

【歯周病の文章を作るためのチャット GPT への指示】

私のプロンプト①

私は、歯科医院を経営している歯科医師であり、院長です。 患者さん向けの歯周病治療の大切さを伝える資料を作りたいです。 より良い資料を作るためにプロンプトを入力したいのですが、必要な項目を順番に教えてください。

チャット GPT の回答

素晴らしいですね！患者さん向けに分かりやすく**歯周病治療の大切さを伝える資料**を作るには、以下の項目を順番に考えると良いです。

✦ 資料作成のためのプロンプト項目

- 1 目的（この資料で何を伝えたいのか）
- 2 ターゲット（誰向けか：例・一般の患者さん、高齢者、若者 など）
- 3 歯周病の基礎知識（歯周病とは？原因・症状・進行）
- 4 放置するとどうなる？（リスク・全身への影響・悪化すると抜歯の可能性）
- 5 治療の重要性（治療の流れ・効果・早期発見のメリット）
- 6 予防方法（正しい歯磨き・定期検診・生活習慣の改善）
- 7 実際の治療例（ビフォーアフター・患者さんの声）
- 8 医院の強み（どんな治療を提供できるのか）

9 行動喚起（今すぐできること・予約の案内）

この項目を含めたプロンプトを作れば、分かりやすく効果的な資料が作れますよ！

もし具体的なプロンプト例が必要なら、お手伝いできます 😊

私のプロンプト②

この番号通りにやっていきます。番号を覚えてください。

チャット GPT の回答

了解しました！以下の順番で進めますね。

📌 資料作成のための項目

- 1 目的（この資料で何を伝えたいのか）
- 2 ターゲット（誰向けか：例・一般の患者さん、高齢者、若者 など）
- 3 歯周病の基礎知識（歯周病とは？原因・症状・進行）
- 4 放置するとどうなる？（リスク・全身への影響・悪化すると抜歯の可能性）
- 5 治療の重要性（治療の流れ・効果・早期発見のメリット）
- 6 予防方法（正しい歯磨き・定期検診・生活習慣の改善）
- 7 実際の治療例（ビフォーアフター・患者さんの声）

8 医院の強み（どんな治療を提供できるのか）

9 行動喚起（今すぐできること・予約の案内）

では、**1 目的** から進めていきましょう！

この資料で患者さんにどんなことを伝えたいですか？

私のプロンプト③

1の目的例をいくつか教えてください

チャット GPT の回答

1 目的の例 をいくつかご紹介します。どの方向性が良いか選んでみてください！

◆ 基本的な目的の例

✅ 「歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう」

→ 例：「歯周病は放っておくと歯を失う原因になります。この資料を通じて、歯周病の怖さと治療の重要性を伝え、早めの受診を促します。」

✅ 「歯周病の予防の大切さを伝え、セルフケアを向上させる」

→ 例：「歯周病は適切な予防で防ぐことができます。患者さんが自分でできるケアを知り、実践できるようにすることが目的です。」

◆ 具体的な目的の例

✅ 「歯周病が全身の健康に影響を与えることを知ってもらう」

→ 例：「歯周病は糖尿病や心疾患とも関係しています。口だけでなく全身の健康にも影響を及ぼすことを伝え、適切なケアの意識を高めます。」

✅ 「当院の歯周病治療の特徴を知ってもらい、来院を促す」

→ 例：「当院では最新の歯周病治療を行っています。この資料を通じて、当院の治療方法やメリットを知ってもらい、受診につなげます。」

✅ 「歯周病は痛みがなく進行することを伝え、定期検診の重要性を理解してもらう」

→ 例：「歯周病は痛みが出にくいいため、気づかないうちに進行します。定期検診の大切さを伝え、検診の習慣をつけてもらうことが目的です。」

この中でイメージに合うものはありますか？

または、少し調整して別の目的を作ることできますよ！😊

私のプロンプト④

歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう これでやってきます。 1はこちらで確定します

チャット GPT の回答

了解しました！**「歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう」**を目的として進めていきますね。

では、次の **2 ターゲット（誰向けの資料か）** を決めましょう！

ターゲットの選び方（例）

- ✅ **全ての患者さん向け** → できるだけ多くの人に歯周病のリスクを伝えたい
- ✅ **40～60 代向け** → 歯周病のリスクが高まる世代に特化
- ✅ **若い世代向け（10～30 代）** → 早めの予防意識を持たせたい
- ✅ **持病がある人向け（糖尿病など）** → 全身の健康との関係を強調

どの層に向けた資料にしたいですか？ 😊

私のプロンプト⑤

2は以下で確定します。

歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう

チャット GPT の回答

了解しました！** **2 ターゲット** ** も **「歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう」** という方針で進めますね。

次は ** 3 歯周病の基礎知識** です。

患者さん向けに分かりやすく伝えるために、以下のポイントを整理すると良いです。

** ◆ 3 歯周病の基礎知識（構成の例） **

- ✓ **歯周病とは？**（簡単な説明）
- ✓ **どうして歯周病になるのか？**（原因）
- ✓ **どんな症状が出るのか？**（初期～重度までの変化）
- ✓ **どのくらいの人が歯周病になるのか？**（発症率や年齢層）

この部分を作るために、どのような内容を入れたいか教えてください！ 😊

また、簡単な言葉で説明するのか、少し専門的な内容を含めるのかも決めると良いですよ。

私のプロンプト⑥

より詳しくどのような内容を入れると良いかを教えてください

チャット GPT の回答

3 歯周病の基礎知識 の各項目に入れると良い内容を具体的にまとめました！

◇ 歯周病の基礎知識（内容の詳細）

☑ 歯周病とは？（簡単な説明）

- ・ 歯周病は、歯ぐきや歯を支える骨が壊れてしまう病気。
- ・ 初期のうちは痛みがなく、気づかないうちに進行する。
- ・ 日本人の成人の約 8 割がかかっているといわれている。

