

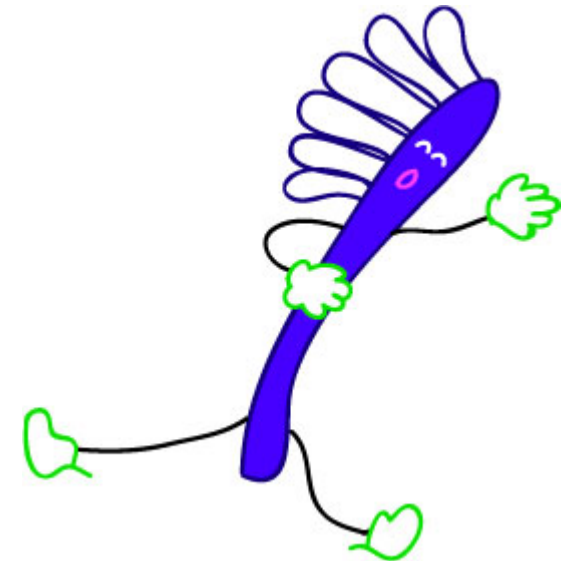
お口の刺激でよみがえる

い き い き
生き活き健康生活

軟毛の歯ブラシ(Michiyo4)を使ってみよ～

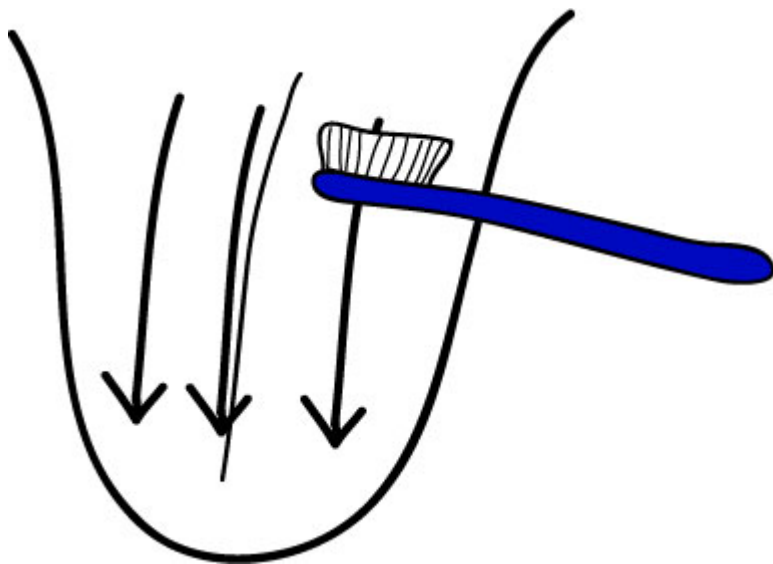
口の粘膜を清掃し、マッサージすることで、血行がよくなり、口の中の機能も高まります。

お口の中の刺激はだ液の出を良くし、脳によい刺激をあたえ衰えた筋肉や神経を呼び起こし、そしてよみがえらせます。



舌

まん中・右・左に分けて
10回ずつ奥から前、に
歯ブラシを移動して清
掃・刺激します。



頬

の内側を奥から前に、歯
ブラシの毛先で軽くなで
るように歯ブラシを移動
して清掃・刺激します。



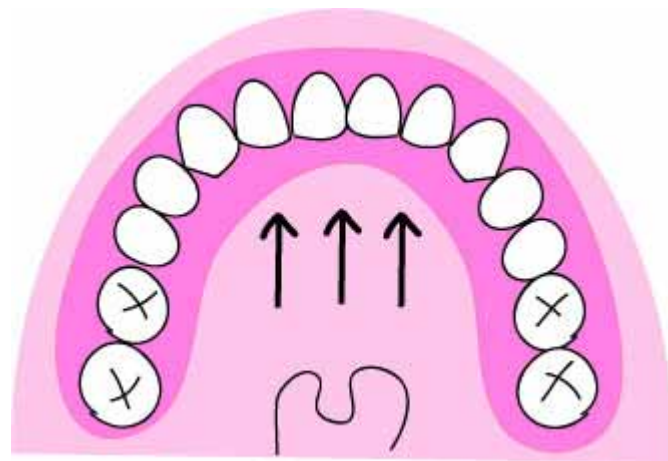
歯ぐき

を奥から前に、歯ブラシの毛先で軽くなでるよう歯ブラシを移動して清掃・刺激します。



上あご

を奥から前に、歯ブラシの毛先で軽くなでるよう歯ブラシを移動して清掃・刺激します。



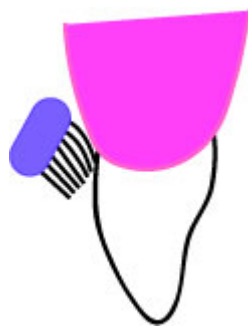
軟毛歯ブラシで歯を磨いてみよ～

歯ブラシをあてると痛い！！歯ぐきがひどくはれている～
そんな時は、軟毛歯ブラシの出番です。

歯の外側

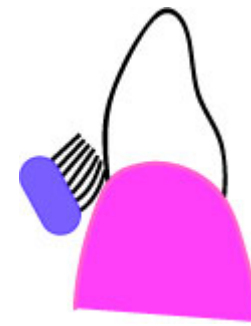
上の歯

毛先をななめ下に向けて
ぽんぽんとたたくように
毛先を歯と歯の間に入れる
入ったら小さく動かす



下の歯

毛先をななめ上に向けて
ぽんぽんとたたくように
毛先を歯と歯の間に入れる
入ったら小さく動かす



歯の裏側

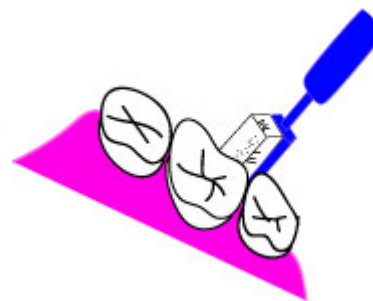
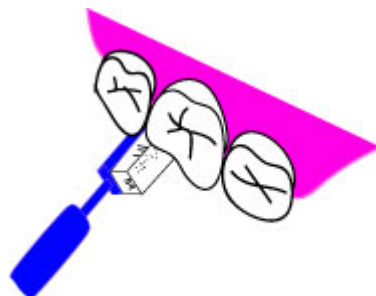
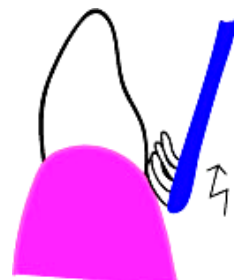
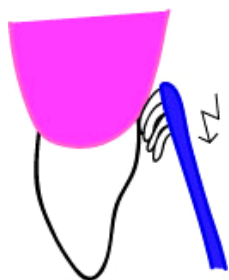
歯ブラシは立てて上下にゴシゴシ

上の前歯

下の前歯

上の奥歯

下の奥歯



病気を起こす菌は
歯と歯の間
歯の裏側に
ひそんでいます！

歯ブラシあて方の詳細は
“ME法”を参照下さい。