

歯と口の健康に関心をもち、健康で安全な生活を送ろうとする子の育成 ～ キラキラ は・ハ・歯 ～

石川県能登町立宇出津小学校

8学級 179名

1. 主題設定の理由

本校では、給食後の歯みがきを全校で実施しているが、歯みがき習慣や正しいみがき方が身に付いていない児童がいる。また、校区内に歯科医院が3カ所あるが治療がすすまない児童もいる。そこで、歯と口の健康づくりに関する学習を通して、自らの健康課題を見つけ、それを解決する方法を自己決定し、実践していく児童を育成したいと考えた。その実現に向け、研究主題を「歯と口の健康に関心をもち、健康で安全な生活を送ろうとする子の育成」とした。

また、歯と口の健康に関する知識・理解を深め、基本的な生活習慣を身に付けることで、生涯に渡ってキラキラ輝く歯を持ち、健康に生きることができるよう、副題を「キラキラ は・ハ・歯」とした。

目指す児童像

- ①すすんで歯みがきをする子
- ②よくかんで食べる子
- ③安全に気を付けて生活する子

2. 実施した主な活動

(1) 授業実践

①学級活動

学校保健計画や歯と口の健康づくり年間指導計画を整備し、6年間を通して計画的に指導できるようにした。

	学年目標	歯・口の基礎知識、みがき方	食と歯・口の健康
1年	歯を大切にしよう	第一大臼歯をきれいにみがくには (GT: 歯科衛生士)	なんでも食べられるようにするには
2年	丈夫な歯をつくろう	むし歯を防ぐために、どんなことに気をつけようかな	歯にいい食べものってなあに
3年	むし歯を予防しよう	永久歯を守るには、どんなみがき方をすればいいのかな (GT: 歯科衛生士)	むし歯になりにくいおやつのお食べ方を考えよう
4年	よくかんで食べよう	どうすればむし歯を防ぐことができるかな	よくかむための工夫を考えよう
5年	歯肉炎を予防しよう	健康な歯ぐきを保つためには	カミカミメニューを考えよう
6年	歯のけがを防ごう	歯と口のけがを予防するには	どんな食事をすれば歯を健康に保てるか

GT: ゲストティーチャー



② 総合的な学習の時間

歯と口の健康や歯みがきをテーマに課題の発見と解決策となる新商品を考える、LIONの「キッズ歯ッカソン」に5年生が取り組んだ。考えた新商品は、学校歯科医とも連携し、評価を児童に講評として伝え、活動をまとめた。

(2) 歯みがき教室

歯科衛生士を講師に、R1年度は1年生と4年生、R2年度は1年生と4年生と6年生で実施した。特に、R1年度の1年生は「親子歯みがき教室」として保護者も参加し、仕上げみがきの重要性を学んだ。



(3) 児童委員会活動

① 保健委員会

「歯ピ歯ピ貯金」… 歯科検診の結果、むし歯がなかった人やむし歯の治療を終えた人、歯と口のクイズ大会の全問正解者などに「キラキラ は・ハ・歯」コインを渡し、縦割り団ごとに貯金をすることで、歯と口の健康に関する意識を高めた。

② 図書委員会

「歯ピ歯ピ読書ビンゴ」… 県立・町立図書館から歯に関する本を約120冊借受け、読書に励んだ。ビンゴカードを準備し、読んだ本を記録することで児童の意欲につなげた。読書からも歯に関する知識を得られるよう啓発した。

③ 給食委員会

「かむといいこと集会」… 絵本「しちふくじんのかみかみレストラン(少年写真新聞社)」を紹介し、かむことの大切さを啓発した。また、かむことに関する標語を募集し、学校歯科医と連携して審査し、校内で掲示した。

④ 運営委員会

環境整備と「安全集会」…ケガの予防のため、どのような行動をしたらよいか全校に啓発し、安全な行動を訴えるため廊下に掲示を行った。

(4) 学校保健委員会

R1年度は、5・6年児童とその保護者を対象に「歯と口の健康づくり」をテーマに開催した。歯科検診の結果をもとに、デンタルフロスの使用や定期的な歯科受診を啓発した。学校三師からは、早目の受診とデンタルフロスを使用するかどうかは歯の健康の差につながることなどの助言があった。

