

歯ブラシ交換 していますか？



毎月8日は歯ブラシ交換DAY！
定期的に交換し、効率よく磨きましょう◎

歯ブラシ交換
DAY



毛先の開いた歯ブラシは、汚れが落ちにくくなります。
月に1回の交換がおすすめです！

新しい歯ブラシ



100%

毛先が少し
開いた歯ブラシ



80.8%

毛先が
開いた歯ブラシ



62.9%

0 25 50 75 100

相対歯垢除去率（%）＊新しい歯ブラシを100%とした場合
ライオン歯科衛生研究所調べ，日本小児歯科学会1985

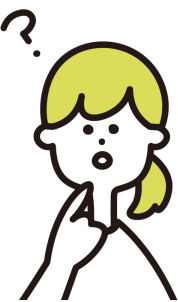


1ヶ月間、清潔に歯ブラシを使用するポイント！

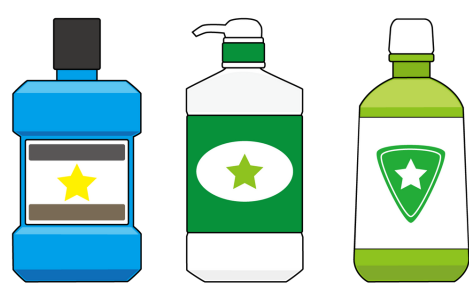
歯を磨いた後は、菌や汚れが多く付着するため、指でしっかり毛先の部分を洗い流します。
その後、風通しの良い場所で毛先を上に向けて保管しましょう。

1か月もたたずに毛先が開く場合は、力の入れ過ぎかも。力を抜いて磨きましょう！

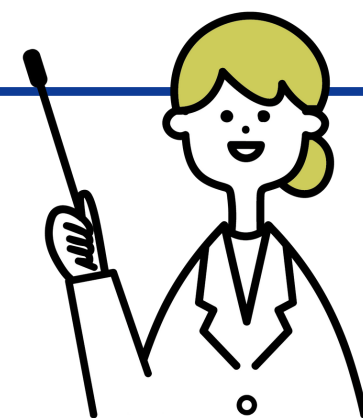
素朴な
ギモン



マウスウォッシュ？液体歯磨き？デンタルリンス？
違いってあるの？



使用目的や使い方が違います！
裏面のマークを確認してみましょう！



洗口液

医薬部外品

◎マウスウォッシュ（洗口液）

適量をお口に含んで20～30秒
ぶくぶくとすすぎます。

そのあと、水ですすがなくても大丈夫です。
特に、医薬部外品の場合は、水ですすがない
方が薬用成分の効果が続きやすくなります。



医薬部外品

液体歯磨

◎液体ハミガキ（デンタルリンス）

その名の通り、液体タイプの歯磨
き剤です。

歯ブラシを使って歯を磨くときに使用するもので、お
口に含んですすいた後にブラッシングすることで効果
がみられます。研磨剤を使用していないので、歯を傷
つけにくい優しい歯磨き剤です。