

か みんなで
噛むカム



**よく噛んで食べると どんな
良いことがあると思いますか。**

(園児の反応を聞く)

か みんなで
噛むカム



よく噛んで食べるとおいしい！

よく噛むと

食べ物がおいしくなります。

か みんなで
噛むカム



食べ物が元気のもとになる

よく噛んで食べ物を

細かくしてから飲み込むと、

食べ物の栄養がみんなの体の中に

入って元気のもとになってくれます。

か みんなで
噛むカム



歯がキレイになる

口を閉じてよく噛んで食べると、
唾液（だえき）がたくさんでてきます。
唾液（だえき）は、
口の中をキレイにしてくれます。

か みんなで
噛むカム



食べた後は、

歯みがきをしましょう

むし歯にならないために、

食べた後は、

忘れずに歯みがきをしましょう。