



# ～ 生き方を学び 生き方を考える 学校歯科保健 ～

鳥取県鳥取市立 鹿野中学校

本校は、道徳教育を中核とした学校教育を推進しています。その中で、生きる力の基盤、よりよく生きていくための資源としての健康・体力の向上を目指し、歯・口の健康づくりを柱とした健康教育を展開しています。また、平成30年度、義務教育学校及びコミュニティスクールとなる「鹿野学園」開校に向け、小中一貫教育・地域連携に焦点を当てた歯科保健に取り組んでいます。

## ① 小中一貫教育（9年間を通しての健康教育）

### 歯肉の観察と生活習慣調査

小学校～中学校の9年間の健康教育構想の中で、系統的な歯科保健の展開を目指しています。4年生で歯肉の観察方法を学習し、5年生では、歯肉の観察と生活習慣調査（日本学校保健会編）を活用した保健指導を実施しています。そして、中学生には、自分の歯肉の状態と生活習慣調査結果をレーダーチャートで「自己評価」していくことに重点をおいて実施しています。

**歯肉の観察と生活習慣チェック！！**

チェック結果  
を点数で評価

検査日 2017年11月9日 得点合計 40 点

氏名

一歯肉の観察（5年生）一

- ・歯肉の観察と生活習慣調査結果を、定期的実施し、レーダーチャートと総合得点（60点満点）で評価していく。
- ・レーダーチャートの広がりや得点の変化が分かりやすく自己評価が容易である。
- ・生徒の自己評価をもとに個別指導につなげやすい。

## ② 地域食材を用いた食育

### 近海で採れた鱈の調理

地元漁協の方々のご指導をうけ、その日にとれた鱈を一人一匹さばきました。三枚におろした鱈をソテーし、その日の給食の主菜としました。その後漁協の皆さんと交流給食を楽しみました。



一ていねいに鱈とりー



一エラと内臓の処理ー



一いよいよ三枚おろしー



一漁協の皆さんと交流給食ー

## ③ 拡大学校保健委員会

### 学校保健委員会で生徒の意見発表

生きる力の基盤となる健康・体力について、生徒たちが学校保健委員会で意見発表しています。生徒保健体育委員会は、自分達で立案・運営をした全校生徒の「歯垢の染め出し」と「歯と口の健康に関する意識調査」の結果をまとめ、鹿野中学校生徒の課題を提示しました。



一歯垢の染め出しの様子ー



- ・みがき残しの多い箇所が共通していた。
- ・一人ひとり歯の様子が違うので歯のみがき方にも工夫がいるようだ。
- ・歯みがき習慣が定着しているのは5割程度だった。
- ・食事・間食の時間が決まっていない人が約3割ある。
- ・生活リズムの乱れの原因はメディア接触時間の長さに影響されているようだ。



一拡大学校保健委員会ー

## ④ 歯・口の健康診断

### 丁寧な健康診断と健康相談

歯・口の健康診断は個別健診で一人ひとり丁寧に実施されます。健診と同時に、歯科の問診票をもとに、学校歯科医による健康相談が行われ、かみ方の癖や姿勢など生活全般も含めたきめ細かい健康相談となっています。

片側ばかりでかんでいませんか？  
頬杖をよくつきますか？