☒ どうして歯周病になるのか？（原因）

- ・ 歯についた **プラーク（歯垢）** にいる細菌が原因。
- ・ 歯みがきが不十分だと、細菌が増えて歯ぐきが炎症を起こす。
- ・ 進行すると **歯を支える骨** が溶けてしまい、最終的に歯が抜けることも。
- ・ **タバコ・糖尿病・ストレス・不規則な生活** も悪化の原因になる。

☒ どんな症状が出るのか？（初期～重度までの変化）

- ・ **初期（歯肉炎）** → 歯ぐきが赤く腫れ、歯みがきで出血することがある。
- ・ **中期（軽度～中等度歯周炎）** → 歯ぐきが下がり、歯が長く見える。歯がグラつき始める。
- ・ **重度（重度歯周炎）** → 歯を支える骨が大きく溶け、歯がグラグラになり、最終的に抜けることも。

☒ どのくらいの人が歯周病になるのか？（発症率や年齢層）

- ・ **成人の約 80%** が歯周病またはその予備軍といわれている。
- ・ **30 代からリスクが上がり、40 代以降で本格的に進行する人が増える。**
- ・ 歯周病は **「沈黙の病気」** と呼ばれ、気づいたときにはすでに進行していることが多い。


この流れで説明すると、**患者さんが理解しやすく、危機感を持ちやすい** 資料になります！

どの部分を強調したいか、または追加したい内容があれば教えてください😊

私のプロンプト⑦

それで確定します。次は4にいけます

チャット GPT の回答

次は  **放置するとどうなる？（リスク・全身への影響・悪化すると抜歯の可能性）** です
ね。

◆ 歯周病を放置するとどうなる？（入れるべき内容）

✅ ① 口の中への影響（歯や歯ぐきの変化）

- 歯ぐきが腫れたり、出血が増える（初期症状）
- 口臭がひどくなる（細菌の増殖による）
- 歯ぐきが下がり、歯が長く見える（歯ぐきのダメージ）
- 歯がグラグラし始め、最終的に抜ける（歯を支える骨が溶ける）

✅ ② 全身への影響（歯周病が引き起こす病気）

- 心臓病・脳梗塞のリスクが上がる（歯周病菌が血管に入り込む）
- 糖尿病が悪化する（歯周病と糖尿病は相互に影響し合う）
- 誤嚥性肺炎のリスク増加（特に高齢者）

- 早産や低体重児出産のリスク増加（妊婦さんに影響）
 - ✅ ③ 治療が遅れるとどうなる？（進行すると治療が大変になる）
 - 初期なら簡単なケアで改善できるが、進行すると外科処置が必要になる
 - 抜歯が必要になると、インプラントや入れ歯が必要になる（治療費も高額に）
 - 痛みがないからと放置すると、気づいたときには手遅れになりやすい
-

このような内容を伝えることで、「**放置すると本当に怖い**」という意識を持ってもらえます。

どの部分を特に強調したいか、または追加したいことがあれば教えてください😊

私のプロンプト⑧

これで決定します。次の項目をお願いします

チャット GPT の回答

了解しました！👉 **4 放置するとどうなる？** の内容が決定したので、次は **5 治療の重要性** ですね。

◆ **5 治療の重要性**（入れるべき内容）

✅ ① 歯周病治療の流れ（簡単な説明）

患者さんが治療の流れを知ることで、不安を減らせます。

- ① 診察・検査 → 歯ぐきの状態をチェック
- ② 歯石除去（スケーリング） → 歯ぐきの炎症を抑える

- ・ ③ クリーニング・セルフケア指導 → 自宅でのケアが重要
- ・ ④ 進行している場合は、歯周ポケットの治療や外科処置も検討

✅ ② 早期発見・早期治療のメリット

- ・ 軽度なら簡単な治療で改善できる！
- ・ 進行してからでは、治療期間も費用もかかる…
- ・ 治療することで、口臭や出血が改善する！
- ・ 歯を失わずに済む可能性が高まる！

✅ ③ 治療をしないとどうなるか（[📄](#) の内容とリンク）

- ・ 痛みがないからと放置すると、抜歯になる可能性がある
- ・ 歯を失うと、インプラント・入れ歯などの高額な治療が必要になる
- ・ 全身の健康にも悪影響を与える（心疾患・糖尿病など）

この内容をわかりやすく伝えれば、「今すぐ治療しよう！」という気持ちを引き出せます😊

特に強調したいポイントや、追加したいことがあれば教えてください！

私のプロンプト⑨

ここでは、以下の2つを伝えたいです。

痛みがないからと放置すると、抜歯になる可能性がある 歯を失うと、インプラント・入れ歯などの高額な治療が必要になる

了解しました！

「痛みがないからと放置すると、抜歯になる可能性がある」

「歯を失うと、インプラント・入れ歯などの高額な治療が必要になる」

この2点を強調する内容にしますね。

◆ 5 治療の重要性（患者さんに伝える内容）

✔ ① 歯周病は「痛みがなく進行する」病気

- 「虫歯のように痛みが出ないから大丈夫」と思っていないですか？
- 実は、**痛みを感じるころには手遅れ** になっていることが多いんです。
- その結果、気づいたときには**歯を抜くしかない** ことも…

✔ ② 抜歯になると、治療費も大きな負担に

- 歯を失うと選択肢は**3つ** になります：

① インプラント（1本 30万円～50万円）

② ブリッジ（10万円～30万円）

③ 入れ歯（5万円～20万円）

- どれも健康な歯よりも噛む力が弱くなります。
 - **自分の歯を守るのが、一番の節約であり健康の秘訣！**
-

このように伝えれば、患者さんも**「今のうちに治療しよう！」** と思いやすくなります



何か追加したいことや、表現の調整が必要なら教えてください！

私のプロンプト⑩

はいこちら確定をお願いします。 次の項目をお願いします。

チャット GPT の回答

了解しました！ **5 治療の重要性** が確定したので、次は **6 予防方法** ですね。

◆ **6 予防方法**（入れるべき内容）

✓ ① 正しい歯みがきの方法を知る

- 1 日 2 回、丁寧に磨くことが大切！
- 歯ブラシだけでは不十分 → フロスや歯間ブラシも使う
- 磨く順番を決めて、磨き残しを減らす
- 力を入れすぎず、やさしく小刻みにブラッシング

