



キシリトールの効果

1日5～10グラム（ガムでいうと8粒程度）3～4回に分けて摂取することにより虫歯の原因のミュータンス菌などが歯に付きにくくなり、菌自体が歯に住みつきにくくなるという研究結果が出てます。

2週間ほど続けると、ミュータンス菌が徐々に少なくなってきます。3か月経つと虫歯になりにくいお口の中の環境に変化していきます。

フィンランドの保健所による研究では1日10グラムのキシリトールを2年間（虫歯になりやすい人は3年）継続的に摂取しているとその後接種をやめても**予防効果は4年続く**という結果が出ています。

食べるだけで虫歯予防になる・・・？信じられません**が事実**なんです



ガムばかりでは飽きてしまう・・・私もその一人です(笑)

しかし！！ガムの他に、チョコ、グミ、タブレットなど最近では様々なものが出てきてます。

自分の好きな味を見つけて**日々から予防**しませんか？

しろくまフェスタ開催決定😊

参加者募集中

10/31（土）PM14時～開催

ハロウィーンパーティーのため、ドレスコードは**仮装**をお願いします。

毎年多くの方で、混雑しますので申し訳ございませんが、抽選で30名とさせていただきます。

申し込み詳細は、**受付まで** \ (o) /

参加無料です♥



キシリトールのお菓子バイキング

フォトフレームづくりなどを計画中♥