

下の前歯の内側の ブラッシング

磨いているつもりで、
磨けていない内側!! テコボコでは
なく真横に並んでいる場合は...
角度を変えず 毛先を使い、汚れを前に出す
イメージで 最後まで(しかり)毛先を当てましょう。



デコボコの歯並びで
磨けていない人の多くは
先歯端ばかりを磨きがち...



(デコボコ歯)



一本一本、歯が重なっている所を
意識して...

毛先の弾力を使いながら
一本一本、歯ブラシの向きも注意して!

仕上げはデンタルフロスが
特に重要!! 左右の歯に
しかりと密着させ上下に
動かしましょう!!



向きも調整して
毛先が当たるよう左右に!

