

効果を出したいなら、こう使う！ フッ素配合歯みがき剤

せっかく使うのなら、効果的な方法でないともったいない！
少し気をつけるだけで、効果がぐ〜んとアップします。

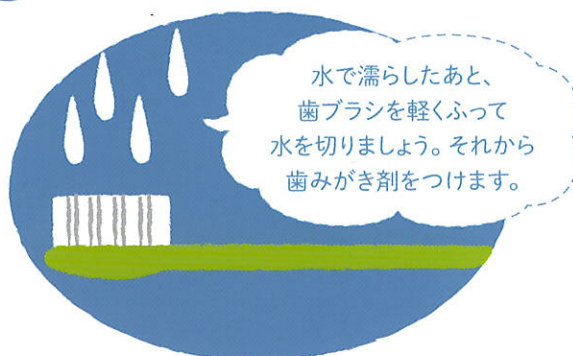
効果的な
使い方
1

1日2回は歯みがきを。
そのうち1回は就寝前に



効果的な
使い方
2

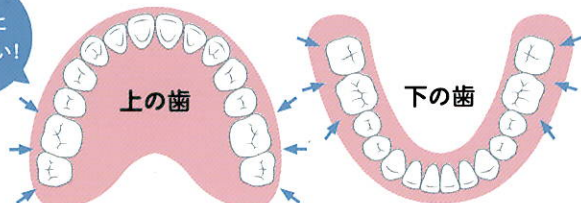
まずは歯ブラシを
軽く湿らせて



効果的な
使い方
3

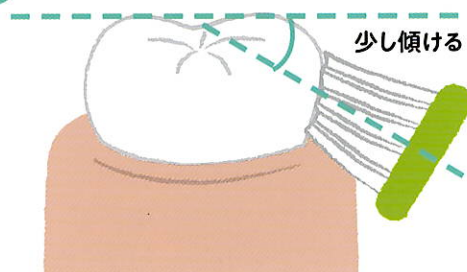
最初は、奥歯などのむし歯
リスクの高いところから

むし歯に
なりやすい！



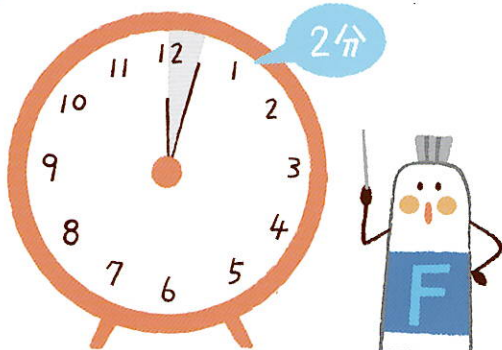
効果的な
使い方
4

歯と歯のあいだは、
歯ブラシをやや傾けて



効果的な
使い方
5

歯みがき時間は
2分程度



効果的な
使い方
6

歯みがき後のすすぎは、
少量の水で最小限に