R2年度は、「新型コロナウイルス対応と児童の心身の健康」をテーマに開催し、感染症予防の観点から学校三師、保護者代表、学校職員代表で話し合い、学校での歯みがき方法等について確認することができた。内容については、ほけんだよりで知らせ、全家庭に啓発した。



(5) 日常の指導

① 給食後の歯みがき

動画に合わせてみがき残しなくみがけるように指導した。特に、R2年度はコロナ禍の中、距離をとり、できるだけ口を閉じてみがくことも指導した。



② いー歯の日



毎月18日を「いー歯の日」として、職員によるみがき残しチェックを実施した。全7回、すべてに「きれいです」のハンコがもらえた人を歯みがき名人に認定する。新型コロナウイルス感染症予防のため、職員は、マスク・フェイスシールドを身に付けて実施した。

③ かみかみ・もぐもぐタイム

給食の食べ始めは「よくかむこと」を意識して、終わり5分は「時間内に食べ終わる」ことを意識して食べるように指導した。

④ カミカミメニューの日

毎月2回、給食でカミカミメニューを提供した。学級活動で児童が考えた献立も実際に提供された。

また、R2年度5月の休業中には、かみかみ献立「大豆と小魚のごまがらめ」の作り方を町内のケーブルテレビにて紹介した。

児童が考えた
「かみかみ食材おさわぎ」



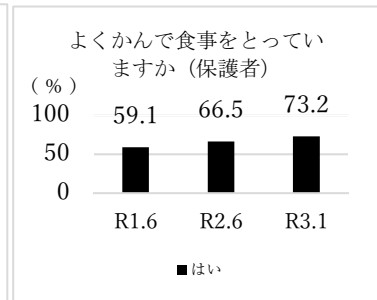
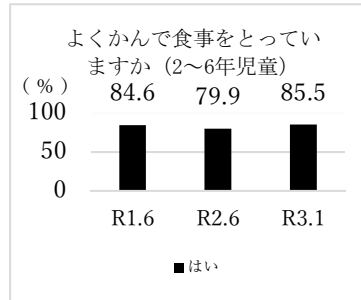
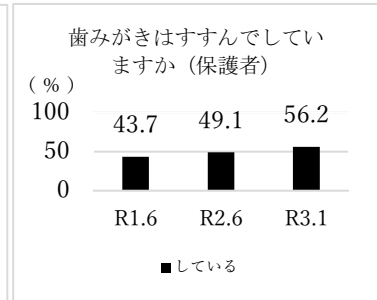
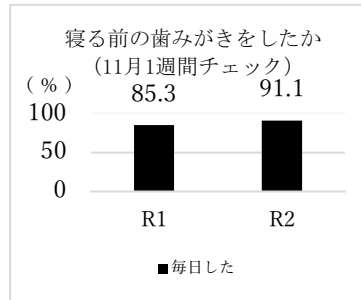
(6) 家庭との連携

- ① ほけんだよりやホームページで授業実践や委員会活動の様子を紹介した。
- ② ステップアップウィーク(奇数月)で自分の生活習慣等について保護者と振り返った。
- ③ 歯垢染め出し錠剤を持ち帰り、保護者とみがき残しチェックを行った。希望の家庭には、家族分の錠剤も配付した。

3. 成果

(1) 歯みがきについて

奇数月に、チェック週を設け、継続的に夜の歯みがきを啓発してきた。11月に実施したチェックでは、寝る前に1週間毎日歯みがきをした児童が昨年度に比べ増加している。また、保護者アンケートでは、「すすんで歯みがきをしている」と児童を評価する割合が増加している。意識の向上と行動変容がみられる。

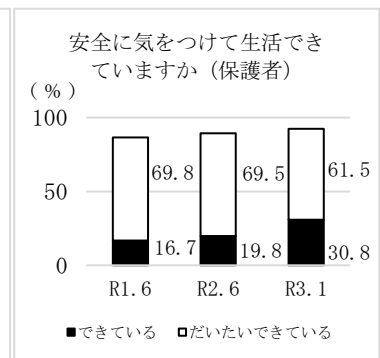
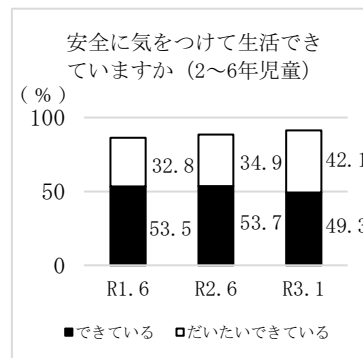


