

# 歯と歯の間のお清掃していますか？

歯ブラシだけでは取り除けない歯と歯の間は細菌の温床です。  
むし歯や歯周病を歯間清掃で予防しましょう。

歯と歯のすき間が狭い人には

デンタルフロス (糸ようじ)

## 使い方

- 歯肉を傷つけないようにやさしく歯間に入れます
- のこぎりをひくように動かし、フロスでかきあげて汚れをとります

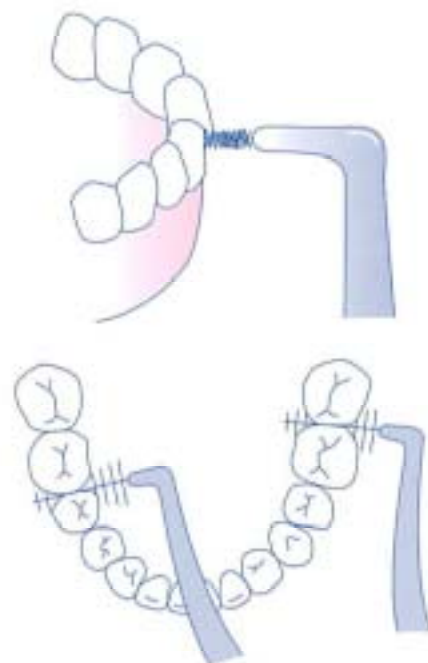


歯と歯のすき間が広い人には

歯間ブラシ

## 使い方

- やさしく歯間に挿入し、小刻みに動かします
- 間の狭い所には無理に使用しないで下さい
- 汚れを水洗いし乾かして保管します



※慣れない方は鏡を見ながらご使用下さい。

くわしい使い方は、かかりつけ歯科医師・歯科衛生士におたずね下さい。