

歯ごたえがおいしい!

根菜たっぷり

クラムチャウダー

田沼敦子先生の

自然に噛む回数が
ふえる

噛むかむ

クッキング

よく噛むと
脳が活性化されたり、唾液が
しっかり出て、おし歯や
歯周病になりにくくなります。

