

# 歯ブラシにプラス してみませんか？

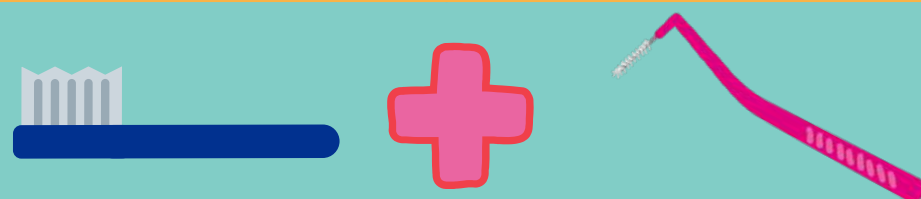


歯ブラシだけでは、歯と歯の間は磨けていない！？



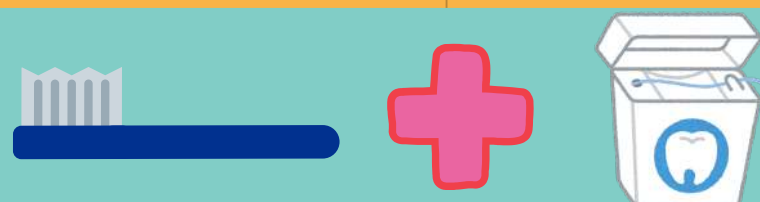
歯ブラシだけでは、歯と歯の間は磨ききれっていません。  
お口の状態に合わせて、歯間ブラシやデンタルフロスを  
プラスしてみましょう！

歯ブラシ+歯間ブラシ



85%

歯ブラシ+デンタルフロス



79%

歯ブラシのみ



61%

歯間部のプラーク除去効果 日歯保存誌 48,272,2005年



むし歯や歯周病は、歯と歯の間から！  
歯間ブラシやデンタルフロスなど、歯ブラシに加えて補助用具も使用すると  
プラーク（歯垢）の除去率が高く、予防効果が大きくアップします。  
あなたも今日から、歯ブラシに**プラス**してみませんか！

素朴な?  
ギモン



歯間ブラシとデンタルフロス  
どうやって使い分けるの??

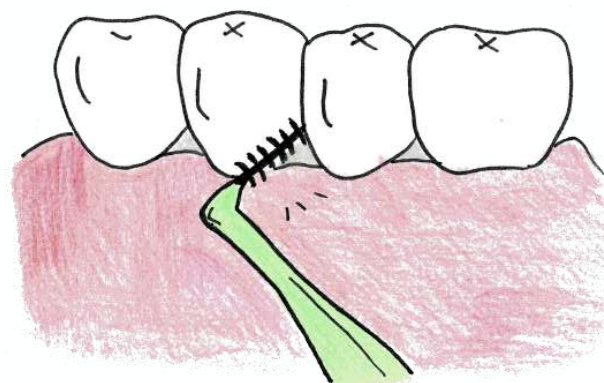
歯と歯の隙間の大きさに合わせて  
使い分けましょう！



歯間ブラシが効果的

隙間の広いところは歯間ブラシを  
使いましょう◎

サイズの合った歯間ブラシをゆっ  
っくりと歯と歯の間に入れ、それぞ  
れの面を優しく2~3回こすって  
みると効果的です。



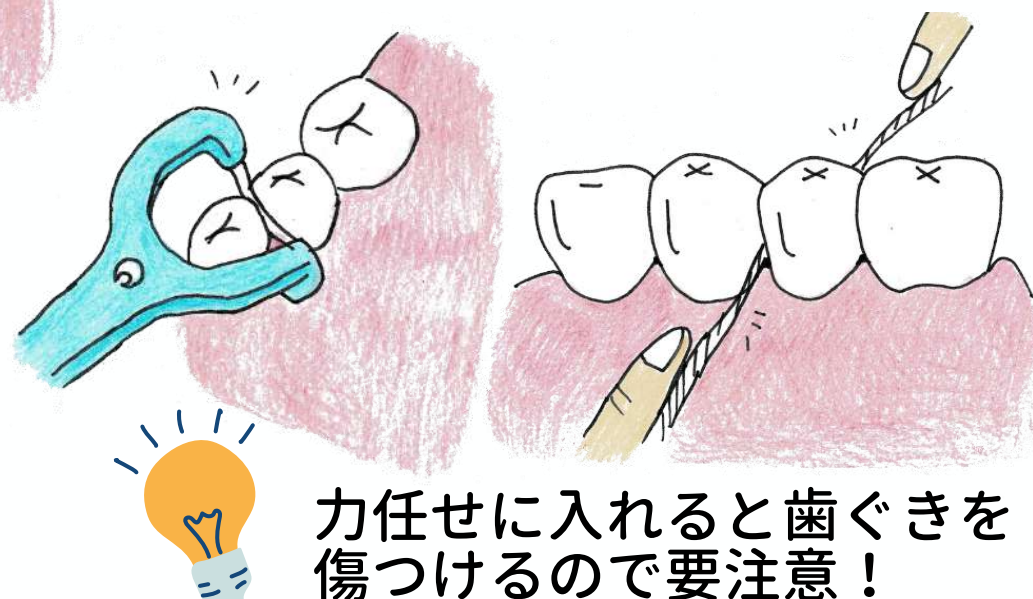
歯と歯の間に抵抗なく挿入できる  
サイズを選びましょう◎

お口の中の状態によって正しい  
使い方が異なります。歯科医院  
で歯間ブラシ・デンタルフロス  
の使い方を学んでみませんか！

デンタルフロスが効果的

隙間の狭いところはデンタルフロスを  
使いましょう◎

ゆっくりとノコギリを引くように挿入  
し、歯と歯の間のそれぞれの面の汚れ  
を糸で取り除いていきます。



力任せに入れると歯ぐきを  
傷つけるので要注意！