



先生もスタッフも全員女性です。
だから安心！だからやさしい！

携帯版ホームページ



QRコード未対応携帯の方は
URLを直接ご入力下さい。

www.tokizane.com

Present for You

〒564-0031 大阪府吹田市千里山東 1-16-8

TEL 06-6338-6712

http://www.tokizane.com



矯正治療がうまくいく方法！

歯みがきで占います(*^_^*)

どちらの方が 矯正治療がうまくいくと思いますか？



2人とも、矯正治療はうまく進みます!(^^)!

なぜなら、1回目より、2回目、2回目より3回目の歯みがきが上手だからです。

『してね』とお願ひしたことを、確実に実行して頂けたからです。

矯正治療は、される方の努力と 周りの方々のサポートで、うまく治療が進みます。

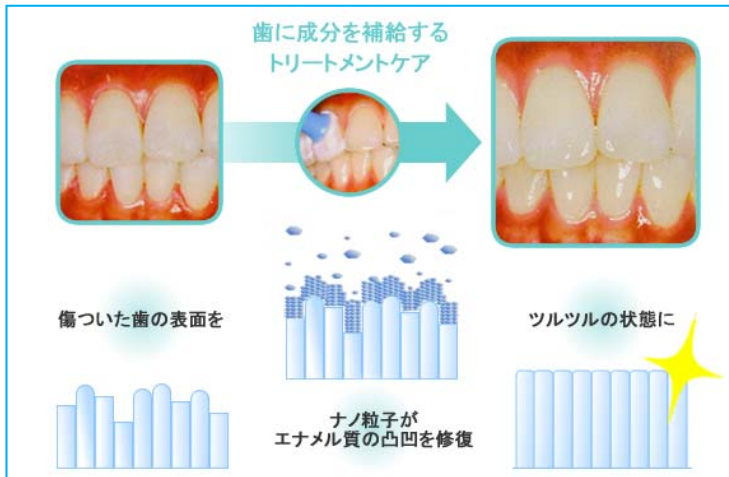
色々お願ひすることがありますが、素敵な笑顔の為に一緒に頑張りましょう!(^^)!



★おすすめグッズ★

リナメル（お子様にはピカキッズ） & 歯ブラシ（テペ）

★歯の傷が着色の原因！アパガードリナメルの3つの効果



"歯に栄養（ミネラル）を与えて修復する" という、まったく新しいカテゴリーのセルフケアです。ブラッシングすればするほど栄養が浸透して歯のツルツル感が増し、汚れがつきにくくなります。

アパガードリナメルの3つの効果

- 1) 傷ついた歯の表面を修復し、着色しにくい歯にする効果
- 2) 歯垢をこすり落とすのではなく、吸着して落とす効果
- 3) むし歯予防

★予防歯科の先進国スウェーデンから。

機能性にすぐれ、使いやすい歯ブラシ「TePe(テペ)」



歯科予防の先進国と言われるスウェーデンで約8割の人が使用しています。80歳の時点で自分の歯が残っている本数は、日本が平均8本に対して、スウェーデンでは平均25本。

そのスウェーデンで圧倒的な支持を受けているのがテペの歯ブラシ。「マツコの知らない世界 歯ブラシの世界」でも取り上げられました。

特長

- 1) ヘッドの形状：先に行くほど、細くなる三角形型をしています。奥歯までキレイに磨きやすくなっています。

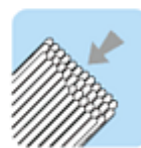


- 2) 柄の形状ですが、日本で売られている物より幅も太く厚みもあります。お年寄りやお子さんにも持ちやすく、軽い力でブラシが歯にフィットするように設計されています。



