

# はみがきカレンダー

泉小中学校  
保健室

「はみがき」を、朝あさごはんの後・夜よるねる前まえにしましょう。はみがきをしたら、○に色をぬったり、シールをはったり、しし（チェック）をししたりしましょう。

「はみがき」は、むし歯むしや歯周病しゅうびょうなどの病気を防ぐだけでなく、身みだしなみを整ととのえるという点てんからも大切な習慣たいせつ しゅうかんです。この夏休みなつやすみは「はみがき」で“身みだしなみ”もばっちりみに！



〈はみがきのポイント〉 ①鏡かがみをみながら ②1本1本ほん ほんていねいに ③おく歯ばや歯はのうらも忘れわすずに

日	月	火	水	木	金	土
〈ぬり方の例〉  す いろ 好きな色でぬる ○やチェック		しゅうぎょうしき 終業式 夏休み	7/21 あさ よる	22 あさ よる	23 あさ よる	24 あさ よる
25 あさ よる	26 あさ よる	27 あさ よる	28 あさ よる	29 あさ よる	30 あさ よる	31 あさ よる
1 あさ よる	2 あさ よる	3 あさ よる	4 あさ よる	5 あさ よる	6 あさ よる	7 あさ よる
8 あさ よる	9 あさ よる	10 あさ よる	11 あさ よる	12 あさ よる	13 あさ よる	14 あさ よる
15 あさ よる	16 あさ よる	17 あさ よる	18 あさ よる	19 あさ よる	20 あさ よる	21 あさ よる
22 あさ よる	23 あさ よる	24 あさ よる	25 しぎょうしき 始業式 	★よかったこと・次気 <small>つぎき</small> をつけることは何 <small>なん</small> ですか？		