

# 唾液飛沫を飛ばさない 歯みがきのポイント

## ① 小さめの歯ブラシを使う



## ② 口を閉じてみがく



## ③ 静かに吐き出す



## ④ 人との距離を保って 会話をしない



唾液飛沫による感染のリスクを減らす  
ためにぜひ実践してください♪



詳細は日本歯科医師会HPで！

日本歯科医師会HP

日歯8020テレビ

<https://www.jda.or.jp/tv/index.html>

