

学校歯科医の先生にインタビューしました。

Q1. おし歯対策に一番いいことは何ですか？

A. 毎日の歯みがきが一番いいです。

Q2. 一日に何回歯みがきをするべきですか？また、いつ磨くのが効果的ですか。

A. 最低でも「朝と夜の二回」、できれば「食後すぐ」が理想です。

Q3. 朝ごはんの前にうがいをした方がいいですか？

A. 寝ている間に口の中で菌がはびこるので、うがいをしましょう。

(おし歯を減らすために、毎日しっかりと丁寧に磨きましょう。口の中をキレイにしてから食えるとおし歯予防にもなります。)

保健給食委員会

保健給食委員が提案したリクエスト給食 集計結果発表！！

保健給食委員会 給食献立リクエスト 結果発表

7月17日(木) 一学期給食最終日

84票

冷やし中華

鶏肉の唐揚げ

カルピスゼリー

飲み物 乳製品のリザーブ(コーヒー牛乳 ジョアマスカット ジョアストロベリー)

8月29日(金) 二学期給食初日

108票

醤油ラーメン 野菜餃子 杏仁豆腐

飲み物 ジュースのリザーブ(りんご オレンジ ぶどう)

栄養士や調理師
に感謝して給食
を食べてみよう

3-A

小学校の
なつかし
ドリンク、コーヒー
牛乳を選び
ました！

1-A

給食でめずらしい
カルピスゼリーを
お願いしました。
おいしく食べてくだ
さい！！

2-B

あなた達が
選んだ給食です。
ちゃんと残さず食べて
ください。

2-A