

Healthy Mouth 健口 ヘルシーマウス



2020年4月1日発行 デンタルサポート株式会社



季節の変わり目を乗り切る！

季節の変わり目は体調を崩しやすい時期です。
体調不良によって免疫バランスが崩れると歯肉に炎症が起き、お口に影響してきます。
新型コロナウイルス感染症対策としても、お口とからだを整えましょう。

1

手洗い



石鹸を使い
丁寧に

2

うがい

ブクブク
ガラガラ
うがい



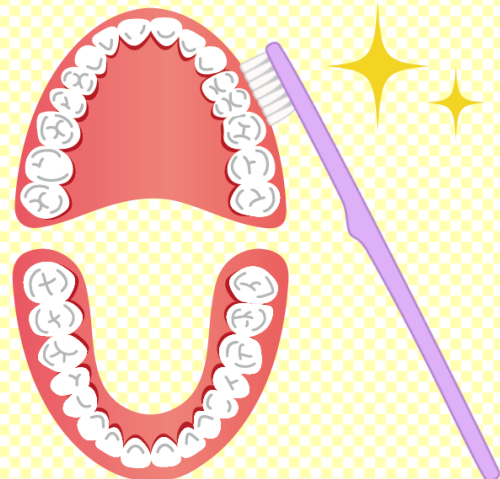
お口の中の細菌を減らし
喉や鼻の粘膜を潤します。

3

歯みがき

お口を
清潔に！

お口の細菌を除去することで、
ウイルスの侵入を防ぐことが
できます。



からだを温めるバランスの良い食事で免疫カアップ！
適度な運動・十分な睡眠も心がけましょう！！

