

子どもの歯並び「いつ相談すればいいの？」にお答えします！

気になった「今」が、相談のタイミングです！

早期相談のメリット

あごの健やかな成長をサポート

お口の癖を改善

将来の負担を軽減

チェック項目

受け口



下の前歯が前に出ている

前歯のガタガタ



歯が重なって生えている

お口ポカン



いつも口が開いている

矯正カウンセリングの流れ

院長メッセージ

歯並びは見た目だけでなく、機能も大切です。お口の癖や口周りの筋肉、あごの発育や呼吸も影響します。お気軽にご相談ください。



Q. 相談料はかかりますか？ A. 無料相談です
Q. 何歳まで相談できますか？ A. 何歳でも、大人もOK

知ってる？ 秋しか食べられないタケノコ

高知県の特産品

『四方竹』

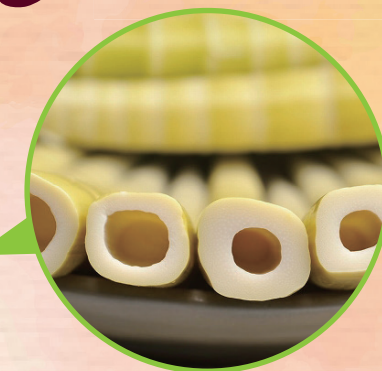
しほうちく



「タケノコ」と聞くと春を思い浮かべますが、高知県の特産品である四方竹【しほうちく】は、秋に旬を迎える珍しいタケノコです。

旬は10月からわずか1か月！秋だけ味わえる希少な山の幸です。切り口が四角いことから「四方竹」と呼ばれ、シャキシャキとした食感が特徴。

秋だけの味覚を、ぜひ楽しんでみてください🍁



唾液パワーを知ろう！

～実はお口の健康を守るスーパーヒーロー～

*唾液の4つの働き



・洗浄作用

・再石灰化作用



・抗菌作用

・飲み込みや味覚を助ける働き

*口臭予防と唾液の関係

・細菌を洗い流す
・お口の乾燥を防ぐ
・ニオイの原因物質を減らす

*虫歯予防のためにできること
・よく噛んで食べる
・十分な水分補給
・規則正しい生活
・キシリトールガムの活用

*ドライマウスセルフチェック

- ☐ 口の中がネバネバする
- ☐ 水がないと飲み込みにくい
- ☐ よく口が渇く
- ☐ 夜中に口の渇きで目が覚める
- ☐ 舌がヒリヒリする
- ☐ 口臭が気になる
- ☐ 会話中に口が乾く
- ☐ 入れ歯が擦れて痛い

判定基準：0～1個→良好
2～3個→乾燥傾向
4個以上→ドライマウスの可能性

お口の乾燥が気になる方は洗口液もオススメです！

新卒歯科衛生士紹介

どんな歯科衛生士になりたい？

患者様と信頼関係を大切に、笑顔と安心をとりたいです。

子どもの頃の夢

警察官

休日の過ごし方

1人でサウナ

自分の性格をひとことで！

明るくて
実は照れ屋さん

患者さんへメッセージ

お口の健康を一緒に守りましょう！

秋号のご挨拶

今回から内容をさらに充実させました。

秋の味覚や豆知識を楽しんでいただけたら嬉しいです。また、秋号限定特典付き！この機会にぜひお試しください♪
ニュースレター編集長 歯科衛生士 小久保



歯科医院専売品 ハビットプロ

- ✓ 歯周病を予防したい
- ✓ 口臭が気になる
- ✓ 磨きにくいところがある

歯みがきの後に約10～20mlを口に含み30秒ほどぶくぶくうがいをし、吐き出してください。

あさひ歯科医院 歯科衛生士
おすすめ洗口液



殺菌
CPC

抗炎症
GK₂

出血予防
TXA

ハビットプロ
割引券

¥300OFF

※1世帯あたり1枚有効 ※有効期限:2026年11月30日

おみくじ結果



さつまいも

大大吉

とっても良い日！
さつまいもは歯に残りやすいので注意。

★ケアのポイント
食後の歯磨きを丁寧に！



柿

大吉

良いことあるかも！
柿は栄養たっぷり。よく噛もう！

★ケアのポイント
甘いものを食べたら、うがいをしよう！



栗

中吉

体を冷やさないでね。
栗は歯に詰まりやすいのでケアを意識！

★ケアのポイント
フロスや歯間ブラシをしよう！



さんま

小吉

恋の予感…。
さんまは骨に注意。たくさん噛もう！

★ケアのポイント
「よく噛む」を意識しましょう。



きのこ

吉

食べすぎ注意！
きのこは食物繊維たっぷり。

★ケアのポイント
丁寧なケアをしよう！

少しの意識でお口の健康は変わります。
気になることがあればお気軽にご相談ください★