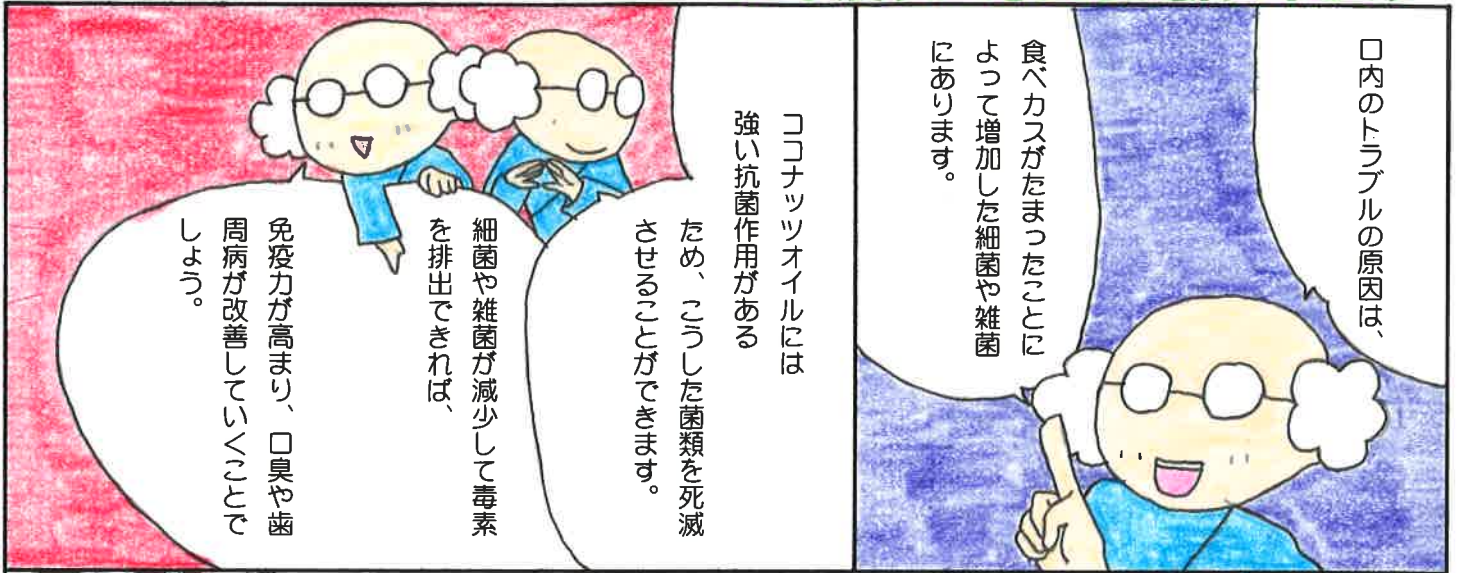


おいしく食事ができることは最高の幸せです。



口内のトラブルの原因は、

食べカスがたまったこと
よって増加した細菌や雑菌
にあります。

ココナッツオイルには
強い抗菌作用がある

ため、こうした菌類を死滅
させることができます。

細菌や雑菌が減少して毒素
を排出できれば、

免疫力が高まり、口臭や歯
周病が改善していくこと
でしょう。

1日1回で口臭を防ぐ！ 【ココナッツオイルうがい】のやり方



材料 (1回分)
・ココナッツオイル……………大さじ1



歯も白くツルツル



ココナッツオイルを口に含み、もごもごと口を動かす。5分したらキッチンペーパーやティッシュペーパーに吐きだし、口をすすぐ。