(2) かむことについて

学級活動での授業実践及び給食時間や委員会活動、ほけんだより等でかむことのよさを啓発してきた。保護者・児童に実施したアンケートから、少しずつではあるが、かむことを意識して食事できるようになってきている。

(3) 安全な生活について

集会や委員会活動、安全な環境づくりや掲示等を通して、安全な生活について啓発してきた。保護者・児童に実施したアンケートでは、肯定的な評価が少しずつ増加している。特に、「できている」と答えた保護者が30%を超えており学校外でも安全に行動できる児童が増えていることがうかがえる。



(4) 歯科健康診断の結果

授業実践や歯に関する保健指導等、さまざまな取組を行ってきた結果、未処置歯や歯垢の付着、歯肉の炎症がみられる児童は減少傾向にあり、一定の指導の効果がみられる。

歯科健診結果(%)	R1	R2
未処置歯あり (乳歯を含む)	40.1	36.3
歯垢の付着	44.8	14.5
歯肉の炎症	39.6	14.5

4. 課題

例年、80%を超える歯科健康診断後の受診率が今年度70.8%となっている。新型コロナウイルス感染症の影響で受診控えもあり、受診が遅れている。歯科受診の重要性は日頃伝えてきているが、保護者も含め今一度啓発していく必要がある。

研究を通して、6年間を通じた計画的な指導をすることの大切さを改めて感じている。児童・保護者の意識の高まりを継続できるよう、教職員が歯と口の健康づくりを意識し、今後も継続した指導を実践していきたい。

歯・口に関する健康課題について、主体的に調べ、考え、表現する子の育成 ～口福度日本一プロジェクト～

福井県勝山市立荒土小学校

8学級99名

1. 研究主題

本校のう歯罹患率は全国平均に対して高く、特に乳歯のむし歯が多い。さらに、GOやGも近年増加傾向にあった。また、年に数件は、歯や口に関するけがの発生があり、本人の不注意や無理な行動など、予測可能なケースが多かった。これらの実態を踏まえ、本事業のテーマである、望ましい生活習慣の形成を目指す歯・口の健康づくりと、歯・口の外傷の防止に迫るため、研究主題を「歯・口に関する健康課題について、主体的に調べ、考え、表現する子の育成を図る」と設定した。学校生活の様々な場面で、全校を巻き込んだ実践を企画し「基本的生活習慣の確立」と「生涯にわたる健康づくりの基礎」を培おうと考えた。そこで、福井県が「幸福度日本一」の評価を受けていることから「口福度日本一プロジェクト」をキャッチフレーズにすることにした。

2. 実施した主な活動

(1) 授業の充実

①学級活動



歯・口の学級活動指導一覧の内容に沿って、学級担任と養護教諭がTTで指導することを基本とし、ゲストティーチャーに歯科衛生士、動物病院医師、恐竜博物館職員、スポーツ選手、声楽専門家、演劇指導者を招いた。2年目には新たな試みとして、ライオン歯科衛生研究所と「歴史の中で考えるの歯・口の衛生」をテーマに、6年生がオンライン授業を行った。正しい歯のみがきかたを指導する歯みがき教室では、1年目は学級ごとに一斉指導を行い、個別指導の充実を目的として中学校区の養護教諭の協力を得た。2年目は感染症予防下において、1回の指導を5～7人に限定し、学年ごとに複数回に分散して実施した。換気、間隔、衛生管理に配慮し、養護教諭が主導しながら、学級担任と共に個別指導に力を入れた。また、5年生は全国小学生歯みがき大会に参加し、6年生は歯みがき名人コンテストでみがき残しの少ない児童の選出を行った。

食育の推進では、給食指導を中心に、学校栄養職員と給食主任、学級担任が連携しながら取り組んだ。食事のおしゃべりが目立ち、よく噛んでいない児童や、噛む回数が少なく早く食べ終わってしまう児童が多くみられたことから、合掌してから10分は、話を控えてよく噛んで食べる時間として設定するようにした。家庭科の授業では、噛むことや味わうこと、歯や歯肉を健康に保つための食事について学び、工夫を取り入れた献立を考えて、それを給食で提供した。

