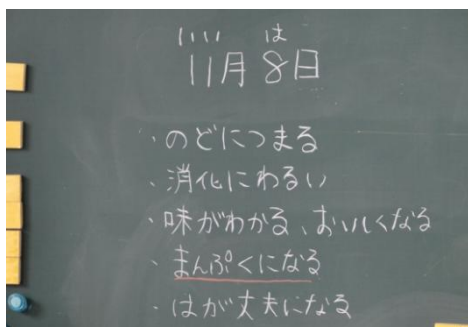


「かむことのよさを考えよう」

現代では、やわらかい食べ物を好む傾向にあり、かむ力が低下しているのではないかと指摘されています。本時は、11月8日の「いい歯の日」に因んで、よくかんで食べることの大切さを理解できるように取り組みました。授業のまとめでは、よくかんで食べるようにしようという感想がたくさんあげられました。



なぜよくかんで食べるのだろう。



かむことにはこんな効果が！



たくさんかんでみよう！



あごの動きはどうだったかな？
口の中の様子は？。

食べ物をよくかんで食べることは、健康を保つために大切なことだね。