

# 自然派歯みがきアイテム

手づくりもしてみたいけど、時間も手間もかけられないという人には、市販品のなかから小幡さんと編集部が「体にやさしいもの」にこだわって選んだ商品をご紹介します。

重曹や食べ物、植物由来の精油など、安心して使える材料でつくられた体にやさしい歯みがき粉。合成界面活性剤や防腐剤などの添加物が含まれていないものです。

## 歯みがき粉



〈メイドオブオーガニクス〉  
オーガニックアロエベラ  
トゥースペースト(レモン)

オーストラリアのオーガニック認定機関「ACO」が認定した100%天然成分の歯みがき。発泡剤を含まない分、刺激が少ないので、時間をかけて、ていねいに歯みがきができます。75g・1,296円 ㊤たかくら新産業 ☎0120-828-290



〈オーラルピース〉  
歯みがき&口腔ケアジェル

飲み込んでも安心な植物由来の天然抗菌剤「ネオナイシン」を配合し、虫歯や歯周病を防いでくれます。水以外はすべて植物由来成分で、ミントとウメのエキスでほどよいさっぱり感があります。75g・1,080円 ㊤トライフ ☎045-663-2101



〈ムソー〉  
デンシー練り歯みがき

口臭と虫歯の予防によいとされるなすの黒焼きに、歯ぐきを引き締める塩分を加えてペースト状に。やや洗めの味と真っ黒な色がいかにも効きそうです。衣類に付くと落ちにくいので気をつけて。80g・497円 ㊤ムソー ☎06-6945-5800



〈歯磨撫子〉  
重曹つるつるハミガキ

気になる歯の黄ばみのもととなるタンパク質を重曹が分解し、スクラブ効果で黄ばみをからめ取ります。重曹以外にも100%植物由来の石けん、天然塩、精油などナチュラル成分のみを配合。140g・1,296円 ㊤石澤研究所 ☎0120-49-1430



〈シャボン玉石けん〉  
せっけんハミガキ

合成界面活性剤の代わりに無添加の石けんを発泡剤として使用。歯みがき後に味覚が変わらないので、朝食前の歯みがきにもぴったり。泡立ちすぎない、ほどよい泡でていねいにみがけます。140g・410円 ㊤シャボン玉石けん ☎0120-4800-95



〈いまじん〉  
いまじん野草粉

ベトナム・カンホアの天日塩となすの黒焼き、はこべ、すぎな、パパイン酵素などの自然の植物エキスでつくった野草風味の歯みがき粉。歯ブラシに粉を少しつけてみがくだけで、すっきり感が。50g・864円 ㊤いまじん ☎0774-34-6430



〈生活の木〉  
歯みがき  
ユーカリ・ティートゥリー

爽快感のあるユーカリとティーツリーの天然精油を使った、さわやかな香り。発泡剤不使用の柔らかめのペーストは、電動歯ブラシにもおすすめです。ローズやベルガモットなどの種類もあり。30g・648円 ㊤生活の木 ☎0120-175082



〈日本豊受自然農〉  
スパジリック  
トゥースペースト

添加物不使用で、傷によいとされるカレンデュラ(キンセンカ)と歯痛に効くとされるプランターゴ(セイヨウオオバコ)を保湿剤に配合。ウイキョウ(フェネル)の甘い香り。100g・1,296円 ㊤豊受オーガニクスショップ ☎03-5797-3252

アルコールの強い刺激で清涼感を出す市販のものに比べて、ハーブなどの植物の力で口の中をさわやかにする低刺激のマウスウォッシュです。

## マウスウォッシュ



〈ヴェレダ〉  
マウスウォッシュ

古くから口の中のお手入れに使われているハーブ、ラタニアエキスを配合。タンニンが多く含まれていて、さっぱりとした引き締め効果が。10~20滴をコップ1杯の水で薄めて使用。50ml・1,944円 ㊤ヴェレダ・ジャパン ☎0120-070-601



〈Dr. Haus〉  
MEDマウスウォッシュ  
(セージ)

有機栽培や野生植物などの原料にこだわった、ドイツのオーガニック化粧品ブランドのマウスウォッシュ。キャップ1杯をそのまま口にふくんで使うタイプ。300ml・2,052円 ㊤インターナショナルコスメティクス ☎03-5833-7022



〈太陽油脂〉  
パックスナチユロン  
お口すっきりハーブ

スペアミント、はっか油、ユーカリなどの精油にセージやクマザサなどのハーブエキスをブレンドした低刺激のやさしい味。20mlの水に5~6滴たらしめて使う濃縮タイプで、口臭を防ぎ口内もすっきり。50ml・972円 ㊤太陽油脂 ☎0120-894-776



〈テラクオーレ〉  
マウスウォッシュ

ミント、クローブ、セイヨウアカマツなどのさわやか系の精油に、レモン、ベルガモットなどのシトラス系を加えて辛すぎない味に。キャップ1杯を80~100mlの水で薄めて使用。50ml・2,160円 ㊤アイデアインターナショナル ☎03-5446-9530