

からだ  
よくかむと体にどんな  
いいことがあるのかな



からだ あいことば  
よくかむと体にいいこと合言葉

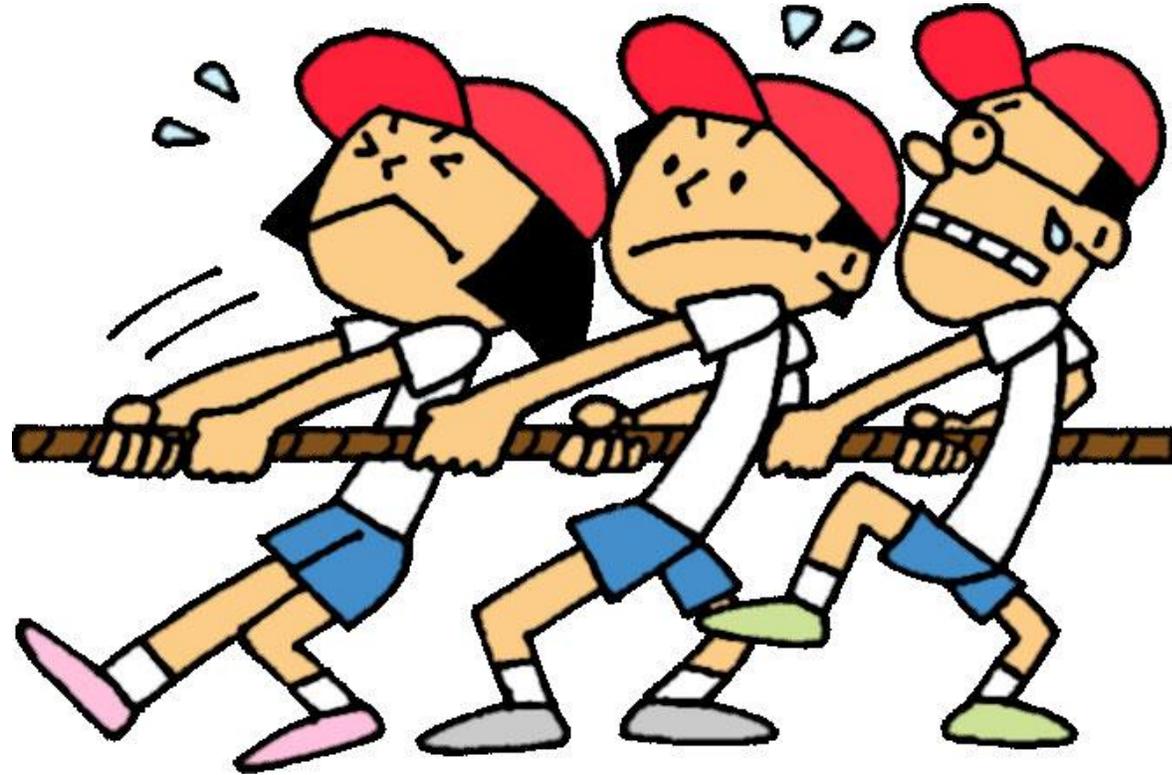
あいなのだ



はったつ

あ

あごが発達



ちから

ぜんりよく

だ

くいしばる力がつき、全力が出せる

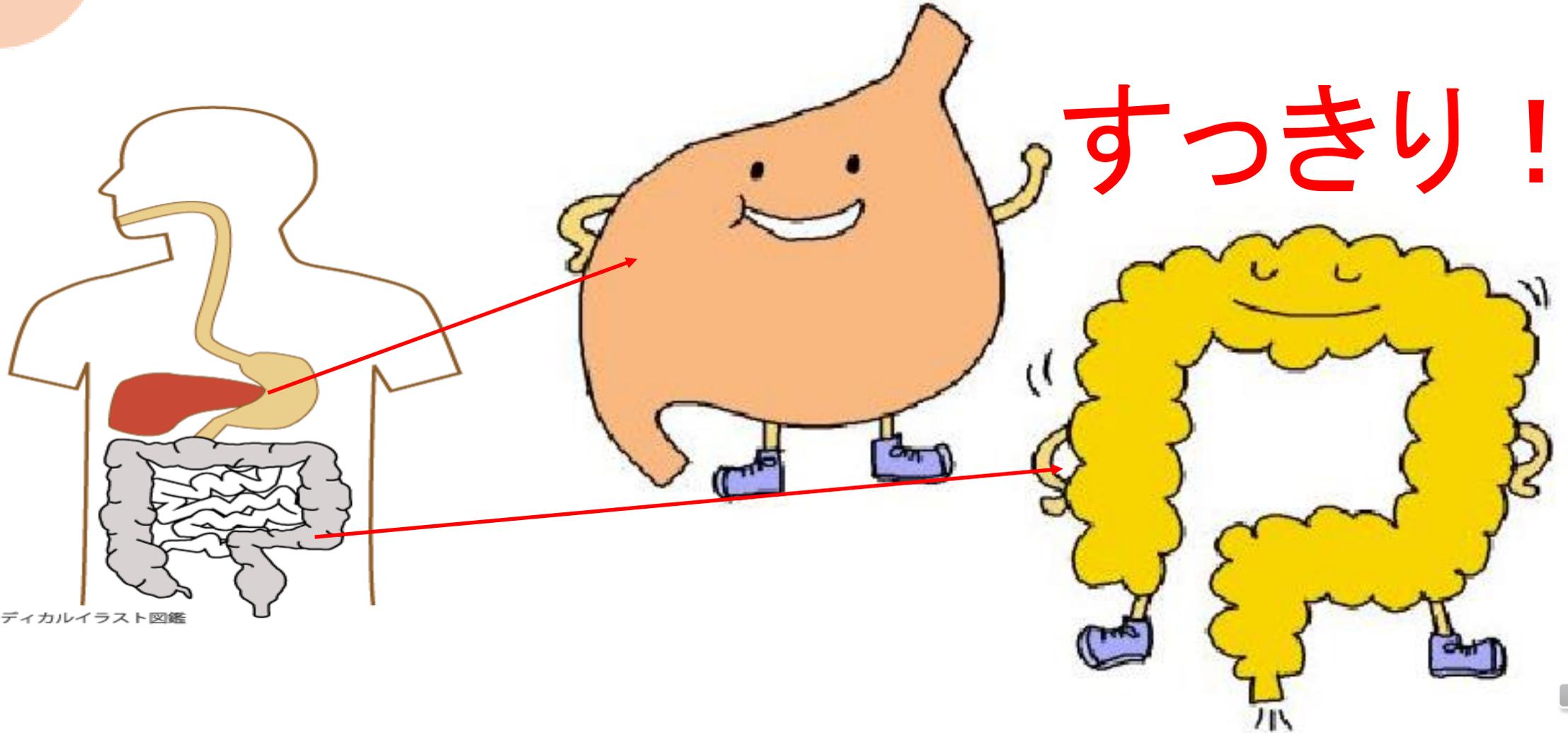


い ちょう

たす

# い …… 胃や腸のはたらきを助ける

すっきり！



な

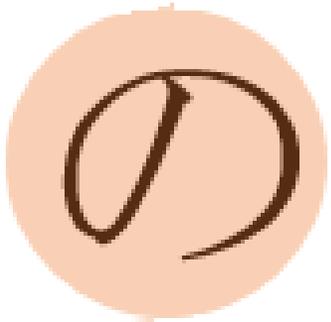
