

セラミックキャンペーン

第2弾

セラミックとは、歯型を採らせていただいて担当の先生がコンピューター上で設計し機械がセラミックを削り、つめものを作る最先端審美歯科治療です。

『銀歯はイヤ！でも、白い歯は高いから入れられない』
そんな患者様に試してほしいです・・・



修復前



セラミックによる修復

通常価格	部分的な金属	かぶせている金属
	¥42,000 (税抜)	¥55,000 (税抜)

が、なんと!!

どちらも **今なら** 最初の1本目が
¥10,000 (税抜)

※ブリッジ（3本以上がつながっている金属）や、前歯には使用できません。

※その他、適応できない場合がございます。詳しくはスタッフまで!!

スタッフ通信

スマイルクリエイターチーフ
食育指導士
上谷 かさる

食育

syokuiku

とは、

歯に良い
『食育』の
ポイント



食と健康に関心を持つ
食を楽しむ
食を大切にする

子どもたち自ら料理をする事で食事を好きになる、何より本人が参加する事が大切です!

例えば、緑の野菜など口にしたいくない物は“味見先生~”と呼んで味見をしてみよう。

- 1 のどが渴いたら水を飲もう!
- 2 “げんき号”で食べよう!
- 3 前歯で噛みとって、奥歯で噛む。
- 4 お魚を丸ごと食べる。
- 5 旬のものを取り入れよう。

野菜はおいしい!! 風邪も、ムシ歯も吹き飛ばそう!!

おまけ...おやつは1日1回、砂糖 25g まで。

冷蔵庫のお野菜を使って作ろう!



“ゴロゴロ野菜のハンバーガー”



噛み応え UP↑

ハンバーガーを噛み応えのパンにはさんでハンバーガーに!

ゴロゴロ野菜のハンバーガー

<材料>

パン・合い挽き肉・にんじん・玉ねぎ・レンコン
レタス・つなぎ（卵・パン粉・牛乳）
塩コショウ・ケチャップ・中濃ソース・油・マーガリン

<作り方>

- ①野菜1cm角にカットして、電子レンジで温めて柔らかくします。
- ②①に塩コショウ、つなぎを混ぜてこねます。
- ③形を整えて焼きましょう。お肉に火が通ったらケチャップと中濃ソースを混ぜたソースをかけます。
- ④パンを切ってレタスとハンバーグはさみ完成です!
お好みでマヨネーズをかけても美味しいです♡

材料を大きく切る事で、噛む回数が増えるのです!