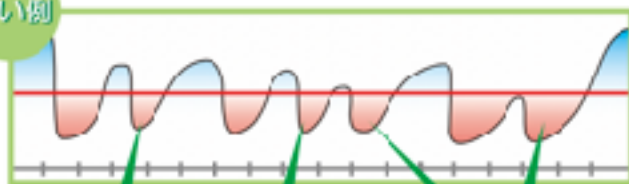
普通 10分たつと元に戻るんだ

これを再石灰化っていうんだよ

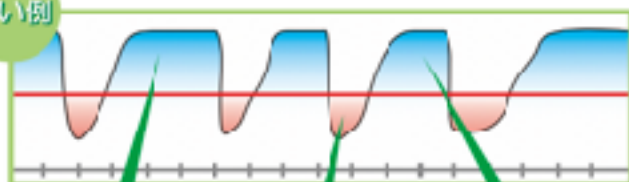
だからおやつの時間や回数が多いと むし歯が出来ちゃうんだ



悪い例



良い例



よく絵を見てね



この違いは
なあに



ヒント

絵の中のお友達は
どんなおやつを食べているかな？





6

むし歯を作らないおやつってなーんだ？

むし歯になりたくないけど
お菓子も食べたいよね
どんなおやつがいいのかな？



いいおやつ

くだもの
おせんべい
牛乳
チーズ
おもち
フランスパン

悪いおやつ

アイスクリーム
キャラメル
チョコレート
菓子パン
ジュース

キミはどっちを食べるかな？

むし歯菌はくだものよりアイスクリームの方が好きなんだ
じゃあ、むし歯菌が嫌いなおやつに変えてみよう！



「歯に信頼」マーク

歯が喜ぶお菓しの目印
このマークのついたお菓子を探してみよう



《「歯に信頼」マークとは…

歯垢のpHが5.7以下に下がらないものに
この「歯に信頼」マークを付けています

これからは歯にやさしいおやつを選んで
かしこくおやつを楽しもう！！



7

むし歯を作らないおやつってなーんだ？

✧ 実はこんなものがあるんだよ ✧

キシリトールって知ってるかい？



100%
キシリトール



キシリトールは 白樺などの天然の木から採れる
砂糖に代わる甘味料です。

だから 体に良いんです。

例えば 毎食後にガムを5分間(約3ヶ月)かむと

むし歯菌とも



おさらばさ！！

ガムとアメが大好きなキミは
キシリトールの入ったものを選んでね！





8

しっかりかんで強い歯を作ろう

かむことはすごく大切なんだよ

カムカムクラブは咬む咬むクラブ
かめばかむほどイイコトたくさん！

歯並びが
良くなるよ

何でもおいしく
食べられるよ



むし歯予防
にもなるよ

もちろん頭も
良くなるよ

他にもまだまだイイコトあるよ！
しっかりかむと『ツバ』もたくさん出るよ

『ツバ』の中には 歯を強くするための必要なものが
いっぱい入ってるんだ

『ツバ』にはむし歯菌を作る酸を薄める力もあるんだよ
キミはむし歯菌に勝てるかな？

何でもかめる強い子になろう！！

**9**

定期健診に行こう！

あなたと私たちの連携プレーで お口の健康をいつまでも保ちましょう

自分で出来ること

歯みがきやフロス
 時間を決めて
 おやつを食べる
 フッ素塗布（低濃度）
 うがい
 キシリトールガム

連携プレー

私たちが出来ること

歯のクリーニング
 フッ素塗布（高濃度）
 シーラント
 サホライド塗布

キミはいくつ出来ているかな？

定期健診に行くと こんないいこと

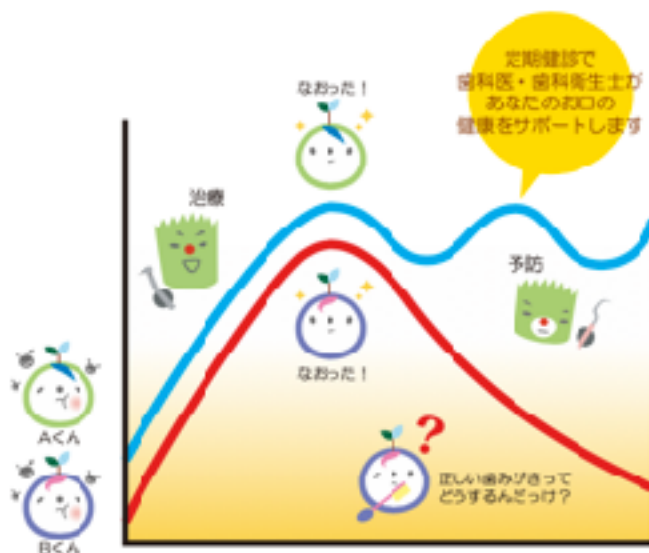
定期健診で
 歯科医・歯科衛生士が
 あなたのお口の
 健康をサポートします

定期健診を受けているAくん

お口の健康を
 すっと保ってるよ
 カムカムクラブは
 原則3ヶ月に1回
 年に4回来れば皆勤賞！

定期健診を受けていないBくん

またむし歯が
 出来ちゃった
 虫歯の治療は
 4回で終わるかな…？



ピカピカのお口を見せに行こう！

かすみりキッズクラブ



このクラブでは子供たち自らが
進んで自分の歯を守るために
来院して頂くことを目指しています
そのため**出来るだけ楽しいクラブに**
したいと考えています



≡ 治療費 ≡

原則的に全ての保険の範囲内で行いますので
治療費は**健康保険の一部負担金額**です
およそ**2000円前後**になります



入会金 500円のみ

15歳まで
むし歯リスクテストを
同時に行います。

