

ぴかぴかの「は」をめざしてがんばろう！！

1ねん くみ ばん なまえ

※はみがきをしたら、○をつけましょう。

	6/20 げつ	6/21 か	6/22 すい	6/23 もく	6/24 きん	○のかず
あ						あさ
さ						こ
よ						よる
る						こ

※じぶんができているところに、○をつけてみましょう。
 おうちのひとといっしょに、やってみましょう。

☐ は けさき 歯ブラシは毛先が こうかん 開いてきたら交換している

☐ ほん 2本ずつくらい小さい うご ざみに動かしてみがいている

☐ にち 1日に1回は鏡を かい かがみ 見ながら、ていねいにみがいている

☐ のこ 歯こうが残りやすい場所もみがけている

☐ ざい 歯みがき剤はほん すこ の少しつけるようにしている

☐ ていきてき 定期的に歯医者さん はいしゃ てんけん で点検してもらっている

* 6月27日に、がつ にち たんにんの先生にだしましょう。せんせい