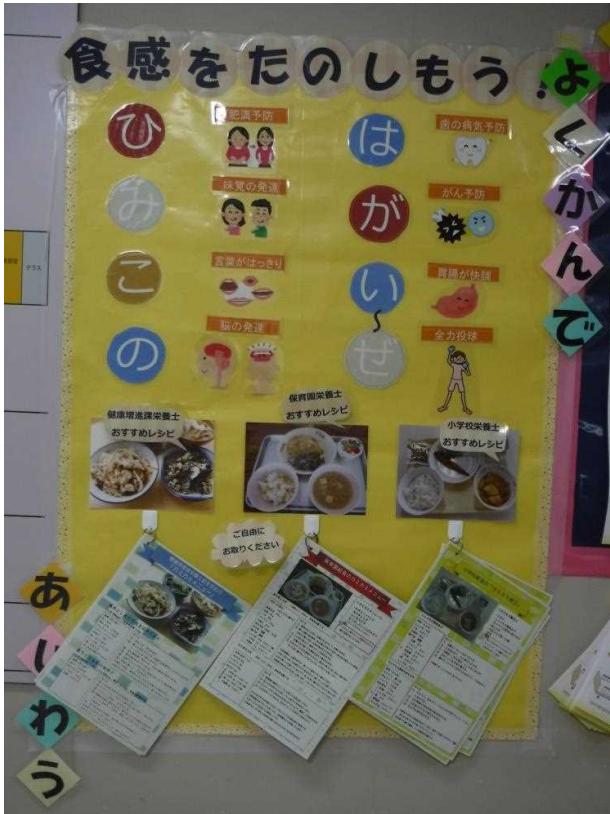


# よく噛んで味わって食べよう

浦安市 健康増進課  
令和元年6月5日～6月30日  
浦安市健康センター



## <内容>

6月は歯と口の健康週間（6月4日～10日）があり、よく噛んで食べることはむし歯予防や肥満予防などの健康につながるため、市民への情報発信をした。情報発信は資料の配布と掲示の2通りで行った。

- ・ 配布資料は、保育園給食の「カミカミメニュー」と小学校給食の「カミカミ献立」、健康増進課の「カミカミメニュー」の献立と写真のレシピを3種類作成、裏面によく噛んで食べることの大切さを記載した。  
資料は保育園と学校給食センターに提供、必要に応じて配布をしてもらった。
- ・ 掲示は模造紙1枚分で、よく噛んで食べることの効果を記載し、配布資料のレシピ3種類を用意、健康センターに来所した市民が自由に持っていくことができるようにした。