

は
く歯みがきカレンダー しぎょうしきのひに、がっこうへもっていきましょう。

ふゆやすみ歯みがきチャレンジ



ねん くみ なまえ

☆すきないろをきめて

ぬりましょう☆

①あさ、②ひる、③よる、ねるま
えにみがけていますか？

でかけていて、はみがきができな
いときは、うがいをしましょう！

1 かいみがいた日は



のいろ

2 かいみがいた日は



のいろ

3 かいみがいた日は



のいろ

ふゆやすみ

スタート！

まいにちつづけて
がんばろう！

12/24

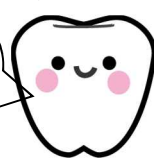
25

26

27

28

29



12/30

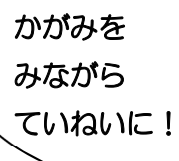
31

1

2

3

4



かがみを
みながら
ていねいに！

5

6

7

8

9

10

11



1 ぽん1 ぽん
しっかり
みがこう！

12

13

14

15

16

17



あしたから、がっこうだよ！

*ふゆやすみのさいごに、はみがきやうがいなどが
できたかどうか、あてはまるところに○をつけましょう。

☆まいにちのはみがきは、できましたか？

(できた ・ だいたいできた ・ あまりできなかった)

☆はみがきができないときは、うがいをしましたか？

(できた ・ だいたいできた ・ あまりできなかった)

☆すききらいなく、バランスよくごはんをたべましたか？

(できた ・ だいたいできた ・ あまりできなかった)



＜お家の方へ＞

御家庭での
みがきの様子
を見守り、声
掛けしてく
ださい。

特に低学年
は、仕上げみ
がきの御協
力を願いま
す。