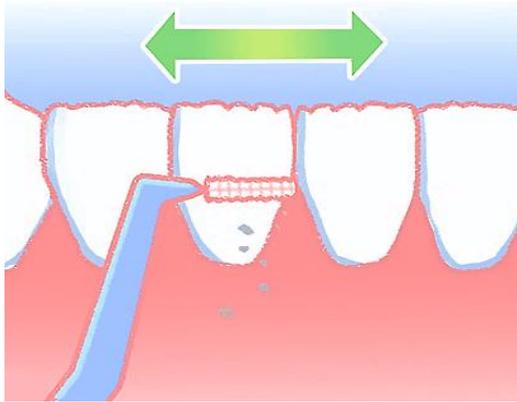


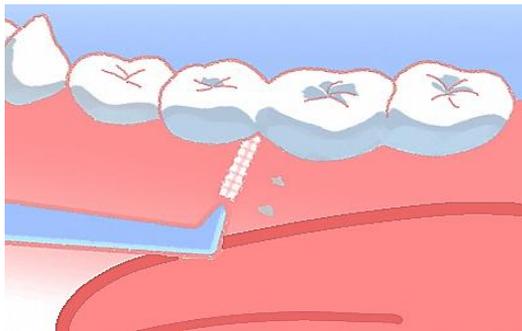


～歯医者さんで使い方を教えてもらおう～

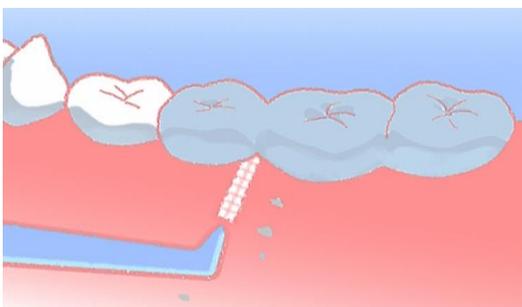
# 歯間ブラシの使い方



①歯と歯の間の歯肉に沿わせて数回動かし  
歯垢を落とす

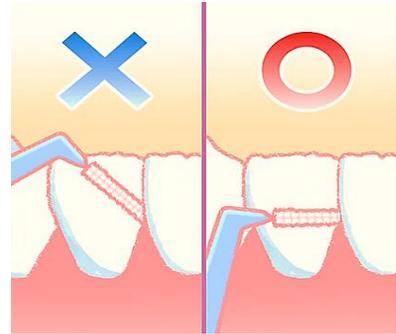


②歯の裏側(舌側)からも  
同様に数回動かし  
歯垢を落とす

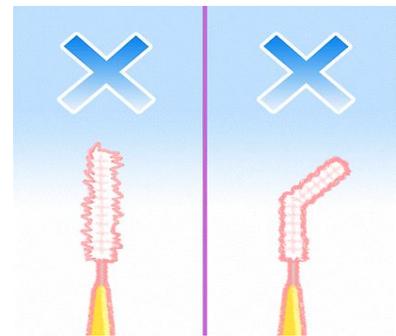


③かぶせ物 (ブリッジ)  
の下も忘れずに！

歯間ブラシを効果的に  
行うための注意



歯間ブラシの先を  
歯肉に向けない



- 毛がボサボサ
- 折れちゃった
- 2週間以上使用  
上記場合は交換！

鏡を使って無  
理なく  
やろう！

