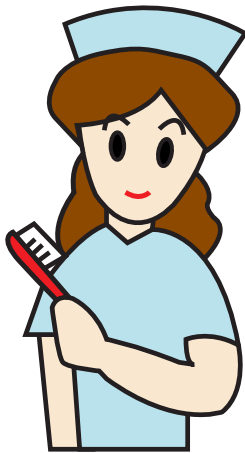




歯の健康づくり

歯や歯ぐきの健康のために

5 1日1回は、10分くらいの丁寧な歯みがきを心がけましょう！



6 歯科医師や歯科衛生士による歯みがき指導を受けましょう！

7 糸ようじや歯間ブラシを使い、歯と歯の間まできれいにしましょう！

