



静岡県・静岡社会健康医学大学院大学



歯みがきのポイント 3つの2[※]



1日**2回**以上みがきましょう
[1回は夜寝る前にみがきましょう]



1回**2分**以上みがきましょう



高濃度フッ化物配合 (1450ppmF) の
歯みがき剤を**2cm**(歯ブラシ全体)使って
みがきましょう
[6歳以上対象]