歯・口の外傷と予防については、保健の授業、避難訓練や交通安全教室などの学校行事の機会に、具体例を示しながら行動と対処法を考えさせるようにした。

	①歯・口の病気の予防	②かむ力を育てる	③けがの防止	歯みがき指導の重点	発育・発達の特徴
1年生	6歳臼歯のはたらき	めざせ、おはし名人	雨天・室内での過ごし方 遊具を安全に使う	・第一大臼歯をきれいにみがくことができる。	第一大臼歯が生え揃い 上下噛み合わせる ↓ 上下の前歯が生え揃う
2年生	よくかんで食べる大切さ	やさいを食べよう		・上下前歯の外側をきれいにみがくことができる	
3年生	歯の種類とやくわり	食べ物のはたらき	校外での遊びを安全にしよう (自転車などの安全な乗り方)	・上下前歯の内側をきれいにみがくことができる ・歯ブラシの部位を理解し、効果的に使える	乳臼歯が小臼歯に生えかわる ↓ 乳犬歯が犬歯に生えかわる
4年生	口内フローラと習慣	よくかんで食べよう		・犬歯、小臼歯をきれいにみがくことができる ・歯ブラシの部位を理解し、効果的に使える	
5年生	歯周病の予防	主食をしっかり食べよう	スポーツとけがの予防	・むし歯や歯肉炎を理解し、自らの意思で継続してみがくことができる。 ・第二大臼歯をきれいにみがくことができる	第二大臼歯が生え始める
6年生	喫煙の害	未来人の顔を予想しよう		・フッ化物配合歯磨剤やフロスなどの用具を知る	

②児童会による委員会活動

ア 給食後の歯みがきタイムの工夫

同じ場所ばかりみがいているなど、みがき癖のある児童が多かったことから、みがく順番を声でガイドするCDを作成した。さらに、低学年への視覚的支援として歯の大型模型を使いながらみがき方を示すようにした。



イ 歯ブラシチェック

口の大きさに不釣り合いな歯ブラシや、毛先が広がっている歯ブラシを使い続けている児童が目立ったため、金曜日の朝の会で歯ブラシチェックをすることにした。チェックがついた児童には、帰りの会で「歯ブラシ交換しま証」を渡し、新しいものと交換するよう促した。

ウ 学校の中の危険な場所調べと外傷予防

校内で事故が起こりやすい場所調べを実施した。その場面を寸劇で再現し、歯や口のけがをした場合の対応についても、全校に向けて発表した。また、廊下は右側通行であることを知らせながら、昼休みには校内パトロールをしながら、危険な行動には声かけを行うようにした。

エ 歯育コンテスト・健口スタンプラリー

歯育コンテストは、歯・口の学習で学んだことを活かした標語や川柳づくりを行い、よい作品を表彰する取組である。作品は、児童同士で見合った後、学校歯科医師や地域の方、教職員で審査を行った。健口スタンプラリーでは、歯みがきや食事の姿勢に関わる9項目を設定し、学級単位で取り組んだ。9項目を達成できた学級には、オリジナルキャッチフレーズ入りの歯ブラシをプレゼントした。



③クラブ活動

児童の主体性と、課題探求を目指して「歯と口の健康研究クラブ」を立ち上げた。歯並びと歯ブラシの当て方の工夫を考えたり、食品を食べ比べて噛む回数を比較し、だ液



の分泌量の違いや前後の pH 測定をしたりした。また、学校歯科医に協力を得て、位相差顕微鏡で細菌の観察を行った。さらに、歯ブラシの衛生管理に関する疑問が挙がってきたことから、保管に使用するキャップの有無と細菌の増え方を、実験で確かめた。これらの調べたことは、はがき新聞や絵本、プレゼンテーションにして、地域や全校に向けて発信をした。

④ 学校行事

児童会主催の校内運動会で、歯・口をテーマにした種目を考案し、縦割り班で競った。学習発表会では、歯・口の学習で学んだ内容を、幼小期から老年期までの視点を取り入れて発表した。これにより、歯・口の健康づくりが学童期だけのものではなく、生涯の健康とつながる大切なものであることを地域にも発信できた。