✓ ② 定期的な歯科検診を受ける

- 3～6 ヶ月に 1 回 は歯科医院でチェック！
- 自分では取れない**歯石の除去** が大切
- 初期の歯周病なら、簡単なケアで改善できる！

✓ ③ 生活習慣を見直す

- **タバコは歯周病の大敵** → 禁煙でリスクを大幅に減らせる
- バランスの良い食事で、**歯ぐきを健康に**（ビタミン C やカルシウムが◎）

- ・ **ストレスを減らす** → 免疫力が落ちると歯周病が悪化しやすい
-

この内容なら、「**自分でできることがある！**」と感じてもらいやすいです😊

どの部分を特に強調したいか、または追加したいことがあれば教えてください！

私のプロンプト⑪

ここは、この2つにします。

3～6 ヶ月に 1 回 は歯科医院でチェック！ 自分では取れない歯石の除去 が大切

チャット GPT の回答

自分では取れない歯石の除去 が大切

ChatGPT:

了解しました！

「3～6 ヶ月に 1 回 は歯科医院でチェック！」

「自分では取れない歯石の除去 が大切」

この 2 点を強調する内容で確定しますね。

◆ 6 予防方法（患者さんに伝える内容）

✅ ① **3～6 ヶ月に 1 回は歯科医院でチェック！**

- ・ **歯周病は自覚症状が出にくい** ため、気づかないうちに進行することが多い。

- ・ 定期検診を受けることで、早期発見・早期治療が可能！
- ・ もし歯ぐきの腫れや出血があるなら、すぐに受診を！

✅ ② 自分では取れない歯石の除去が大切

- ・ 歯みがきでは取れない「歯石」 が、歯周病の原因になる。
- ・ 歯科医院での専門的なクリーニング（スケーリング）が必要。
- ・ 歯石を放置すると、細菌が増えて歯ぐきの炎症が進行する。
- ・ 定期的なクリーニングで歯周病を防ぎ、健康な歯を保つ！

このように伝えれば、患者さんも**「歯医者に行く理由がよく分かった！」** と思いやすくなります😊

次に進めてもよろしいでしょうか？

私のプロンプト⑫

はい、それでいきます。次をお願いします。

チャット GPT の回答

ありがとうございます！それでは次の項目、**7 実際の治療例（ビフォーアフター・患者さんの声）**に進みますね。

◆ 7 実際の治療例（入れるべき内容）

✓ ① ビフォーアフターの写真（可能なら）

- ・ 治療前 → 歯ぐきが腫れている・出血・歯石がついている
- ・ 治療後 → 歯ぐきが引き締まり、健康的なピンク色に！
- ・ 実際の変化を見せることで、患者さんの意識が高まる

✓ ② 患者さんの声（実際の体験談）

- ・ 「歯ぐきの腫れと出血が治まり、口の中がスッキリしました！」
- ・ 「口臭が気にならなくなり、人と話すのが楽しくなりました！」
- ・ 「歯を失う前に治療できて本当に良かった！」
- ・ 実際の声を入れると、患者さんの共感を得やすい

✦ この項目について、実際の治療例や患者さんの声をどのように掲載するか決めておくの良いです！

✓ 写真を使うか？（実際の症例写真を載せる or イラストで説明する）

✓ 患者さんの声をどう伝えるか？（実際のコメント or フィクションで分かりやすく作成）

どの方法で伝えるか、考えを教えてください！😊

ここは患者さんの声を入りたいです。 例を作ってください。

チャット GPT の回答

患者さんの声を入れる形で、**歯周病治療の体験談** の例をいくつか作りました！

◆ 患者さんの声（例）

🦷 例①：「**歯ぐきの腫れと出血がなくなりました！**」（40 代・女性）

「歯みがきをすると、いつも歯ぐきから血が出ていました。でも痛みがなかったので、ずっと放置していました。歯科検診で『歯周病が進行していますよ』と言われて驚きました。

治療を始めて数週間で、**歯ぐきの腫れが治まり、出血しなくなりました！** もっと早く歯医者に行けばよかったです。」

🦷 例②：「**口臭がなくなり、自信が持てるようになりました！**」（50 代・男性）

「家族に『口が臭うよ』と言われ、気になっていました。自分では気づいていなかったのですが、歯医者で診てもらおうと**歯周病が進行している**とのこと。

クリーニングと歯石除去を受けて、歯みがきの方法も教えてもらいました。治療を続けるうちに**口臭が気にならなくなり、人と話すのが楽しくなりました！**」

🦷 例③：「**歯を失わずに済んで本当に良かった！**」（60 代・男性）

「歯がグラグラしてきて、抜かなければいけないかもしれないと思っていました。でも先生に

****『しっかり治療すれば歯を残せる可能性がありますよ』**** と言われ、頑張って通院するこ

とにしました。

治療を続けた結果、**歯のグラつきがなくなり、しっかり噛めるようになりました！** 抜かずに済んで本当に良かったです。」

患者さんの体験談を入れると、「**自分も治療すれば良くなるんだ！**」という希望を持ってもらいやすくなります😊

この中で使いたいものはありますか？

また、医院の特徴に合わせて調整もできますので、お気軽にご相談ください！

私のプロンプト⑭

少しドラマチックな内容にしてください

チャット GPT の回答

了解しました！患者さんの気持ちがより伝わるように、**少しドラマチックな体験談** にしました。

◆ 患者さんの声（ドラマチック ver.）

🦷 例①：「毎日、血が出るのが普通だと思っていました…」（40代・女性）

「歯みがきをするたびに血が出るのが当たり前になっていました。でも、痛くもないし、特に困ることもなかったので、ずっと放置していました。」

ある日、久しぶりに歯医者さんで診てもらおうと、『歯を支える骨が溶け始めています』と言われました。**このままだと歯を失うかもしれないと聞いて、急に怖くなりました。**

治療を受けると、少しずつ歯ぐきの腫れが引き、出血も止まりました。今はあのとき受診して本当に良かったと思っています。**「もっと早く来ればよかった」—これが一番の本音です。」**

