

# 校長室だより

千葉市立さつきが丘東小学校  
令和4年11月4日 第16号

## 子どもたちの様子を紹介します

### 【口腔衛生指導：5年】



虫歯の原因となるプラークや歯肉炎について学習したあと、自分の口の中の様子を細かく観察しました。学校では染め出しはできませんでしたが、歯の正しいみがき方を再確認し、歯みがきの習慣を見直すよききっかけとなりました。

11月8日は「いい歯の日」です。今回、全家庭に染め出しキットを配付しました。ぜひご活用ください。

### 【朝ごはんの大切さを考えよう：】



バランスの取れた朝ごはんの大切さを知り、よりよい朝食について考えました。その中で朝ごはんの3つの目覚ましスイッチについて学びました。

○体にスイッチ（赤の食品：肉・魚・たまごなど）

○脳にスイッチ（黄の食品：パン・ごはんなど）

○おなかにスイッチ（緑の食品：野菜など）

子どもたちは、ギガタブを上手に使いながら、3つのスイッチがそろった朝食を考え、紹介し合いました。