(2) 地域のゲストティーチャーの活用

学校歯科医と、年間計画立案の段階でどのような連携ができるかについて相談し、年間を通してアドバイスを受けてきた。年に2回（令和2年度は1回）実施される歯科検診では、むし歯や歯肉の様子を場所で示しながら説明してもらうことで、現状を知る機会にした。また、PTA教育講演会にて、児童と保護者を対象に、仕上げみがきの重要性と乳歯のむし歯が永久歯に与える影響をテーマに講演会を依頼した。その他、恐竜博物館職員と「歯が語る恐竜の生き方」、市内動物病院医師と「動物の歯と人間の歯のしくみと病気」、国体選手と「アスリートの夢を支える健康」、地域の保健師と「乳幼児検診から見える地域の課題」をテーマに授業や講演会を依頼した。市内教育研究会養護教諭部会では、本校研究が市内小中学校と足並みをそろえて推進できることを目指し、連携を図ってきた。アンケート調査や、保健指導の共同実施の他、学校三師、教職員を対象とした小児歯科に関する学習会、教材・教具調べや実践集の作成を行った。

(3) 家庭との連携

Google フォームを用いて歯みがきチェックを実施した。毎月末に、保護者に休日の歯みがきの様子を知らせてもらい、家庭での歯みがきの習慣化を図ることを目的とした。内容は、起床後の歯みがき、3度の食後の歯みがき、夜の仕上げみがき、デンタルフロスの使用を問うものと、歯みがき動画の利用状況を問うものである。毎月9割以上の参加があり、夜の歯みがき実施率は100%を維持している。さらに、仕上げみがきの割合やデンタルフロスや歯みがき動画の利用割合も増加し、保護者からは「月末になるとお知らせがくるため、気が引き締まる」との声が聞かれるようになった。



PTA 研修委員会の活動として、1年目は親子仕上げみがき教室を開催した。実技の場面では、歯科衛生士と市内養護教諭が会場を巡回しながら、仕上げみがきの手技をアドバイスするようにした。2年目は、感染症対策において活動が制限されたことから、デンタルフロスを使った親子での取り組みが、冬休みを利用してできるよう企画した。口の中が清潔になる感覚を親子で実感してもらえたことで、継続して取り組みたいという前向きな意

見が多く聞かれた。

(4) 地域との連携

幼小中連携を目的に、地域の歯科保健に関わるメンバーと児童生徒が集まり、口腔衛生を保つために家庭や児童生徒につけていくべき力、歯科治療率を向上させるためにできることについて話し合いを行った。また、新入生体験入学では、1年生が先輩となり、歯みがきのポイントと、6歳臼歯の特徴を紹介した。高齢者との関わりを持つために、5・6年生が町内敬老会に出向き、聞き取り方式でアンケート調査（抜けた歯の有無とその理由、毎日の歯みがきの頻度や健康を保つために気をつけていること等）を行った。

(5) 掲示物・ほけんだより、タブレット端末の利用

保健室前の掲示板やほけんだよりに「めざせ、口福度日本一！」というタイトルをつけ、歯科保健に関する情報を発信してきた。さらに、保健室前にタブレット端末を設置し、プレゼンテーションソフトを利用しながら、学習や活動の様子を画像で紹介し、児童や教職員、来校者に伝わるようにした。

(6) 感染症対策関係と歯みがき動画作成



学童期は保護者による管理が必要な時期であり、その保護者の意識を向上させたいという思いから、歯みがき動画を配信し、家庭でも使える教材として知らせてきた。むし歯が多い奥歯を重点的にみがくことや、みがく順番を覚えやすいものにするという点を工夫し、学校歯科医や歯科衛生士の意見を参考にしながら作成した。この動画は、給食後の歯みがき

タイムや市内小学校の保健指導でも活用している。さらに、感染症予防の観点も含め指導を行ってきた。

3. 成果と課題

歯・口の健康づくりは、生涯の健康維持につながる力になると捉え、教育課程に位置づけ、様々な教育活動と関連を持たせ、計画的に実施してきた。活動に広がりをもたせたことで、児童、保護者、教職員の意識は大きく変化し、以下のような成果があった。①児童が活動の中心となる実践を行ったことにより、主体性や充実感を引き出し、自分の体についてより深く知ろうとする態度が育った。②年間を通じて継続的におたよりの発信やアンケート活動を行うことにより、保護者の意識を高めることができ、協力が得られるようになった。③学習を通じて、医療分野やスポーツ分野、表現活動などで活躍されている人と出会い、歯・口の健康が豊かな人生に結びついていることを実感させることができた。

