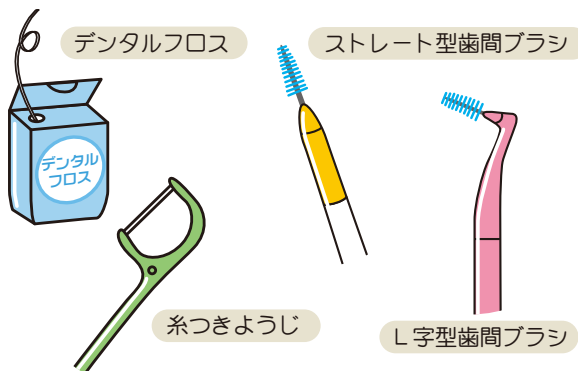


歯ブラシだけでは  
きれいにしにくい  
場所があります。

## すき間ケアグッズ

(歯と歯の間 専用の清掃用具) を使うと、  
この部分の汚れが落とせます。

## いろいろあります。 すき間ケアグッズ



デンタルフロス

ストレート型歯間ブラシ

糸つきようじ

L字型歯間ブラシ

すき間の大きさや歯並び、  
口の大きさや手先の器用さなどによって、  
あなたに適したグッズは変わります。

かかりつけの歯科医院で  
必ず指導を受けましょう。

まご  
からだの健康 おくちから

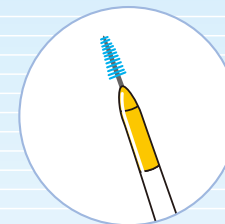
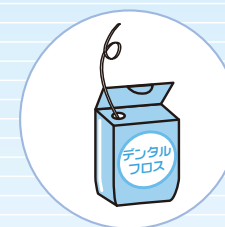
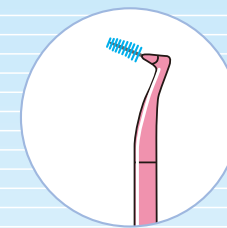
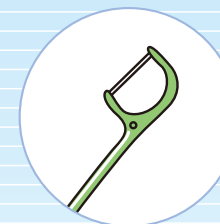
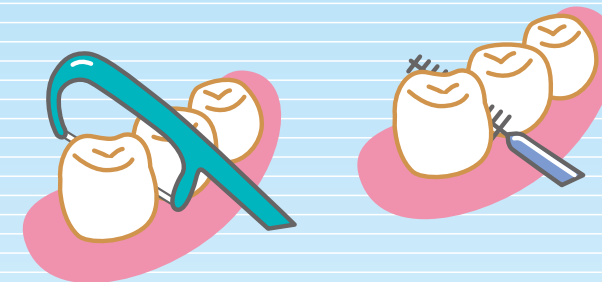
～歯と歯の間もきれいにしましょう～

歯と歯ぐきの健康に

ちょこっとプラス

# すき間ケア

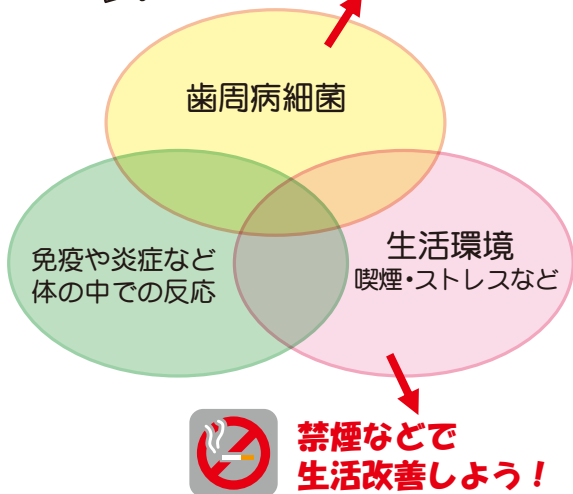
毎日おそうじ 歯と歯の間



# 歯周病の3つの リスク因子



歯みがき・すき間ケアで  
細菌を減らそう！



禁煙などで  
生活改善しよう！

作成協力：東京医科歯科大学 和泉雄一教授

成人の歯を失う原因のほとんどが  
歯周病です。

歯周病は、上の3つのリスク因子が  
重なった場合に重症化します。

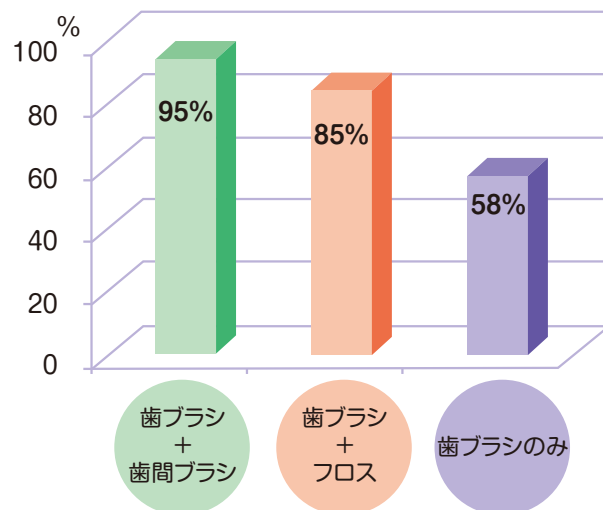
## 歯垢（プラーク）は 歯周病細菌の巣！

ちゃんとみがいたつもりでも、  
ほらほら、歯と歯の間に残っていませんか？

歯ブラシにプラスして  
すき間ケアグッズを使うと  
こんなに歯垢（プラーク）が  
落とせるんです！

### 歯垢除去効果

（山本ほか、日歯周誌1975）



出典：日本歯科医師会発行、  
健康日本21推進フォーラム制作リーフレット  
「歯間ブラシ・デンタルフロスを毎日使いましょう」



毎日1回、  
歯みがきあとに、  
すき間ケアを  
プラスして  
みませんか。

# すき間ケアで こんなにいいこと！

すき間の食べカス  
逃しませんわよ！

つまようじより  
おしゃれかも！

お口の中が  
すみずみまですっきり！

なんだか歯石が  
つきにくくなったわ

息もすっきり！

