



は ちゅういてん 歯みがきの注意点



① 周りに歯みがきによるしぶきが飛ばないように

口を結んでやさしい力でみがきましょう。



② 歯みがきの間はしゃべらない、他の人と対面にならない。

③ みがいた後は、歯ブラシと手指をしっかりと洗います。



以上のことを守ってやれば歯みがきは安全に行えます。

また、早い時期に皆さんとお会いできるのを楽しみにしております。

どうぞそれまではウイルスに負けないで元気に過ごしてください。

