



### にいがた禁煙女子 手にしたいのは明日の女子力！

禁煙する女子のためのコミュニティ  
サイト「にいがた禁煙女子 手に  
したいのは明日の女子力！」のホーム  
ページができています。

<http://kinen-jyoshi.com>



歯ブラシは交換しないと、プラークや汚れを落とす力が落ちてきます。  
月に1度交換するぐらいの頻度がよく、もし、歯ブラシ交換をする日を決  
めていない方がいましたら、毎月8日に歯ブラシを交換しましょう！

LIONさんでは、歯ブラシ交換宣言のキャンペーンをしています。  
下記では、歯ブラシ交換デームービーを見ることができますので参考に  
してください。

<https://goo.gl/Mb51D8>



喫煙は体にも、お口の中にもよくありません。  
喫煙されている方はこれを読んで、ぜひ禁煙にチャ  
レンジしてみてくださいはいかがでしょうか。

下記URLからチラシもダウンロードできます。

[http://www.kenko-niigata.com/21/  
step2/tabaco/pdf\\_joho/joshiryoku.pdf](http://www.kenko-niigata.com/21/step2/tabaco/pdf_joho/joshiryoku.pdf)

