



今日の給食

6月4日 (木)



きょうから「歯と口の健康週間」です

6月4日から10日までの一週間は、自分の歯と口の健康について考える「歯と口の健康週間」です。元気に毎日過ごすために、しっかり食べることは欠かせません。でも、むし歯があったり、口の中が痛かったりするとうまく食べることができません。元気な毎日を過ごすために、歯と口が健康であることはとても大切です。

「歯と口の健康週間」中は、自分の歯や口のことを考えた食べ方をしてみましょう。よくかんで食べる、丈夫な歯をつくるような食べものを意識して食べてみるなど、取り組んで見ましょう。さっそく、きょうの給食は、よくかんで食べたいメニューの「ごぼうサラダ」にしました。食べた後は、しっかり歯磨きをしましょう。