例②：「人と話すのが怖かった… でも治療で自信を取り戻しました！」（50代・男性）

「会社の同僚から『最近、口臭が気になるよ』と冗談混じりに言われました。そのときは笑って流しましたが、家族にも『口が臭うよ』と言われてショックを受けました。

自分では気づかなかったけど、**人と話すのが怖くなり、無意識に口元を隠すようになっていました。**

意を決して歯医者さんに行くと、原因は進行した歯周病。歯ぐきが炎症を起こし、歯石が溜まっているせいでした。

先生と一緒に治療を続け、歯石を取ってもらおうと、数週間後には口臭がなくなったと家族に言われました。**「もう口元を気にしなくていい」—それが何よりも嬉しいです。」**

例③：「歯を失うとこだった… でも最後のチャンスをもらえた」（60代・男性）

「昔から歯医者が苦手で、痛みが出たときしか行っていませんでした。ところが、最近になって奥歯がグラグラし始め、硬いものを噛むと違和感が…。

『そろそろ抜かなきゃいけないのかな…』と覚悟して歯医者に行くと、先生に**「今ならまだ歯を残せる可能性があります」** と言われました。

本当に驚きました。自分ではもうダメだと思っていたのに、治療の選択肢がまだあったんで

す。

時間はかかりましたが、歯ぐきの治療を続けることで、グラつきがなくなり、今ではしっかり噛めるようになりました。「もう少し遅かったら、本当に抜くしかなかったかもしれませんね」と先生に言われたとき、心の底から「受診してよかった」と思いました。」

このようなストーリー性のある体験談なら、**患者さんも共感しやすく、治療を受けるきっかけになりやすい**です😊

この中で使いたいものはありますか？ もしくは医院の特徴に合わせてカスタマイズもできます！

私のプロンプト⑮

例1でいきます。次の項目で。

チャット GPT の回答

了解しました！例①：「毎日、血が出るのが普通だと思っていました…」で確定しますね。

では、次の項目 **8 医院の強み（どんな治療を提供できるのか）**に進みます！

◆ **8 医院の強み（入れるべき内容）**

✓ ① 当院の歯周病治療の特徴

- **最新の治療方法を採用**（レーザー治療・再生療法など）
- **痛みを抑えた治療**（麻酔の工夫・優しい施術）

- ・ 歯をできるだけ残す治療（抜かずに治すことを第一に）

✅ ② 当院ならではのサポート

- ・ 丁寧なカウンセリング（患者さんの不安に寄り添う）
- ・ わかりやすい説明（口の中の状態を画像で見せる）
- ・ セルフケア指導が充実（正しい歯みがきや生活習慣のアドバイス）

✅ ③ 他の歯科医院との違いをアピール

- ・ 「他院では抜歯と言われたけど、ここで歯を残せた！」 という実績
- ・ 歯周病専門の治療プログラムがある
- ・ 短期間で効果が出る治療法がある（可能なら）

✦ 医院の強みを決めるときのポイント

- ✅ 他院と違う「強み」を明確にする
- ✅ 患者さんにとってのメリットを強調する
- ✅ 専門性や治療の安心感を伝える

医院の特徴に合わせて、どのポイントを強調したいか教えてください！😊

私のプロンプト①⑥

「他院では抜歯と言われたけど、ここで歯を残せた！」 という実績 歯周病専門の治療プログラムがある をお願いします。

了解しました！

「他院では抜歯と言われたけど、ここで歯を残せた！」 という実績

「歯周病専門の治療プログラムがある」

この2点を強調する形で確定しますね。

◆ 8 医院の強み（患者さんに伝える内容）

✔ ① 他院で「抜歯」と言われた歯を守った実績

「『他の歯医者では抜くしかないと言われた…』 そんな患者さんが、当院の治療で**自分の歯を残せた**ケースが多数あります！

当院では**できる限り歯を抜かずに治療**することを大切にしています。」

- ・ 抜かずに治療できるかどうか、しっかり診断！
- ・ 患者さん一人ひとりに合わせた治療計画を提案
- ・ できる限り歯を守る治療法（再生療法・歯周ポケットの徹底治療など）を採用

「抜歯を宣告された方も、まだ諦めないでください！」

✔ ② 歯周病専門の治療プログラムがある

「歯周病の進行度に応じた、**専門的な治療プログラム**をご用意しています。」

- ・ 軽度の方 → プラークコントロール・クリーニング中心のケア
- ・ 中等度の方 → 歯ぐきの奥深くの汚れを徹底除去

- ・ 重度の方 → 最新の治療法で歯を守るアプローチ

「あなたの歯の状態に合わせた最適な治療を行い、健康な歯ぐきを取り戻します！」

✦ このような内容で、「ここなら治療を受けてみたい！」と思わせることが大切です 😊

次の項目 **9 行動喚起（今すぐできること・予約の案内）** に進んでもよろしいでしょうか？

私のプロンプト⑬

ここは、できる限り歯を守る治療法（再生療法・歯周ポケットの徹底治療など）を採用しません

チャット GPT の回答

了解しました！「**できる限り歯を守る治療法（再生療法・歯周ポケットの徹底治療など）を採用**」の部分を削除し、以下の形で確定します。

◆ **8 医院の強み（最終版）**

✓ ① 他院で「抜歯」と言われた歯を守った実績

「『他の歯医者では抜くしかないと言われた…』 そんな患者さんが、当院の治療で**自分の歯を残せた**ケースが多数あります！」

当院では**できる限り歯を抜かずに治療**することを大切にしています。」

- ・ 抜かずに治療できるかどうか、しっかり診断！

- ・ 患者さん一人ひとりに合わせた治療計画を提案

「抜歯を宣告された方も、まだ諦めないでください！」

✅ ② 歯周病専門の治療プログラムがある

「歯周病の進行度に応じた、専門的な治療プログラム をご用意しています。」

- ・ 軽度の方 → プラークコントロール・クリーニング中心のケア
- ・ 中等度の方 → 歯ぐきの奥深くの汚れを徹底除去
- ・ 重度の方 → 最新の治療法で歯を守るアプローチ

