

✂ きりとり

みがかう
ネット

④

⑤

⑥

たにおり ↓

たにおり ↓

①

②

③

日本歯磨工業会

お昼の
歯みがき
カレンダー

お昼の歯みがき、ちゃんとできたら
チェック ✓ してね!

1月

月	火	水	木	金	土	日
○	○	○	○	○	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

2月

月	火	水	木	金	土	日
○	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	○	○	○	○	○	○

3月

月	火	水	木	金	土	日
○	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	○	○	○