

## Feature 特集

# 最新! くち 口トレ遊びベスト5

— 子どもも大人も夢中に — ..... 8

岡崎好秀 国立モンゴル医学・科学大学客員教授／歯科医師

“口トレ”は、乳児期から。日常生活で。 ..... 10

日常生活に取り入れよう！口トレ遊び ..... 12

口トレ遊び おすすめベスト5

① ピロピロ（吹き戻し） ..... 14

② 風船ガム ..... 16

③ 笑いヨガ ..... 18

④ ゴム手袋風船 ..... 19

⑤ 傘入れ袋風船 ..... 19

ほかにもいろいろ口トレ遊び ..... 20

## For Your Smile あなたの“ニコ”のために

手づかみ食べ写真館 ..... 4

Vol.13 口呼吸の予防に

岡崎好秀 国立モンゴル医学・科学大学客員教授／歯科医師

ムリなく&おトクに健康 マウステーピング ..... 6

第13回 テープがはがれない工夫

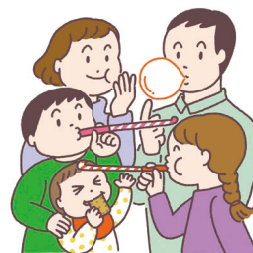
中島潤子 長野県●なかじま歯科医院院長

## Special Report 特別企画

# 歯科が怖い、緊張する、おう吐反射が強いかたへ おすすめします！ 笑気吸入鎮静法

 ..... 37

山口秀紀 日本大学松戸歯学部歯科麻酔学講座教授



**ATTENTION**  
【最新】年齢別  
歯みがき剤の  
推奨フッ素濃度 ..... 51



歯科医院用  
とじこみ付録  
(ダウンロード対応)

楽しいから  
続く!  
ロトレ遊び

監修 岡崎好秀



ダウンロード方法は  
p.64をご覧ください。

## Regulars 連載

### ゼロからわかる むし歯の予防&治療 ..... 23

File 7 むし歯になりやすい人、なりにくい人

伊藤 中 大阪府●伊藤歯科クリニック院長  
岡田洋子/大西安理佐/渡辺志穂/宮田由衣/田中美羽/中田理恵 同 歯科衛生士

### 家族ががんになった、そのとき ..... 28

File 7 健診と人間ドック

山崎知子 埼玉医科大学国際医療センター耳鼻咽喉科(頭頸部腫瘍科)教授

### NEW! 微生物との上手なつきあい方 ..... 34

第1回 常在菌と令和のむし歯事情

天野敦雄 大阪大学大学院歯学研究科予防歯科学講座教授

### NEW! 「お気をつけて、ご来院を」 ～歯医者さんの受付日誌～ ..... 45

第1回 みつけた! 私にあった歯医者さん

坂本慎太郎

## Others その他

### 読者プレゼント ..... 53

クレパス風ハブラシ

### 次号予告・

### バックナンバー ..... 56

### 歯医者さん

### 受診のギモン ..... 58

角 祥太郎

### 予防の常識・非常識 ..... 60

藤木省三

### 歯科用語

### 便利ガイド2024 ..... 62

平野滋三

### 編集後記 ..... 64

## Columns コラム

### 教えて! 歯医者さん Q&A ..... 32

口内炎って歯科で診てもらえるの?

岩淵博史 国際医療福祉大学病院教授/歯科口腔外科部長

### みぢかにある お口にいい食べ物 ..... 48

第7回 よく噛む習慣が“できる子”を育てる?

島谷浩幸 大阪府●堺平成病院歯科科長

### NEW! 待ち“eye”健康チェック ..... 54

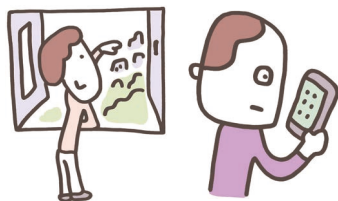
第1回 増えてます! 目の疲れやトラブル

宇佐美欽通 岐阜県立多治見病院眼科主任医師

### 治療中のやわらかレシピ ..... 55

鶏むね肉の塩麴スープ

小城明子 東京医療保健大学医療栄養学科教授/管理栄養士



カバーイラスト●大滝まみ

デザイン●大久保裕文+小淵映理子+山口華子 (Better Days)