



1

# 1 がっつ はみがきカレンダー



ごはんのあと  
はみがきできたら  
ぬってみよう!

あさ (すうじ) 1 ひる  
☆ みるは  
ねるまえに  
みがこう

みる

<http://www.hocl.jp>