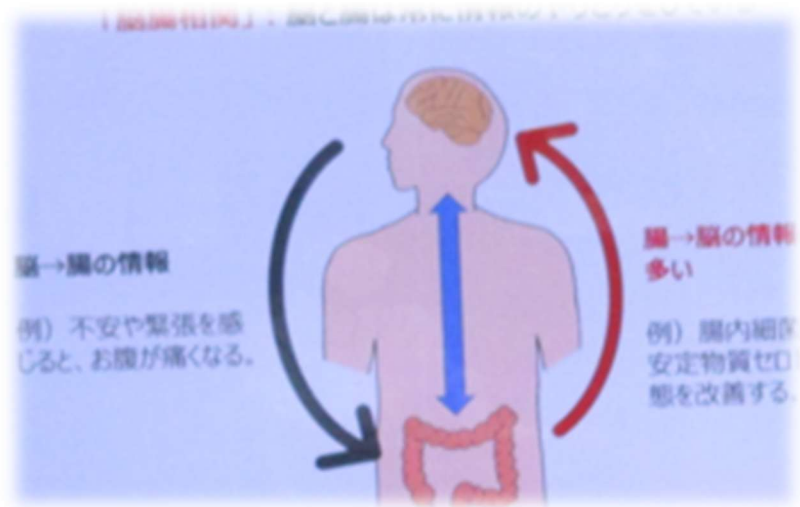


校長 eyes (418)

2月3日(火)【乳酸菌の日】



健康教育(10.15)時のスライドの一部

本日は日にちのゴロ合わせで、「乳酸菌の日」だそうです(某企業が制定)。4年生は10月に実施した健康教育で、脳と腸が密接に関係をしている「脳腸相関」のことや、腸は「第二の脳」と言われ、腸内環境を整えることがいかに脳の働きにとって大切であるかということを学びました。その腸内環境を整えるために乳酸菌が含まれた食品(チーズやヨーグルトなど)を摂ることを勧められました。卒業考査最終日にこのことも復習しておいてください。

本日の短歌

「脳と腸 互いの影響 大きくて 食生活を 大事にしよう」