

●HPご利用案内

8020推進財団HPに情報を掲載していますので、ぜひご利用ください。

<https://www.8020zaidan.or.jp/index.html>

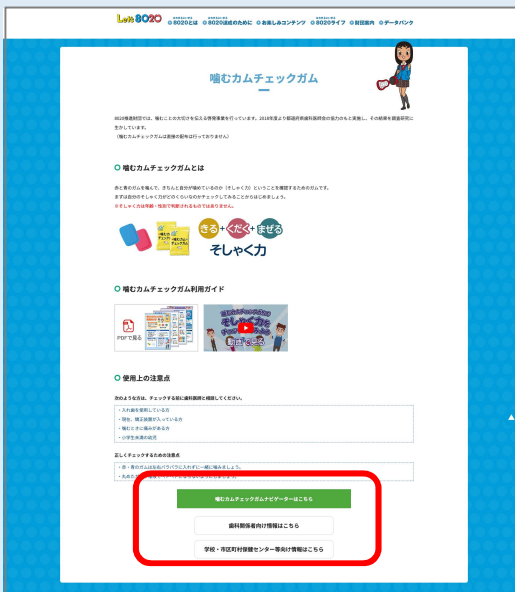
①



バナーまたはページ下メニューの「噛むカムチェックガム」をクリックします。



②



「噛むカムチェックガムナビゲーターはこちら」ボタンをクリックします。

「歯科関係者向け情報はこちら」ボタンをクリックすると実施要領・指導資料 アンケート用紙など、関係資料がダウンロードできます。

3

「チェックの前に」をよく読んで、「上記の約束の内容を守ってチェックします」をクリックします。

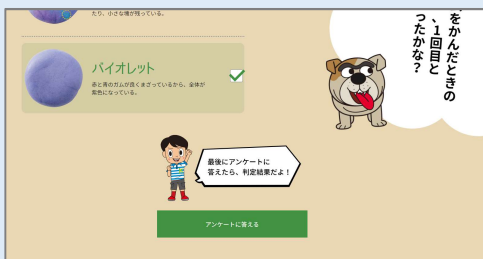


4

ページの指示に従って噛むカムチェックガムで2回チェックを行います。



5



「アンケートに答える」ボタンをクリックします。

6



アンケートを入力して、「判定結果を見る」ボタンをクリックします。

7



判定結果が表示されます。

●Youtubeにも8020公式チャンネルにてご利用ガイドを掲載しています。

<https://www.youtube.com/watch?v=mvrWEcGe2m4>

検索

Let's 8020

8020推進財団
@user-m16z18nh5w - チャンネル登録者数 150人 - 35本の動画
このチャンネルの詳細 >

チャンネル登録

ホーム 動画 再生リスト コミュニティ

動画 ▶ すべて再生

お口の乾きを解消！～だ源線マッサージ～
64 視聴 - 9 か月前

お口の乾きを解消！～だ源線マッサージ～
47 視聴 - 9 か月前

お口の乾きを解消！～だ源線マッサージ～
40 視聴 - 9 か月前

家族みんなで！「あいうべ体操」
274 視聴 - 8 か月前

家族みんなで！「あいうべ体操」
212 視聴 - 8 か月前

顔と肩下体操～今日から始める顔対策～
104 視聴 - 10 か月前

作成した再生リスト

お口の乾きを解消！～だ源線マッサージ～
再生リストの全体を見る

追加体操と肩下体操
再生リストの全体を見る

開会の辞
再生リストの全体を見る

ご挨拶
再生リストの全体を見る

ご挨拶
再生リストの全体を見る

噛むカムチェックガムでそしゃく力をチェックしてみよう

1回目テスト

30回噛み終えたら、口の中でガムを丸めます

4:13

チェックに必要なもの

- 噛むカムチェックガム ×2
- ラップ (透明な小さいビニール袋) ×2

を用意します

噛むカムチェックガムでそしゃく力をチェックしてみよう