なん

た

げんき

・・・何でも食べて元気に





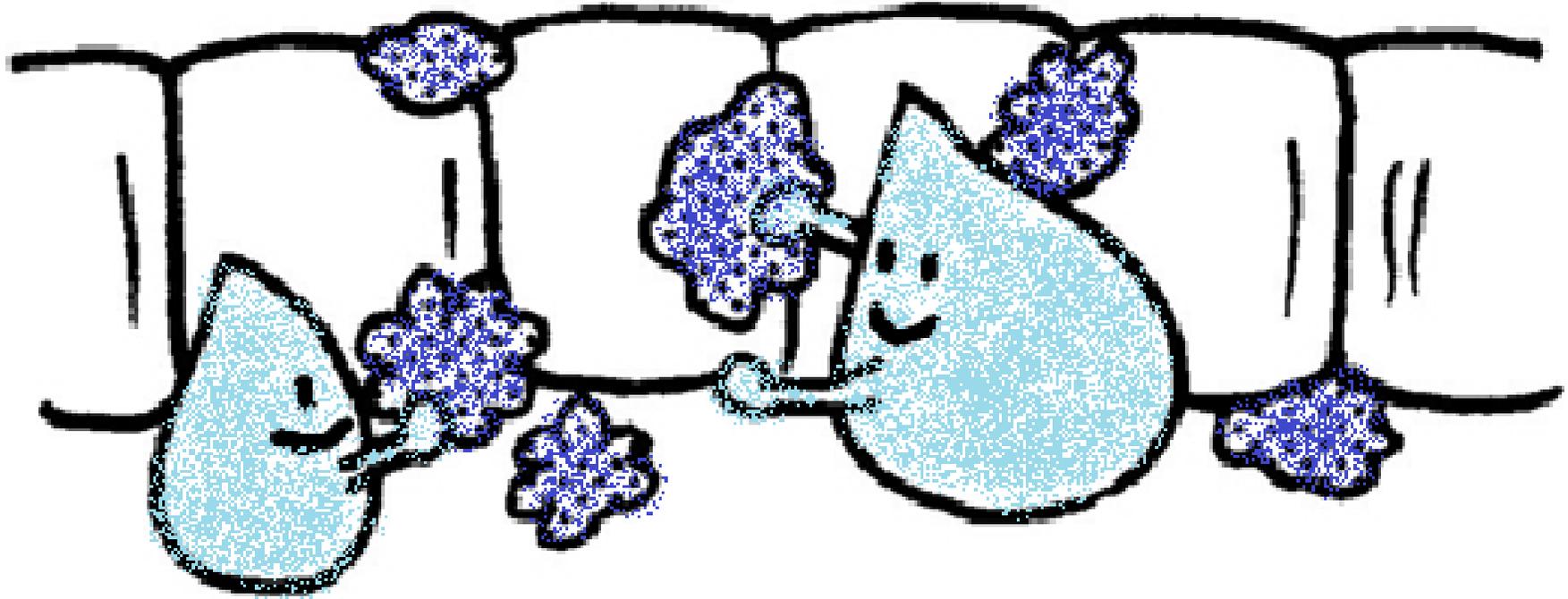
のう  
脳のはたらきがよくなる



た

えき

だ液(つば)がでる



えき

ば

よぼう

だ液(つば)がむし歯を予防する

はったつ

あ・・・あごが発達

い ちょう たす  
胃や腸のはたらきを助ける

なん た げんき

な・・・何でも食べて元気に

のう  
脳のはたらきがよくなる

だ うえき  
だ液(つば)がでる



ひとくち  
一口で30回を目ひょうに、  
よくかんで食べましょう。

