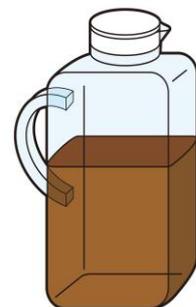
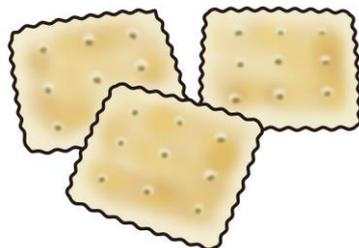
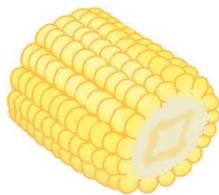
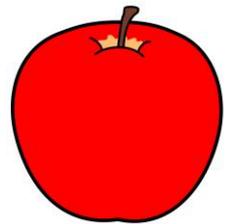
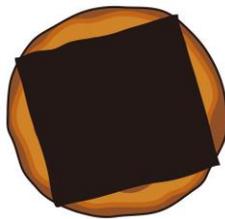
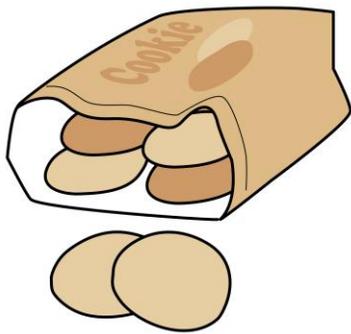


7月 ばよぼう ひ むし歯予防の日 (7/13)

めあて 「 おやつについてかんがえよう 」

1 あなたの好きなおやつはなんですか？

よく食べるおやつ、<sup>さいきん</sup>最近食べたおやつなど、かきましょう。

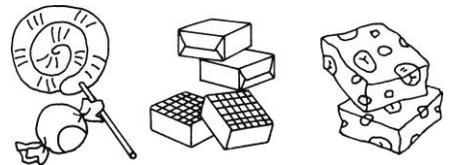


## 2 むしばになりやすいおやつと、むしばになりにくいおやつ

< むしばになりやすいおやつ >



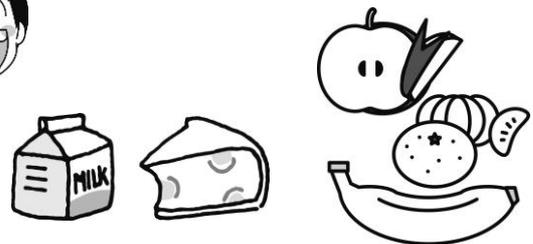
- あましくて、はにくっつきやすいもの
- 口の中くちなかにながいいだい入れてあじわうもの



< むしばになりにくいおやつ >



- さとうがはいっていないもの
- 口の中くちなかにながいく入れておかないもの



## 3 おやつを食べるときのやくそく

- ① じかんをきめて、みじかいじかんでたべる。
- ② あまいものをたべるときは、のみものは、ジュースではなく、おちゃや、ぎゅうにゆうにする。
- ③ おやつをたべたあとは、はをみがく。みがけないときは、ブクブクうがいをする。

