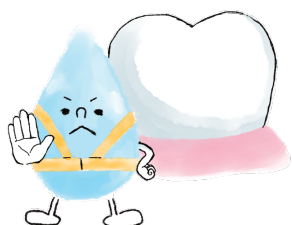


# ガムを噛む、 という健康法。

ものを噛むことで、自然と口の中にあふれ出る唾液。  
実はたくさんのチカラがあり、私たちの健康を支えています。  
今回はその中から、代表的な5つをご紹介します。

## 口の中をキレイにする



歯を守る



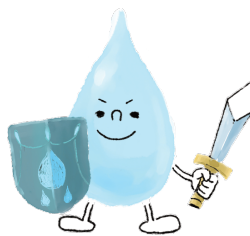
唾液が持つ  
5つのチカラ



食べ物の消化を助ける



入眠をスムーズにする



口に侵入したウイルスと戦う

お口がうるおうとイイコトがいっぱい！  
ガムを噛んで積極的に唾液を出しましょう♪