性器（外陰部）の清潔を保つために、携帯用ビデ（おしも洗い）をお使いください。

- トイレに 備え付けてある「ウォシュレット」の「ビデ」のように、外陰部に水をかけて（前から後ろへ）、性器を洗うためにご使用ください。
- 特に生理中、あるいは入浴ができない日が続いたとき、などにご使用ください。

!注意!

ボトルは繰り返し使うので、ノズルは、外陰部にふれないように使用して下さい。もし外陰部にふれた場合は、ノズルを水道水で洗ってください。

使用方法

1

ボトルの上部分をとる。

2

ノズルをボトルにつける。

3

排泄が終わった後に、前から性器（外陰部）に水をかける。

4 次回、トイレに行くときは、ボトルに水道水を入れて持っていき、使用する。 ※その都度 水をかえて下さい！

作成：五十嵐ゆかり（聖路加国際大学）