

毎日の歯磨きのポイント



11/4(土)

無料フッ素塗布



実施します！

就寝前の歯磨きはゆっくり丁寧に！



テレビを見ながら、本や雑誌を読みながら、入浴しながらの「ながらみがき」も。

※対象：中学生以下  
※ご予約はいりません  
診療時間内に当院受付へお越し下さい。

歯磨き後のうがいは最小限で！

歯磨き粉のフッ素を口の中に残せるように、少量の水で1回で十分です。



スタッフより

こんにちは。歯科助手の新里です。11月に入り、また一段と寒くなりますね。

寒くなると食べたくなるのが、鍋！3日に1回は食べています(笑) みなさんのおススメ鍋があれば教えてください(^^)

そして、おいしいご飯を食べたあとは、必ず歯磨きをしましょう！1日3回が理想ですが、まずは朝と晩。特に夜は寝ている間に細菌がたくさん繁殖するので、歯を磨いてから寝る習慣をつけましょう！

道具を変える習慣を！



歯ブラシだけでは磨き残しが…**歯間ブラシ**や**フロス**などを使ってプラーク除去を。

フッ素ジェルや洗口液で予防効果をUP！

初期虫歯や虫歯の進行を止めたい方は、毎日の歯磨き後に。



オススメ！

お口の中スッキリ！



コンクール  
ジェルコートF



コンクールF  
各 ¥1000+税



イベントのご案内



11/4(土) 無料フッ素塗布

12/1(金) ☆祝☆ 開院2周年

12/28(木)~1/4(金) 休診

気になることはどんなことでもお気軽にお問い合わせ下さい。



まつえだ歯科

075-711-8241

ハニヨイ