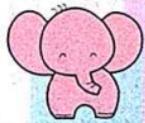


小象の「クマーズ」で歯を「つる」



はなちゃん

生活習慣病防止へ！

市民と医療者の会



まくん

◎ひみこの歯がイーズ

これは、よく噛む(か)むこと

この効用を表わしたものです。卑弥呼の時代の食事は噛

む回数が現代の食事の6倍だ

「ひ」(肥満予防)よく噛まな

いで食べると、食事が速くな

り過食になります。よく噛む

ことで、食べ物を十分に摂取

したという満足感が得られ、

肥満を防ぐことができます。

「み」(味覚の発達)よく噛

むと素材の味がよくわかり、

味覚の発達につながります。

「こ」(言葉の発音はつきり)

よく噛むことで、顎(あご)が

発達し、歯が正しく生えそ

ろって、噛み合わせもよくなり

ます。そのため、自然に正し

よく噛むと

脳(の)の動きを活発にする

味覚の発達を促す

口臭を減らす

元気がわき、ストレスを減らす

発音がきれいになり表情も豊かになる

生活習慣病肥満を防ぐ

がんを防ぐ

胃腸の働きを促進

よく噛むと

歯周病、糖尿病にも関係

正しいブラッシングを

口の開き方ができ、正しい「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高

「い」(胃腸快調)よく噛むと消化吸収を助けて、胃腸の働きを活発にします。その「い」(脳(の)の発達)固形食を与えられたネズミのほづが、粉末食のネズミより条件回避学習の成績がよかったそうです。噛む力の強い子のほづが、幾何図形のテストの点数が高



(小象の) 会会員 篠宮たまき