

まいにち はみが すてき えがお
毎日の歯磨きで、笑顔が素敵なヒーローになろう!

1日3回、歯を磨いたら
 下のマスにチェックをしよう

START!

1 DAY

しろ は にあ
 白い歯が似合う
 すてき
 素敵なヒーローを
 めざ がんば
 目指して頑張りたいまえ!

2 DAY

3 DAY

4 DAY

5 DAY

6 DAY

7 DAY

しゅうかん
 1週間...
 まだまだやるぞ
 コラァ!

BRUUUUSH!!

8 DAY

9 DAY

10 DAY

はみが
 歯磨きを
 がんば
 頑張って、
 むし歯のない
 は
 歯になりたいわー

11 DAY

12 DAY

13 DAY

14 DAY

15 DAY

お かえ
 やっと折り返した
 これからも
 き め
 気を振くなよ!

16 DAY

17 DAY

18 DAY

19 DAY

20 DAY

じみち どりよく
 地道な努力が、
 おお けつこ
 大きな結果につながる。
 あきら
 諦めるな。

21 DAY

22 DAY

23 DAY

は
 歯もピカピカに
 なってきたかな?
 いっしょ
 一緒にがんばろ!

24 DAY

25 DAY

26 DAY

あと5日!
 ゴールまで
 もう少しだ。

27 DAY

28 DAY

29 DAY

30 DAY

31 DAY

おつ
 これからも続けてね!
 えがお にあ
 笑顔の似合う、
 ハミガキヒーローに
 なるために。

GOAL!

MY HERO ACADEMIA
僕のヒーローアカデミア
 僕たちと一緒に
 ハミガキヒーローを目指そう!

©堀越耕平 / 集英社・僕のヒーローアカデミア製作委員会

もっと知りたい!子どもの歯のこと。



小・中学生におすすめ
 クリニカJr.



今日を愛する。
LION