

每天晚飯後，明明就在他的臥室裏津津有味地吃美味的糖果。媽媽再三提醒明明刷牙，但他總是不肯。

一天中午，明明吃飯時突然牙痛，媽媽便問：「你覺得怎樣了？」明明說：「我牙痛了，痛得像打針般。」媽媽便帶明明到牙醫診所檢查牙齒。到了牙醫診所，牙醫便仔細地替明明檢查每一顆牙齒。牙醫發現明明有蛀牙，情況很嚴重，有幾顆要補，有一顆要拔。接着，牙醫便替明明補牙和拔牙。

在牙醫替明明補牙和拔牙後，牙醫就教導明明正確的刷牙方法。牙醫還說：「你在起牀後和睡覺前都要細心地刷牙，還要用正確的方法刷牙。」聽了牙醫的話，明明很後悔以前睡覺前吃糖果又不刷牙。現在，他終於明白了每天早晚刷牙的重要性。