

敦賀気比保健だより

令和7年6月発行

保 健 室

じめじめした梅雨も「恵みの雨」

じめじめしめっぽい梅雨の季節に入ります。「雨ばかりで嫌だな」と思っていますが、この時期にしっかり雨が降らないと、夏に水不足で困ることになります。大地を潤す「恵みの雨」と思えば、気分も変わってきますね。



この時期は、蒸し暑かったり肌寒かったりするので、体調を崩さないように気をつけましょう。

6月4日～10日は歯の衛生週間です！



歯科検診が始まりました。

むし歯や、歯肉炎など治療を必要とする人には、治療のお知らせを発行します。歯の健康は丈夫な身体の第一歩です。早めに受診して、きちんと治しましょう。

また、高校2年生の人にデンタルフロスを配布します。
(学校保健会からの支給品です。)

詳しい使い方は「福井県学校保健会ホームページ」
→<https://291gk.or.jp/hoken/teeth/furosu/>
「4.中学生・高校生における歯・口の健康づくり事業」
を参考にしてください。

〈ホルダー(柄付き)タイプ〉

①



デンタルフロスを持ち、歯ぐきを傷つけないように、歯と歯の間にゆっくりと入れる。

②



歯の表面に沿わせるようにして、デンタルフロスを前後に数回動かす。
※歯ぐきではなく、左右の歯の表面に沿って当たるように動かしましょう。

わかりやすい動画もあるので、是非観てみてくださいね。

保健委員会では5月16日に、中日新聞社より NIE コーディネーターの小川和彦先生をお招きして、NIE 研修講座を開催しました。



NIEとは…

Newspaper in Education の頭文字をとったもので、新聞を教材として活用し、興味や関心の幅を広げる社会運動のこと。日本語訳は「教育に新聞を」という意味。



はじめまして！
保健室の奥田倫子（おくだりんこ）です。
5月から本校に来ました。みなさんが毎日楽しく、元気に過ごせるよう願っています。

暑くなったり、涼しくなったり、気温の変化が続きます。体調を崩さないように、服装で調節したり、規則正しい生活を見直したりして、毎日を元気に過ごしましょう！