

もくしょく



黙食 &

カ

コロナ禍での
「食」を有意義に!

サンマル

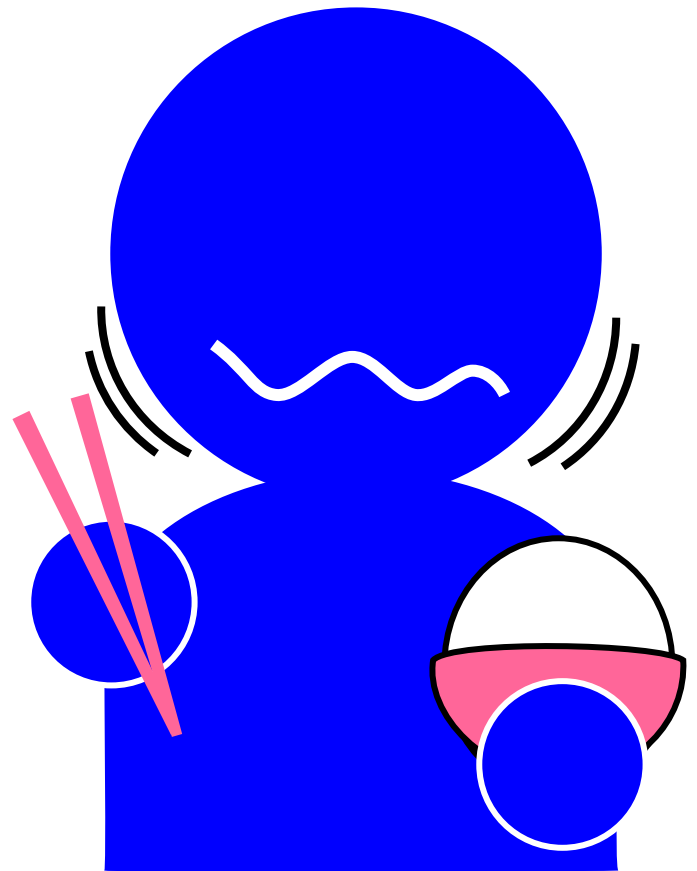
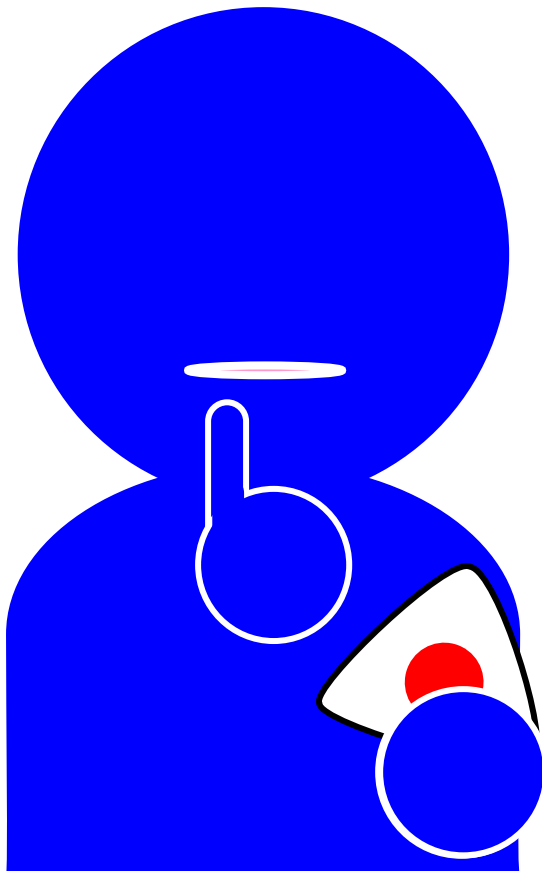
噛ミング30※

こうせいろうどうしやうていしやう
厚生労働省提唱

ひとくち かいじょうか もくひょう
～一口30回以上噛むことを目標に～

おしゃべりせずに
たべよう

おくちをとじて
よくかもう



「マスクをせずにおしゃべりすると
ウイルスに感染しやすくなります」

※30回というのは、窒息防止や五感での味わいを考慮し、従来から噛む回数を目安とされています。
猪名川町/猪名川町食育推進会議