

食育
だより

柏歯科医師会 広報对外啓発委員会

No.11

発行：令和6年9月1日

健康かむかむフェスタ 開催のお知らせ



柏歯科医師会マスコットキャラクター
ラッキーくん

今回の食育だよりでは健康かむかむフェスタを下記の
日程で開催することが決定したのでお知らせします。

健康かむかむフェスタ開催決定!!

日時：11月10日(日)10時～

場所：ららぽーと柏の葉 2階クリスタルコート

食育だよりも今回で11回目となります。「食育」という言葉の意味する
ところはとても広いので、今までの柏歯科医師会の食育だよりでは「よく噛
み、しっかり飲み込む」ための注意事項、あるいはそれを実現するためのト
レーニングを発信してきました。

健康かむかむフェスタでは今までのむし歯予防や歯周病予防について
だけではなく、オーラルフレイル予防を含めた食育の実践について啓発
していきます。

設置ブースと主な内容

歯科相談

普段は訊けないけど、
お口に関する悩みや困っていることなど
無料で相談できるブースを設けます。
お気軽にご利用ください。



歯ブラシ、口腔清掃 用具のご案内

関連企業からの提供に
よる歯ブラシ等の様々
な予防商品をご紹介
いたします。



東葛歯科技工士会に よるお仕事体験

かぶせ物や入れ歯を作って
くれる歯科技工士さん。
歯科技工士さんの仕事を
体験してみましょう。



歯ブラシ指導

むし歯予防、歯周病予防に
歯ブラシは欠かせません。
毎日歯ブラシしていて
気になることはありませんか？
そんな疑問にお答えします。

料理研究家による お料理教室

よく噛むことを目的とした
メニューを考案して頂きました。
料理のプロによる
食育レシピをご紹介します。
今日の夕飯はこれで決まり!

食育クッキーの無料配布

柏歯科医師会マスコットキャラクターのラッキーくん。
ラッキーくんがプリントされた食育クッキーを
無料で配布(数量限定)。
食材の分量を調整したり生地を少し厚めにすることで
「よく噛む」ことを意識させてくれるクッキーです。
また、むし歯になりにくくするためにチョコレート部分に
キシリトールを用い砂糖不使用としました。
ただし、食べた後の歯みがきは忘れずに。
歯みがきはむし歯予防のための最も
効果的で手軽な方法です。

一般社団法人 柏歯科医師会

<https://kashiwa.cda.or.jp/>

〒277-0845 千葉県柏市豊四季台1丁目1番地118
柏地域医療連携センター内
TEL 04-7147-6500 FAX 04-7147-6481

柏歯科医師会
ホームページ



柏歯科医師会
YouTube

