



仕上げみがき

実践編



- 「寝かせみがき」で頭を固定しましょう
- 仕上げみがき用歯ブラシでみがきましょう
(小さめの毛が付いた歯ブラシ)
- 歯ブラシはえんぴつ持ちで、小さく細かくみがきましょう



仕上げみがき用

子ども用



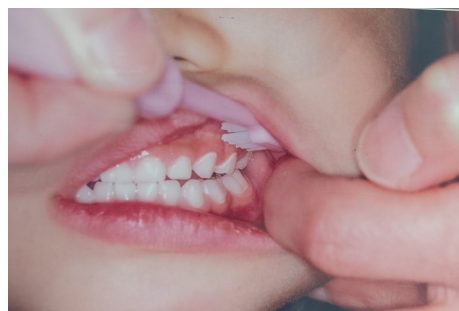
上の前歯の表面

人差し指で“上唇小帯”を押さえるようにして
指にそって歯ブラシを動かしましょう
歯ブラシは横に細かく動かし、毛先でみがきます



奥歯(横・溝)

人差し指で頬を広げるようにすると
横の歯や奥歯の溝もよく見えます



下の前歯の裏側

歯ブラシを立てて、かきだすようにみがきます

