



149th
新庄小学校

3年生 はみがき教室

歯科衛生士さんに来ていただき、
はみがき教室を行いました。

先日の参観日の後の学校保健委員会、う歯未処理の割合が新庄小学校は少し気になると伝えさせていただきました。前歯や奥歯など場所によって磨き方が違うことを実際に歯ブラシで歯をみがきながら丁寧に教えていただきました。



★きょうしよくメモ★

葛城市学校給食センター
11月18日(火)

は ひ と お か
いい歯の日(10日おくれ)



今日のこんだては、ごはん、牛乳、カリカリごぼう、ブロッコリーのおかか和え、塩肉じゃがです。
じゃじゃん♪ ここでクイズです。もう過ぎてしまいましたが、11月8日は何の日だったか知っていますか？
答えは、「118(いい歯)の日」です。年をとってもおいしく食べるためには、健康な歯がとても大切です。そのために、今からできることを2つ紹介します。

まず、ひとつ目は、「食べた歯みがきをすること」。そして、ふたつ目は、「よくかんで食べること」です。

そこで、今日はよくかんで食べる料理が登場します。その名前は「カリカリごぼう」。
給食で同じような料理を食べたことがあるな...と思った人は、いませんか？ 使っている材料と味づけは似ています。しかし、ごぼうの大きさがいつもと違って、よくかんで食べられるように、切り方を変えました。歯ごたえのあるごぼうを、ちりめんじゃこと大豆と一緒によくかんで食べてください。

それでは、今日もおいしく楽しみたいと思います。



11月8日は「いいは(良い歯)」です。
給食の時間には、よく噛んで虫歯にならないようなメニューについて給食委員会からも放送がありました。

人生 100 年、

歯を大切にしましょう !!

毎月給食センターから出ている給食メモから