

は 歯みがきチェックシート ()ねん()くみ

なまえ()

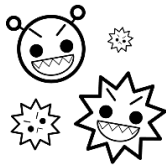
まいにちあさ よる は
毎日朝と夜に歯みがきをしよう! 歯みがきをしたら色をぬりましょう。



5月1日



2日



3日



4日



5日



6日



7日



8日



9日



10日



11日



12日



13日



14日



15日



16日



17日



18日



19日



20日



21日



22日



23日



24日



25日



26日



27日



28日



29日



30日



31日

は きほん 《歯みがきの3つの基本》

- ① は けさき
歯ブラシの毛先をまっすぐに当てる。
- ② ちい うご
小さく動かす。
- ③ かる ちから
軽い力でみがく。