「あなたの歯の状態に合わせた最適な治療を行い、健康な歯ぐきを取り戻します！」

✅ これで ⑧ 医院の強み が確定しました！

では、最後の ⑨ 行動喚起（今すぐできること・予約の案内） に進みますね 😊

私のプロンプト⑱

次の行動喚起の例を挙げてください

チャット GPT の回答

- ◆ ⑨ 行動喚起（今すぐできること・予約の案内） の例をいくつかご紹介します！


この部分は、患者さんが「**すぐに行動しよう！**」と思えるようなメッセージが重要です。

例① シンプルで分かりやすい形

「**歯周病は静かに進行します。気づいたときには手遅れ…なんてことにならないように！**

まずは一度、歯ぐきの状態をチェックしませんか？

3～6 ヶ月に 1 回の定期検診が、あなたの歯を守る第一歩です。

 **ご予約はお電話または WEB から！」**

例② 危機感を強調して行動を促す形

「『**歯ぐきが腫れる**』『**血が出る**』そんな症状があるなら要注意！

それは、歯周病のサインかもしれません。

放置すると、歯が抜けることも…


でも、**早めの治療で歯を守ることができます！**


今なら、初回カウンセリングでお口の状態を詳しくチェックできます。

 **まずはご相談から！今すぐご予約を！」**

例③ 「今すぐできること」を具体的に示す形

「歯周病を予防するために、**今すぐできることがあります！**

 **鏡で歯ぐきをチェック** → 赤く腫れていませんか？

 **歯みがき時の出血を確認** → 出血があるなら歯周病の可能性大！

✅ 最後に歯医者に行ったのはいつ？ → 3ヶ月以上空いているなら要検診！

📞 ご予約はお電話またはWEBから、お気軽にどうぞ！」

📌 ポイント

✓ 「危機感」 + 「今すぐできること」 + 「予約方法」 をセットで伝えると効果的！

✓ できるだけ簡潔に、すぐに行動できるようなメッセージにする！

この中で使いたいものはありますか？

または、医院の雰囲気に合わせて調整もできます 😊

私のプロンプト①⑨

ポイントに書いてある。

「危機感」 + 「今すぐできること」 + 「予約方法」 をセットで伝えると効果的！を全部入れてください

チャット GPT の回答

了解しました！「**危機感** + **今すぐできること** + **予約方法**」をすべて入れた形で作成しました。

◇ **⑨ 行動喚起（最終版）**

🦷 「歯ぐきから血が出る」「歯ぐきが腫れている」そんな症状があるなら要注意！

それは、**歯周病のサイン**かもしれません。

放置すると、歯がグラグラになり、最終的に抜けてしまうことも…

でも、**早めの治療で歯を守ることができます！**

あなたの大切な歯を守るために、**今すぐできること** をチェックしましょう。

☒ **鏡で歯ぐきをチェック** → 赤く腫れていませんか？

☒ **歯みがき時の出血を確認** → 出血があるなら歯周病の可能性大！

☒ **最後に歯医者に行ったのはいつ？** → 3ヶ月以上空いているなら要検診！

📞 **ご予約はお電話またはWEBから！**

あなたの歯を守るために、**今すぐご相談ください！**

このようにすれば、患者さんが**「これは自分のことかもしれない…！」** と思い、行動に

つながりやすくなります😊

こちらで確定してよろしいでしょうか？

私のプロンプト⑩

はい、これでよろしくお願いします。

ありがとうございます！😊🔔 **行動喚起** も確定しましたので、これで資料の内容がすべて完成しました！🎉

🔔 最終確認 - 完成した構成

- ✅ 1 目的 → 「歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう」
 - ✅ 2 ターゲット → 「歯周病の危険性を知ってもらい、早めに治療を受けてもらう」
 - ✅ 3 歯周病の基礎知識 → 歯周病の原因・症状・進行の流れを説明
 - ✅ 4 放置するとどうなる？ → 「痛みがないからと放置すると、抜歯になる可能性がある」「歯を失うと、インプラント・入れ歯などの高額な治療が必要になる」
 - ✅ 5 治療の重要性 → 「痛みがないからと放置すると、抜歯になる可能性がある」「歯を失うと、インプラント・入れ歯などの高額な治療が必要になる」
 - ✅ 6 予防方法 → 「3～6 ヶ月に 1 回 は歯科医院でチェック！」「自分では取れない歯石の除去 が大切」
 - ✅ 7 実際の治療例 → 「毎日、血が出るのが普通だと思っていました…」（40 代・女性の体験談）
 - ✅ 8 医院の強み → 「他院では抜歯と言われたけど、ここで歯を残せた！」という実績、「歯周病専門の治療プログラムがある」
 - ✅ 9 行動喚起 → 「危機感」+「今すぐできること」+「予約方法」をセットで伝えるメッセージ
-

✦ これで患者さんに分かりやすく、行動を促す資料が作れる準備が整いました！ 🎉

資料のデザインやレイアウトを決める際もお手伝いできますので、必要なことがあればいつで

もご相談ください！ 😊

私のプロンプト②①

文書を作る前に コピーライティングの型を教えてください

チャット GPT の回答

素晴らしい視点ですね！患者さんに伝わりやすく、行動を促すためには**コピーライティングの型**を活用すると効果的です。

✦ よく使われるコピーライティングの型（歯科向けに応用可能なもの）

1 PAS (Problem → Agitation → Solution)

✦ 患者さんの「不安」や「悩み」に訴えかけ、解決策を提示する型

✓ **Problem (問題提起)** → 「あなたの歯ぐき、こんな症状はありませんか？」

✓ **Agitation (不安をあおる)** → 「そのまま放置すると、抜歯のリスクが高まります…」

✓ **Solution (解決策を提示)** → 「でも大丈夫！当院なら抜かずに治療できる可能性があります。」

📌 **活用ポイント** → 患者さんの「自分ごと」として認識しやすく、行動を促せる。

2 AIDCA (Attention → Interest → Desire → Conviction → Action)

✦ 読む人の興味を引きつけ、最後に行動を促す型

- ✓ **Attention (注意喚起)** → 「歯周病は、静かに進行する“沈黙の病気”です。」
 - ✓ **Interest (興味を引く)** → 「実は、日本人の 8 割が歯周病予備軍と言われています。」
 - ✓ **Desire (欲求を刺激)** → 「でも、適切な治療で歯を失わずに済む可能性があります！」
 - ✓ **Conviction (確信を持たせる)** → 「当院では、抜歯を避ける専門的な治療を行っています。」
 - ✓ **Action (行動喚起)** → 「今すぐ、無料カウンセリングをご予約ください！」
- ✦ **活用ポイント** → 興味を引きつけながら、自然に行動へ導く。

