

はみがきカード (3年生用)

3年 組 番 名前

☆ 6月8日(木)に歯の検査があります。毎日ていねいにみがいて、ピカピカの歯をみてもらいましょう。

☆ 鏡を見てていねいにみがきましょう。朝と夜、自分の歯みがきをふりかえって、◎○×を書きましょう。

		2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)
朝 	ていねいにみがいた.....◎							
	みがいた.....○							
	みがかなかった.....×							
	かがみ 鏡を見てみがいた.....◎							
夜 	ていねいにみがいた.....◎							
	みがいた.....○							
	みがかなかった.....×							
	かがみ 鏡を見てみがいた.....◎							
	かがみ 鏡を見てみがかなかった...×							

はみがきで気をつけたこと、がんばったことを書きましょう。

お子様の様子を見て気付いたことや励ましの言葉をご記入ください。

はみがきの学習

ちょうどよいはブラシの大きさは、

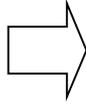
おやゆび よこ 親指の横はばくらいです。(※)



3年 組 番 名前 _____

1 はブラシチェックをしよう!

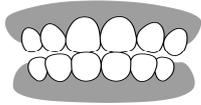
	○×
はブラシの毛先はひらいていない	
はブラシによごれがついていない	
はブラシの大きさはちょうどいい	



×がついたはブラシは、あらったり、新しいはブラシにとりかえたりしましょう。

2 前ばを見てみよう!

(1) おもてがわ

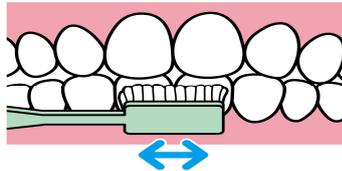
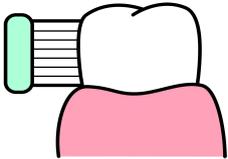


①食べ物などよごれがついていませんか	ついていない (きれい) ・ ついている
②したで、前歯をなめてみる	ツルツル ・ ヌルヌル ・ ザラザラ

3 前歯のおもてがわをみがいてみよう!

みがくポイント

- ①毛先をはにきちんと当ててみがく ②小さく横に動かし1本10回みがく ③はの横がわははブラシをたてにしてみがく



4 前ばのうらがわを見てみよう!

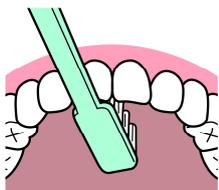
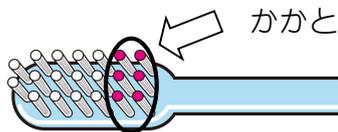


形など、気づいたこと

5 前ばのうらがわをみがいてみよう!

みがくポイント

はブラシのかかとを使ってみがく。



上



下

☆ 6月8日(木)に「はのけんさ」をうけます。6月2日(金)～8日(木)は、はみがき週間です。今日学習した前ばのみがき方で、かがみを見て、はをみがきましょう。おくばもていねいにみがきましょう。