

6
June



歯を大切にしよう！

6月4日は「虫歯予防デー」です。虫歯や歯の病気になると、食べ物を美味しく食べることができず、大切なえいようを取れなくなってしまいます。食べたものが歯についたままだと、お口の中のばい菌が食べカスをえいようにして、虫歯になりやすくなります。大人になってもけんこうな歯でいられるように、歯みがきをわすれずに行いましょう！ただ、強みぎがきすぎてしまうと、歯ぐきをきずつけてしまうので、やさしくみがくようにしましょう。



もりあい せんせい
森合まな先生
栄養士 / 元保育園栄養士・
フードスタイリスト
三児の母、料理やお菓子作
りが趣味で、現在はSNSに
てレシピ投稿などを行う

	月	火	水	木	金
1 Week	3	4	5	6	7
	広島レモンゼリー こつぶポテコ4連	無添加クッピーラムネピュア ほろほろ焼 和塩	きなこ棒 ソフト豆もち	ラムネいろいろ 田舎のおかき 塩味	どうぶつえんゼリー ソフトサラダ
2 Week	10	11	12	13	14
	おしりたんていおしりラムネ さっぱり塩味	大入りきなこ棒 スティックポテト のり塩	果汁100%スティックゼリー 堅あげポテトプッチ4うすしお味	ふんわり名人きなこ餅 ぷるりんゼリーグレープ	塩羊かん おにぎりせんべい銀しゃり
3 Week	17	18	19	20	21
	肉球ラムネ 新潟仕込み 塩味	沖縄マンゴーゼリー テキサスコーンお好み焼	ひっばるんぐミウみのなかま 三幸の揚せん薫るしお味	いちごマシュマロ 大袖振豆もち	山形ラ・フランスゼリー ハッピーターンミニ4連
4 Week	24	25	26	27	28
	ふんわり名人あんこ餅 快適野菜ゼリー	やさいのラムネ 鬼ひびうす塩味	静岡三ヶ日みかんゼリー あとひき煎 サラダ	細切り芋けんぴ 長野黄金桃ゼリー	和歌山南高梅ゼリー スティックポテトじゃがいもと塩