



# いばり

豊川市立小坂井東小学校  
校長室だより 第9号  
令和8年1月15日(木)

## 健康な体づくりをしています



3学期になって、恒例のなわとび運動が始まりました。体育の授業や全校なわとびの時間に、寒さに負けないでがんばっています。学年の大会で記録を更新できるとよいですね。

保健室では、身体測定にやってきたクラスが、保健の先生のミニ授業を受けていました。咳やくしゃみでかぜのウイルスが飛ぶ速さや距離などをクイズで考えて、飛沫感染、接触感染といった種類に応じた予防のポイントを学びました。

来週からは、火曜日の朝学習の時間にフッ化物洗口が始まります。13日(火)に練習をしました。音楽に合わせて45秒間ブクブクうがいをして、水をしっかり歯に行き渡らせます。実際には、薄めた洗口液を一人一人歯みがき用コップに注いでもらって行います。効果が長続きするように、うがいの後30分間はお茶を飲みません。フッ化物を希望しない子も、うがいをすることで口の筋肉をきたえられるそうです。給食の時間の歯みがきも「ピタコチョみがき」でがんばりましょう。

## 心がぽかぽかしました…

### ペアタイム

1年生が、身近な素材を使ってアイデアいっぱいのおもちゃを作りました。6年生を招待して、みんなピカピカ笑顔でした。



### めだかコーナー

1月になって、玄関にある水そうに新しいめだかがやってきました。とってもきれいです。ポケモンと同じ名前もあるんですね。



### 「ありがとうツリー」

12月の生活委員会による「ありがとう週間」では、各学年のツリーに心温まるカードがいっぱい集まりました。

### <校長室にて>

使いたい物をさがして、ときどきやって来る子がいます。工作や実験が大好きなようです。「大きな箱ありますか?」「ガラスのびんありますか?」「灰色のペンありますか?」「レモンを2個とっていいですか?」……次のリクエストは何かなあと楽しみです。