3 QUEST (Qualify → Understand → Educate → Stimulate → Transition)

✦ 読み手を教育しながら行動を促す型

- ✓ **Qualify (ターゲットを明確に)** → 「40 代以上の方へ。最近、歯ぐきが腫れたり、血が出たりしていませんか？」
- ✓ **Understand (共感する)** → 「実は、多くの方が“少しの出血なら大丈夫”と思っています。」
- ✓ **Educate (情報提供)** → 「しかし、歯周病は放置すると歯を失う原因になります。」
- ✓ **Stimulate (感情を刺激)** → 「でも、適切な治療をすれば防ぐことができます！」
- ✓ **Transition (行動を促す)** → 「まずは歯ぐきの状態をチェック！今すぐご予約を。」

📌 **活用ポイント** → 読み手に学びを提供しながら行動へつなげる。

📌 **新 PASONA (Problem → Agitation → Solution → Offer → Narrowing → Action)**

📌 **読む人の悩みに寄り添いながら、今すぐ行動させる型**

✅ **Problem (問題提起)** → 「最近、歯ぐきから出血していませんか？」

✅ **Agitation (不安をあおる)** → 「そのまま放置すると、歯を失う可能性があります…」

✅ **Solution (解決策)** → 「でも、専門的な治療を受けることで改善できます。」

✅ **Offer (提案)** → 「当院では、歯をできるだけ残す治療を行っています。」

✅ **Narrowing (限定性・緊急性を出す)** → 「今月は初回カウンセリング無料！予約枠に限りがあります。」

✅ **Action (行動喚起)** → 「今すぐ、お電話または WEB 予約を！」

📌 **活用ポイント** → 限定性や緊急性を強調することで、行動を後押しできる。

どの型を使うべき？

- ・ 「患者さんの悩みを解決する」ことを重視するなら → PAS
 - ・ 「興味を引きつけて、流れで行動させる」なら → AIDCA
 - ・ 「読み手を教育しながら納得させる」なら → QUEST
 - ・ 「緊急性・限定性を強調して今すぐ行動させる」なら → 新 PASONA
-

📌 **歯周病治療の資料では、**

✓ PAS（問題 → 不安 → 解決）をベースにしながら、

✓ AIDCA（興味 → 確信 → 行動）の流れを取り入れると効果的です！

この中で「使いたい型」や「どの型をベースにするか」を決めましょう！😊

私のプロンプト②②

では、QUEST でいきたいです

チャット GPT の回答

了解しました！QUEST（Qualify → Understand → Educate → Stimulate → Transition）の型で文章を作成しますね。

🔴 QUEST の流れに沿った歯周病治療の資料（ドラフト）

● ① Qualify（ターゲットを明確に）

「40 代以上の方へ。最近、歯ぐきが腫れたり、血が出たりしていませんか？」

- ・ 朝、歯みがきをすると歯ぐきから血が出る
- ・ 硬いものを噛むと違和感がある
- ・ 口臭が気になる

もし 1 つでも当てはまるなら、それは歯周病のサインかもしれません。

● ② Understand（共感する）

「実は、多くの方が“少しの出血なら大丈夫”と思っています。

『痛くないからまだ平気』と放置してしまいがちですが、歯周病は痛みが出にくい病気です。

そのため、気づいたときには歯を支える骨が溶け、歯がグラグラ…ということも。」

● ③ Educate（情報提供）

「歯周病は放置すると、最悪の場合、歯を失ってしまう病気です。

歯を失うと、インプラントや入れ歯などの高額な治療が必要になり、健康な歯を取り戻すことはできません。

しかし、適切な治療を受ければ、歯を守ることができます！」

● ④ Stimulate（感情を刺激）

「実際に、他院で『抜歯しかない』と言われた患者さんが、当院の治療で歯を残せたケースが多数あります！

当院では、歯周病専門の治療プログラムを用意し、患者さん一人ひとりに合わせた最適な治療を行っています。」

● ⑤ Transition（行動を促す）

「あなたの歯を守るために、今すぐできることをチェック！」

- ✅ 鏡で歯ぐきを確認 → 赤く腫れていませんか？
- ✅ 歯みがき時の出血を確認 → 出血があるなら歯周病の可能性大！
- ✅ 最後に歯医者に行ったのはいつ？ → 3ヶ月以上空いているなら要検診！

📞 ご予約はお電話またはWEBから！

あなたの大切な歯を守るために、今すぐご相談ください！」

📌 まとめ

QUESTの流れに沿って、

- ✓ ターゲットを明確にし（Qualify）
- ✓ 共感を示し（Understand）
- ✓ 歯周病の危険性を伝え（Educate）
- ✓ 当院の治療で解決できることを伝え（Stimulate）
- ✓ 最後に行動を促す（Transition）

この文章で、患者さんが「**今すぐ診てもらおう！**」と感じやすくなります😊

このまま確定して大丈夫でしょうか？または、医院の特徴に合わせて調整したい点はある
か？

私のプロンプト②③

コピーライティングでの重要な心構えやポイントを教えてください

チャット GPT の回答

✦ コピーライティングで重要な心構えと項目

歯周病治療の資料を作る上で、ただ情報を伝えるだけでなく、「**患者さんが納得し、行動したくなる**」ような文章を作ることが大切です。

以下の**心構え**と**重要な項目**を意識すると、より効果的なコピーが書けます！

◆ 1 患者さん目線を最優先する

✗ 「当院では最新の治療を行っています！」（医院側の主張）

✓ 「あなたの歯をできる限り残すために、最適な治療を提供します！」（患者さんのメリットを伝える）

患者さんは「歯医者がどんな技術を持っているか」よりも、「自分にどんな良いことがあるのか」を知りたいので、「**あなたのために**」という視点で書くことが重要です。

