矯正装置　使用時間表　　　　氏名

日＼時間	14じかん　いじょう　つけましょう。																			歯磨き		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	朝	昼	晩
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						

日中は赤い線、就寝時は青（黒）い線で記入してください。

ありた小児歯科・矯正歯科

矯正装置　使用時間表　　　　氏名

日＼時間	14じかん　いじょう　つけましょう。																			歯磨き		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	朝	昼	晩
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						
月　日																						

日中は赤い線、就寝時は青（黒）い線で記入してください。

ありた小児歯科・矯正歯科