

6がつは
しょくいけっかん

きゅうしょくしつ 給食室からのお手紙 てがみ

- ・ひじきのにももの
 - ・まめあじのなんばんづけ
- 4ねん~2び

わかめ
ごはん

だいこんの
ごまみそしる

がつよっか とおか
6月4日~10日は
はくち けんこうしゅうかん
歯と口の健康週間

リッパーくん

ひとくち 20かい
いじょう よくかんで
たべましょう！

きょう はくち けんこうしゅうかん 今日から「歯と口の健康週間」です

みなさんは一口何回噛んで食べていますか？歯と口の健康のためには、よく噛んで食べることが大切です。よく噛んで食べると唾液がたくさん出るので、虫歯の予防になります。脳の働きも良くなるので、集中りもアップするそうです。さらに、食べすぎを防ぎ、肥満防止にもつながります。今日の豆あじは、骨ごとバリバリと食べられます。よく噛んで丈夫な歯を作りましょう。