



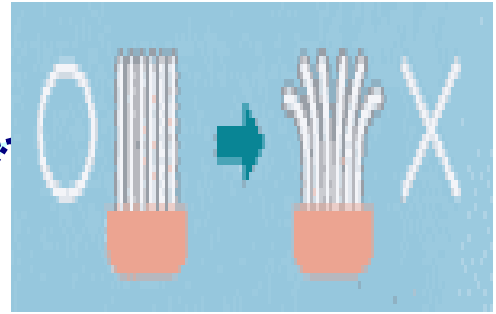
# ブラッシング（<sup>は</sup>歯みがき）のコツ



<sup>は</sup>歯ブラシの交換は、<sup>こうかん</sup>毛先が<sup>けさき</sup>広<sup>ひろ</sup>

がったら<sup>と</sup>取り替<sup>か</sup>えましょう。

<sup>つき</sup>1月に<sup>かい</sup>1回が<sup>めやす</sup>目安です。



<sup>は</sup>歯ブラシを<sup>も</sup>持つ<sup>とき</sup>時は、<sup>ちから</sup>力を

<sup>い</sup>入れ<sup>えんぴつ</sup>ないで鉛筆<sup>も</sup>を持つように

<sup>も</sup>持ち<sup>ま</sup>しょう。



<sup>は</sup>歯を<sup>とき</sup>みがく時は、<sup>は</sup>歯ブラシを

<sup>ちい</sup>小さく<sup>うご</sup>動か<sup>か</sup>しましょう。

