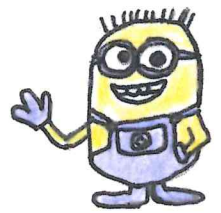




くすくす新聞



4月号
vol. 34

早いもので 1年の1/4が終わりました。さあ、新年度の始まりです。



あめただしいこの季節ですが、ご卒業、ご入学の方々、おめでとうございます。そして長きにわたり、通っていただいている皆様、感謝申し上げます。栗月5月で開業まる3年となります。これからもどうぞよろしくお願いいたします♡

DHコラム

丁寧なハブラシできてますか？

Point 1 歯ブラシは軽く持ち、力の入れすぎに注意

歯ブラシをするとき力いっぱいゴシゴシと磨いていませんか？ 強い力で磨けばブラシの毛先は倒れてしまい汚れも落とすことができません。歯茎や根の先を傷つけてしまいそこから歯周病になる原因にもなります。

Point 2 歯を磨くときは手鏡を持って

歯の大きさや形はどれも同じではありません。歯の並びも違う為、鏡を見ながらしっかりと当たっているか確認しながら磨きましょう。

Point 3 小さく細かく動かす

ハブラシは小さく細かく1本1本を意識して動かして磨きましょう。

以上のポイントを意識して丁寧なハブラシを心がけましょう



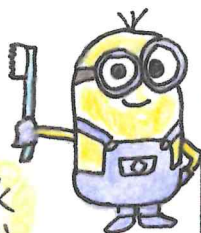
自身でできる口腔ケア

丁寧な
歯ブラシ

舌のケア

うがいの
励行

唾液腺
マッサージ



そだねー

*** APRIL ***

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5 11:30~ 14:00	6	7
8 休	9	10	11	12 13:00~ 16:00	13	14
15 休	16	17	18	19	20 12:30~ 14:00	21 休
22 休	23	24	25	26	27	28
29 休	30 休					



くすのき歯科・矯正歯科

〒371-0852 前橋市総社町総社 1125-1

Tel: 027-226-1243

HP: <http://kusunoki-shika.jp>