

食育
だより

柏歯科医師会 広報対外啓発委員会

No.13

発行：令和7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：令和7年10月19日(日)10:00~16:00

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13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」ための方法や注意事項、
あるいはそれを実現するためのトレーニング方法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
加えて、オーラルフレイル予防を含めた食育の実践についても啓発
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
無料で歯科医師に相談できる
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

歯科関連の
予防商品を
ご紹介いたします。



歯みがき指導

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のお料理教室を
ららぽーと柏の葉北館3階で開催します。
今日の夕飯はこれで決まり！
お料理教室は予約制(参加費無料)です。
参加を希望される方は
柏歯科医師会(TEL:04-7147-6500)まで
電話予約して下さい。
受付時間は9:00~17:00、土日祝は休み。
お料理教室の詳細は
柏歯科医師会ホームページに
掲載しております。

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。



お口の周りの筋力測定

かんで、しゃべって、わらう時、
お口の周りの筋肉は大活躍します。
オーラルフレイル予防をすることで
これらの筋肉を維持・向上させることができ、
健康寿命を延ばすこと、
あるいは顎の発育を
手助けすることにつながります。
みなさんのお口の周りの筋肉は
しっかり使えていますか？

スタンプラリーなど楽しいイベントがいっぱい！
皆さんお誘いあわせのうえ、是非お越しください。

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