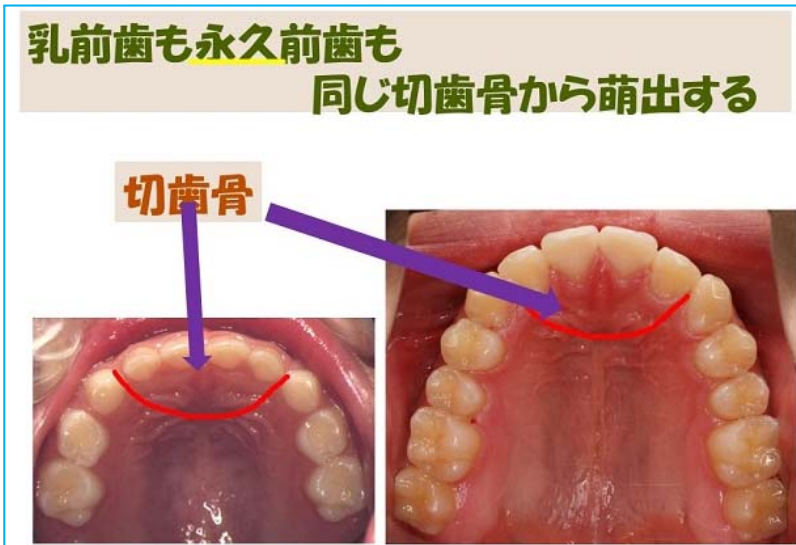
歯ブラシの特徴

- テペ独自の特殊製法により、歯と歯肉に優しいラウンド加工が施されています
- 人間工学に基づいてデザインされた持ちやすいハンドル



- 3) ブラシの柔らかさ：日本で出回っている一般的な物より、かなり柔らかめになっていて、歯ぐき（歯肉）を傷つけないように設計されています。

1) “上顎前歯の生える場所は永久前歯の萌出前にほぼ終了”

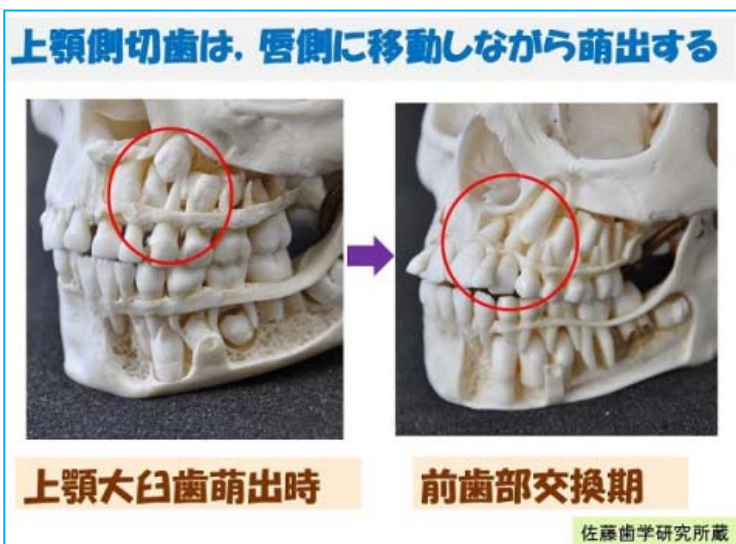


2) 永久前歯の萌出前に、切歯骨を十分発達させる (よく噛む!)

乳歯の切端咬合の小児は、空隙歯列弓であることが多い。前歯部で咬み切り・引きちぎる食生活により、歯槽骨が添加され空隙につながる。



3) 上顎側切歯 (まえから2番目の前歯) は舌が上顎に吸いあがっていると、綺麗な位置に生える。(舌は上顎のスポットに!)



*乳歯前歯4本より永久前歯4本は7.7mm大きい

参考*唇側傾斜 2.7mm、霊長空隙 2.5mm、側方歯萌出期 3.1mm(計8.3mm) (これでほぼ7.7mm大きくなる)

★調理方法と噛む回数 (オカザキのま)

るごと歯学より) よく噛んで食べるために

その【1】 噛む回数を増やす工夫 2015/9/7

食品別の噛む回数

バナナ 7回、プリン 8回、カレーライスと納豆ごはん 23回、コロケ 25回、
マグロの寿司 26回、ピザ 29回、ゆで卵 33回、フランクフルト 32回、焼きそばとハンバーグは 36回

★包丁で食物を“厚く大きく切る”と噛む回数が増える。
食パンは耳つきにする(耳なし 52回→耳つき 62回)。
リンゴは皮つきに(皮なし 40回→皮つき 74回)、“たくあん”や“ちりめんじゃこ”など歯ごたえのある食材を少し混ぜる。

野菜は、(1)粗繊維を含む根菜類を多くする、(2)切り干し大根など保存食を使う、(3)繊維に沿って縦に切ると噛む回数が増える。

生野菜：ニンジン 20g では、みじん切り 240回、千切り 297回、スティック 489回、切り方を少し変えるだけで、噛む回数は大きく変化する。



その【2】 噛む回数と水分量 (DR オカザキのHP より) 2015/9/3

100g★ご飯 353回、雑穀米 526回、炊き込みご飯 660回。

★調理形態★玉子とハム入りのサンドイッチ★パンのミミを切ったサンドイッチは、一切れ 130回、ミミ付きでは 202回、ミミをなしで焼いたものでは 236回。

★リンゴでも皮をつけると回数が約2倍になる。

前歯も使って食べることは、極めて重要だと述べてきた。しかし、焼いた方が噛む回数が増えた。それは食物中の水分量の問題。

唾液は、乾燥した食物が口腔や食道を傷つけないように発達してきた。だから水分の少ない食物は、噛む回数が増える。もちろん、飲み物を飲まずに食べる ことが前提である。

最後にミミ付きで焼いたサンドイッチを食べてみた。噛む回数は、一気に 260回となり約2倍となった。食物中の水分量は、想像以上に咀嚼回数に大きく影響する。