◆ 2 強い「悩み」や「不安」に共感する

患者さんが「これは自分のことだ」と感じると、文章に引き込まれます。

たとえば…

✓ 「朝、歯みがきをすると血が出る。でも痛みがないから放置していませんか？」

✅ 「口臭が気になる。でも、家族や友人にはなかなか言えない…」

このように患者さんのリアルな悩みを言語化すると、共感を得られやすくなります。

◆ ③ 「危機感」と「希望」をセットで伝える

△ 危機感を伝えるだけだと不安を煽るだけになってしまいます。

👉 「今すぐ治療しないと危険！」 だけでなく、

👉 「でも、今ならまだ間に合います！」 という希望をセットで伝えるのがポイント。

たとえば…

✅ 「歯ぐきの出血は、歯周病のサインです。でも、早めに治療をすれば歯を守ることができます！」

このように、ネガティブな情報のあとにポジティブな解決策を提示すると、行動しやすくなります。

◆ ④ 難しい言葉を使わない（専門用語はかみ砕く）

医療分野では専門用語が多くなりがちですが、患者さんには難しく感じることも。

✓ 「歯周ポケットが深くなっています」 ✕

✓ 「歯ぐきの隙間に汚れが溜まり、炎症が進んでいます」 ✅

「小学生でも理解できるか？」を基準に、できるだけシンプルな言葉に置き換えましょう！

◆ ⑤ 「今すぐ行動すべき理由」を明確にする

患者さんが**「今すぐ予約しよう！」** と思うには、**行動を後回しにさせない工夫** が必要です。

たとえば…

✅ 「歯周病は痛みが出にくく、気づいたときには手遅れになることも。だからこそ、早めのチェックが大切です！」

✅ 「今なら初回カウンセリング無料！まずはお口の状態をチェックしてみませんか？」

このように、「**早めに行動するメリット**」を明確に伝えましょう！

◆ 6 読みやすく、行動しやすいレイアウトにする

長文は読みにくく、伝わりづらいので、「**見た目の工夫**」も大切です！

✓ **短い文章で改行を入れる**（1文を長くしすぎない）

✓ **重要な部分は太字にする**（特に、行動喚起やメリット）

✓ **箇条書きを活用する**（情報を整理し、視覚的に分かりやすくする）

✖ 例（悪い例）

「歯周病は進行すると歯を支える骨が溶け、最終的に歯を失う可能性があります。痛みがないからと放置せず、早めの検診をおすすめします。」

✅ 例（良い例）

△ 歯周病を放置すると…？

- 歯を支える骨が溶け、歯がグラグラに…

- ・ 痛みがなく進行するため、気づいたときには手遅れになることも！

でも、早めの治療なら歯を守れます！

 **今すぐ歯ぐきのチェックを！ご予約はこちらから！**

→ 視覚的に分かりやすく、行動を促しやすい！

◆ **7 信頼を高める要素を入れる**

患者さんが安心して治療を受けられるように、**信頼を高める要素**を入れましょう。

✅ **実際の患者さんの声**（例：「毎日血が出ていた歯ぐきが、治療後にはすっかり健康になりました！」）

✅ **実績・専門性のアピール**（例：「〇〇人以上の歯周病治療を行ってきた専門医が担当します」）

✅ **医院の雰囲気伝える**（例：「リラックスして治療を受けられるよう、痛みの少ない施術を心がけています」）

✦ **まとめ：コピーライティングで大切な7つの心構え**

- 1 患者さん目線を最優先する（メリットを明確に）**
- 2 「悩み」や「不安」に共感する（患者さんが自分ごととして感じる）**
- 3 「危機感」と「希望」をセットで伝える（怖がらせるだけではダメ）**
- 4 難しい言葉を使わない（小学生でも分かる表現に）**
- 5 「今すぐ行動すべき理由」を明確にする（行動を後回しにさせない）**

6 読みやすいレイアウトにする（箇条書きや太字を活用）

7 信頼を高める要素を入れる（患者さんの声・実績を紹介）

この考え方を活かせば、患者さんが「自分ごと」として感じ、実際に予約や治療につながる文章を作ることができます！

✦ このポイントを意識して、QUEST の流れで文章を仕上げていきましょう！ 😊

私のプロンプト②④

上記をすべて含めて、先ほどの歯周病の説明文章を作って下さい。

チャット GPT の回答

✦ 歯周病治療のご案内（QUEST の型 + コピーライティングの重要ポイントをすべて含めた文章）

🦷 40 代以上の方へ

最近、歯ぐきが腫れたり、血が出たりしていませんか？

✅ 朝、歯みがきをすると歯ぐきから血が出る

✅ 硬いものを噛むと違和感がある

✔ 口臭が気になる

もし1つでも当てはまるなら、それは歯周病のサインかもしれません。

● 「少しの出血なら大丈夫」そう思っていないですか？

「痛みがないから、まだ大丈夫…」

「血が出るけど、すぐに治るから放っておこう…」

実は、多くの方がそう考えてしまいます。

でも、**歯周病は痛みがなく進行する病気**です。

ある日突然、**歯がグラグラする…** そんなことにならないために、今こそ対策が必要です。

● 歯周病を放置するとどうなる？

⚠ **歯を支える骨が溶け、最終的に歯を失うことも…**

⚠ **歯を失うと、インプラントや入れ歯などの高額な治療が必要に！**

⚠ **全身の健康にも影響（心疾患・糖尿病の悪化リスク）**

でも、**早めの治療で歯を守ることができます！**

適切なケアを行えば、歯周病の進行を止め、健康な歯ぐきを取り戻すことが可能です。

● 「抜歯しかない」と言われた方へ – まだ諦めないでください！

「他の歯医者で『抜くしかない』と言われたけど、できれば残したい…」

そんな方が、当院の治療で **歯を残せたケースが多数あります！**

- ✔ **できる限り歯を抜かない治療を目指します！**
- ✔ **歯周病専門の治療プログラムで改善へ導きます！**

当院では、あなたの歯を守るために**一人ひとりに合わせた最適な治療**を行います。

● **今すぐできる歯ぐきチェック！**

あなたの歯ぐきは大丈夫ですか？まずはチェックしてみましょう！

- ✔ **鏡で歯ぐきを確認** → 赤く腫れていませんか？
 - ✔ **歯みがき時の出血を確認** → 出血があるなら歯周病の可能性大！
 - ✔ **最後に歯医者に行ったのはいつ？** → 3ヶ月以上空いているなら要検診！
-

