

# ほけんだより

11月



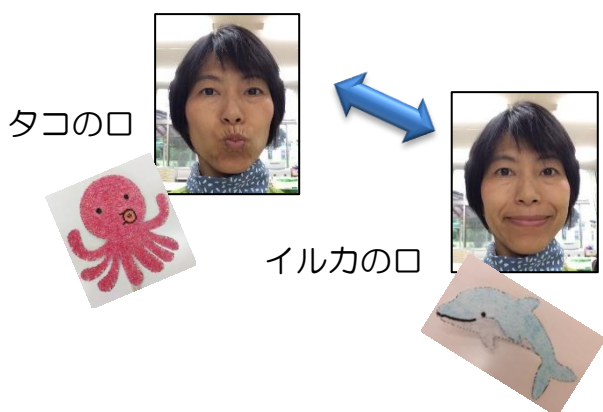
埼玉大学教育学部  
附属特別支援学校  
保健室  
H30.11.16 発行

こんげつ ほけんもくひょう  
今月の保健目標：つよい歯をめぐそう

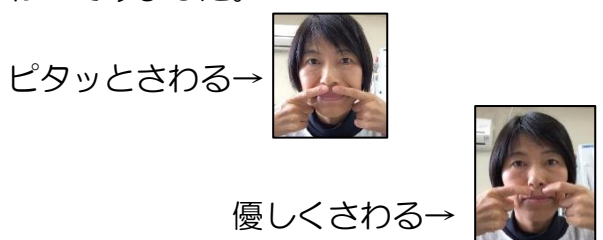
## いい歯について

「口を良く動かして、いい歯を作りましょう！」と児童生徒のみなさんにお話をしました。

二種類の口の形を交互につくることで、口をよく動かしてみました。



次に、上記の口のまわりといつもの口のまわりを「ひとさし指のはら」を使ってさわってみました。



キーワードを保健室前の掲示板にはりました。



## 附小「給食だより」より

### 「味わって食べましょう」

今の時代、日本中どこへ行ってもおいしいお米があります。実際に、子供たちに「普段どのようなお米を食べていますか」と聞くと、日本各地の多様な品種のお米の名前が出てきます。

本校ではこれまでも埼玉県産米を給食で提供しています。さらに、平成29年度より、地場産物の活用を一層推進するために、毎月「コシヒカリ（さいたま市産）」を、年に数回「彩のきずな（埼玉県産）」を提供しています。児童からは、「粘り気が強い」や「少し甘い気がする」などといった感想を聞くこともあります。

身近なお米を通じて、まずは食を楽しんで味わおうとする気持ちを大切にしてほしいと思います。月1回の取組ですが、地場産物の活用が、普段何気なく食べているお米に向き合う機会となっていることを感じています。

### 「彩のきずな」について

「彩のきずな」は、埼玉県の農業技術開発センターで、約10年かけて研究開発されたお米です。

病害虫に強く、農薬をあまり使わずに栽培できることに加え、暑さに強いという最大の特徴があります。そして、食べると大粒で弾力があり、甘みやうまみのバランスがよいといわれています。

「彩のきずな」は直売所等での購入が可能です。ぜひ、御家庭でも味わってみてください。

