

給食室から皆さんへ

令和5年6月5日

SCHOOL LUNCH LETTER

6月4日～10日は「**歯と口の健康週間**」です！

～ よく^か噛んで食べましょう ～

6月は食育月間

歯と口の健康週間ですので、今日はしっかり^か噛んで食べる「かみかみ給食」です。普段は、噛むことをあまり意識していないと思いますが、よく^か噛んで食べると、体にいいことがたくさんあります。

ひみこ

弥生時代の卑弥呼の食事はとてもかたい食べ物が多かったといわれています。よくかむことの効用は「ひみこのはがーぜ」で覚えましょう。

ひ

肥満予防

み

味覚の発達

こ

言葉の発音はっきり

の

脳の発達



は

歯の病気予防

が

がん予防

いー

胃腸快調

ぜ

全力投球