● **患者さんの声**

「毎日、血が出るのが普通だと思っていました…」（40代・女性）

「歯みがきをするたびに血が出るのが当たり前になっていました。でも、痛くもないし、特に困ることもなかったので、ずっと放置していました。

ある日、久しぶりに歯医者さんで診てもらうと、『**歯を支える骨が溶け始めています**』と言われました。

このままだと歯を失うかもしれないと聞いて、急に怖くなりました。

治療を受けると、少しずつ歯ぐきの腫れが引き、出血も止まりました。

今はあのとき受診して本当に良かったと思っています。

「もっと早く来ればよかった」ーこれが一番の本音です。」

● ご予約はこちら！あなたの歯を守るために、今すぐご相談ください！

☎ お電話でのご予約：〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇

💻 WEB 予約はこちら → [URL]

歯周病は「気づいたときには手遅れ」になりやすい病気です。

でも、早めに対処すれば、**歯を守ることができます！**

「もっと早く来ればよかった…」そう思う前に、

まずは一度、あなたの歯ぐきの状態をチェックしませんか？

🦷 3～6 ヶ月に 1 回の定期検診が、あなたの歯を守る第一歩です！

☎ **今すぐお電話 or WEB 予約！**

✦ この文章に込めたポイント（すべての重要項目を反映）

- ✅ **患者さん目線を最優先**（専門用語を使わず、分かりやすく伝える）
 - ✅ **悩み・不安に共感**（「少しの出血なら大丈夫」と思っていないですか？）
 - ✅ **危機感 + 希望をセットで伝える**（放置すると危険だが、今なら間に合う！）
 - ✅ **簡単な言葉で説明**（専門用語を使わず、シンプルに）
 - ✅ **今すぐ行動すべき理由を明確に**（手遅れになる前に、まずはチェックを！）
 - ✅ **視覚的に分かりやすいレイアウト**（箇条書き・見出しを活用）
 - ✅ **信頼を高める要素**（患者さんの体験談・実績を紹介）
-

この文章なら、患者さんが「自分のことだ！」と感じ、

「今すぐ診てもらおう！」と思いやしくなります😊

この内容で確定して大丈夫でしょうか？

また、医院の特徴に合わせて調整したい部分があれば、お知らせください！💡

私のプロンプト②⑤

少しドラマチックに書いてください。 また箇条書きではなくつながった文章で作して下さい

チャット GPT の回答

🦷 歯ぐきからの小さな SOS、見逃していませんか？

朝、歯みがきをすると、歯ブラシにうっすらと赤い血が滲む。最初は気になったけれど、痛くないし、しばらくすれば治まるからと、そのままにしていませんか？実は、それこそが「歯周病」の始まりかもしれません。

「少しの出血なら大丈夫」——そう思っている方は多いですが、歯周病は静かに進行する「沈黙の病気」です。気づいたときには、歯を支える骨が溶け始め、歯がグラつき、最後には抜けてしまうこともあるのです。ある日突然、食事のときに違和感を覚え、硬いものが噛みにくくなり、鏡を覗くと、歯ぐきが以前よりも下がっている。そうなったときに初めて、「もっと早く気づいていれば…」と後悔する方がたくさんいます。

歯を失うことは、単に見た目の問題だけではありません。噛む力が弱くなれば、食事が楽しめな

くなる。栄養が偏れば、体調にも影響を及ぼす。そして、失った歯を補うためには、インプラントや入れ歯といった治療が必要になり、それは時間も費用もかかるものです。けれど、本当にそうなる前にできることがあるのです。

実際に、当院には「他の歯医者で『抜歯しかない』と言われた」という患者さんが数多く訪れています。でも、適切な治療を行うことで、歯を残せたケースがたくさんあります。私たちは、一人ひとりの歯の状態を丁寧に診断し、できる限り歯を抜かずに治療することを大切にしています。あなたの大切な歯を守るために、最適な治療を提案させていただきます。

もし、今この文章を読んで「自分のことかもしれない」と少しでも思ったなら、まずは歯ぐきを鏡でチェックしてみてください。赤く腫れていませんか？歯みがきをするとき、血が滲んでいませんか？最後に歯医者に行ったのはいつだったのでしょうか？もし、3ヶ月以上経っているなら、それは歯周病が進行しているサインかもしれません。

実際に、以前当院に来られた40代の女性の患者さんも、毎日歯ぐきから血が出ることを「普通」だと思っていました。でも、診察を受けたときにはすでに歯を支える骨が溶け始めていたのです。「痛くなかったから大丈夫だと思っていた」と話していた彼女も、治療を続けるうちに歯ぐきの腫れが引き、出血が止まりました。そして、こう言いました。「もっと早く来ればよかった」――この言葉を、私たちは何度も耳にしてきました。

だからこそ、あなたには、手遅れになる前に、まずは一度歯ぐきの状態をチェックしてほしいのです。歯周病は、**3～6ヶ月に1回の定期検診で予防ができます**。何も症状がなくても、検診を受けることで、見えないリスクを発見することができます。

今、あなたの歯ぐきが小さなSOSを発しているかもしれません。そのサインを見逃さず、大切な

歯を守るために、ぜひ一度ご相談ください。ご予約は、お電話または WEB から受け付けています。歯を失う前に、一歩踏み出してみませんか？