



## よくかんでたべよう

ちゅうかどんは、食べやすいので、ついついかまずに食べてしまいがちです。ひとくちにつき、何回かんでたべているでしょうか？時々心の中で数えてみましょう。

## きをつけましょう！

よくかまずに食べたり、食べながら大笑いしたりしたときに、食べ物がおのどにつまってしまう事故が起こっています。口の中に入っているときは、気を付けてくださいね。