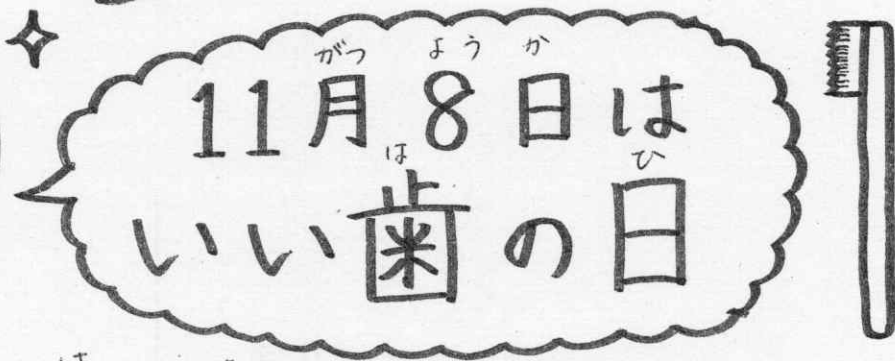
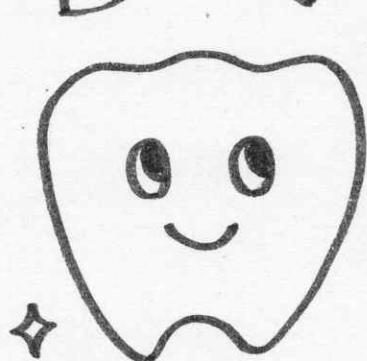


ランチメール



みなさんは歯を大切にしていますか？
「甘いおかしや飲みものをだらだら食べる」
「歯みがきをしない」「やわらかいものばかり
食べている」。このような食生活は虫歯の
原因になってしまいます。

健康な歯を保つためには、しっかり
かんで食べることも大切です。
きちんとかむと味がよくわかるようになります。
一口ごとによくかむ習慣をつけ、虫歯のない歯を目指しましょう！