

□月

# うがいご褒美カレンダー

うがい・手洗いができた日にはシールを貼ろう!

1 2 3 4 5 6 7  
 14 13 12 11 10 9 8  
 15 16 17 18 19 20 21  
 28 27 26 25 24 23  
 29 30 31

©meiji ad

こんなときに  
うがいをしよう!

「いただきます!」のまえ



手についた「ばい菌」がからだの中に入らないようにしましょう。

「ただいま〜!」のあと



外からお家の中に「ばい菌」を持ち込まないようにしましょう。

朝おきたら



「クチュクチュ  
ガラガラ〜!」

そうじのあと



「お口もきれいに!」

外で遊んだ  
あと



「帰ったらすぐに!」

ねるまえ



「きれいなお口で  
おやすみなさい!」