



# ランチメール

6がつ ついたち きょうのこんだて

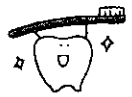
ビビンバ ちゅうかとうふスープ  
れいとうみかん ぎゅうにゅう

カミカミしゅうかん



まいとし <sup>がつよっか</sup>6月4日から <sup>とおか</sup>10日は、

「<sup>は</sup>歯と<sup>くち</sup>口の <sup>しゅうかん</sup>けんこう週間」です。



みなさんの<sup>は</sup>歯は <sup>むしば</sup>虫歯がなく、<sup>けんこう</sup>けんこう

ですか？<sup>は</sup>歯や<sup>くち</sup>口は、<sup>た</sup>食べものを<sup>かんだり</sup>かんだり

<sup>はな</sup>話したりするために <sup>やく</sup>たいせつな役わりをします。

<sup>は</sup>けんこうな歯や<sup>くち</sup>口でいるために、よく<sup>は</sup>歯を<sup>みがいたり</sup>みがいたり、

<sup>た</sup>かたいものをよく<sup>た</sup>かんで<sup>たいせつ</sup>食べることが大切です。

よく<sup>で</sup>かむと <sup>くち</sup>だえきが出て、<sup>なか</sup>口の中をきれいにしたり、

<sup>むしば</sup>虫歯になりにくくなるからです。

こんしゅうは、<sup>た</sup>しっかりかんで<sup>た</sup>食べてもらいたい

<sup>しょく</sup>食ざいをおおくつかった「カミカミしゅうかん」です。

きょうのビビンバには <sup>はい</sup>アーモンド や <sup>はい</sup>ごぼうが<sup>はい</sup>入って

います。<sup>くち</sup>お口のなかで

よくかんでくださいね。

ビビンバとスープの  
もやしは  
かながわけんさんです

