



ピンク色に染まっている（左側の写真）のが、プラーク（歯垢）です。
自分で1本ずつ丁寧に歯をみがき、最後は仕上げみがきをしました。





染め出し液で歯が赤くなっているところは、プラーク（歯垢）が付いているのですが、みんな、朝から歯をみがいてきたそうです。なぜ赤い？

つまり、歯をみがいたけれど、きれいにみがけていないということです。自分で、1本ずつ、丁寧に、優しい力でみがき直しました（右側の写真）。（口の中が）気持ちよくなった、歯がきれいになったなどの感想が聞かれました。

染め出し地図を持ち帰っています。赤く染まっているところ = うまくみがけないところです。ご家庭でも気をつけてみていただけると嬉しいです。

