

マウスガード セルフチェックシート

選手本人・指導者で確認し、記入してください。

氏名 _____ 所属: _____ チェック日: _____ 年 _____ 月 _____ 日

■セルフチェック項目

1. マウスガードの色

☐ 白 または 透明

※上記以外の色は使用できません。

2. マウスガードによる歯の被覆状況

☐ 第一大臼歯以上 正面から見た歯茎まできちんと覆われている

※歯が 12 本以上覆われている(マウスガードに 12 本以上の歯型がある。

正面から「イー」とした時に、マウスガードに覆われて直接歯が露出していない。

3. 厚さの確認

☐ 厚さは十分ですか？(WT 規定で 3mm 以上ある)

チェック場所・マウスガード前壁・後方の側壁・第一大臼歯部分の底部

4. 装着の安定性

☐ はめた時に普通に話してもマウスガードが落下しない。

上記 1 から 4 まですべて問題ないことを確認してください。

