

いまやろう！



「オーラルケア用品」を備えよう



こうくう
口腔ケア
ウェットティッシュ



えきたい
液体ハミガキ

せい かつ まも
生活を守る

「オーラルケア用品」を備えよう

さいがい すいどう みず つか いっしゅうかん い じょう かん みず つか は
災害のあとは水道がとまります。水が使えるようになるまで1週間以上かかることもあります。その間、水を使って歯みがきするこ
ともできません。

しかし、くち なか はいえん
しかし、口の中をきれいにしていないと、インフルエンザや肺炎などになりやすいです。

びょう き ようひん くち なか じゅん び
病気になるないように、オーラルケア用品（口の中をきれいにするもの）を準備しておきましょう。

◆ 口腔ケア ウエットティッシュ

このウェットティッシュにはくち なか えきたい ふく ゆび ま は みが
このウェットティッシュには口の中をきれいにする液体が含まれています。指に巻いて歯を磨くといいでしょう。

◆ 液体ハミガキ

みず つか つか くち なか きん すく みず と き べん り
これは水がなくても使えます。使うと、口の中の菌が少なくなります。水がない時にとっても便利です。

【いまやろう！】

1. オーラルケア用品を準備しましょう。
2. オーラルケア用品を使ってみましょう。