今後の課題は、多忙な学校生活の中で、無理なく歯・口の健康づくり学習を継続していくための仕組み作りである。具体的には、保健指導は、6年間を見通した系統的カリキュラムに沿って実施することや、児童が主体となる活動では、学級活動やクラブ活動、学校行事との関連を図り、内容や方法に見通しが持てるように、基本的な枠組みを定めておくことである。内容の精選も含め、持続可能な取組のあり方について探っていきたい。

歯・口の健康づくりを自立的に実践していく子供の育成

富山県射水市立大島小学校

23 学級 640 名

1. 研究の目標やねらい

本校の「歯・口の健康」の課題には、「歯周病が多いこと」「よく噛まないで食べること」「スポーツ振興センターに申請するけがの件数が多いこと」の三つが挙げられた。

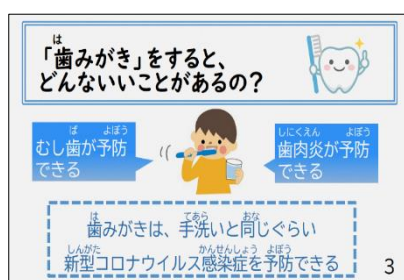
そこで、研究の目標を「歯・口の健康づくりを自立的に実践していく子供の育成」とし、子供が歯と口に関する望ましい生活習慣を身に付け、積極的に健康な生活を行い、その実践が定着できることを目指して取組を進めた。また、コロナ禍という事態を受け、令和2年度は、学校歯科医等に指導助言を受け、「新しい生活様式」を参考に可能な限りリスクを低減し、授業や各種行事等の教育活動を地域の感染レベルに応じて柔軟に取り組んだ。

2. 実施した主な活動

(1) 子供の健康課題や発達の段階を考慮した望ましい歯・口の生活習慣づくり

① 給食後の歯みがきの実施（令和2年度）

歯・口の健康づくりは、歯みがきの習慣が基盤である。しかし、令和2年度は感染予防の観点から、給食後の歯みがきの方法を検討する必要があった。そこで、学校歯科医から指導助言を受けながら実施方法を検討し、簡易給食の提供に合わせて「食後にお茶で口をすすぐ」ことから始め、通常給食からは「新しい歯みがきの仕方」を行った。「新しい歯みがきの仕方」は、日本学校歯科医会作成の「給食後の歯みがき実施のためのチェックリスト」や「ポスター」を参考にして作成した。子供たちには、テレビ放送を通じて、歯みがきの手順を写真や映像を用いて分かりやすく説明した。また、歯みがきの時間は担任が個別指導を行い、感染予防に努めながら実施した。



【テレビ放送の一部とポスター】

② 課題を見付け、課題の解決に向けた学習過程の工夫（令和2年度）

第4学年 学級活動「よくかむことの大切さを考えよう」の授業実践

ア 課題をつかむ工夫（つかむ）

事前に「給食でパン1口を何回噛んで食べているか」の調査を行った。調査では、子供たちは「たくさん噛むとよい」という知識から、普段噛んでいる回数よりも多く答える子供が多く、調査自体が自分の噛む回数に問題意識をもつことにつながった。また、授業では、事前調査の結果から自分の噛む回数を振り返ることで、噛むことに対する疑問や噛むことの効果を知りたいという思いをもつことができた。

イ 原因を追究する工夫（さぐる）

自分の課題解決の手がかりを探るために、咀嚼力判定用ガムを用いて1分間の噛む体験を行った。観察する視点を、噛んでいるときの口の中の様子や動いている顔の部分、噛んだ後のガムの色の3つとし、手がかりに結び付きやすくした。子供たちは「だ液が出た」「顎やこめかみがよく動いた」などの手がかりを発見することができた。

ウ 解決方法を考える工夫（見付ける）

学校栄養職員から、子供が見付けた手がかりと噛む効果について、カムカム歯「だいおう」のキャラクターを用いて説明した。また、「プリン」と「リンゴ」、「スルメ」を噛んだときの脳への血流を比較する写真や「スルメ」を噛む前と噛んだ後の百マス計算を解く時間の速さの比較等の学習能力への効果も説明し、よく噛むことへの興味・関心を高めた。



【カムカム歯「だいおう」の資料】

エ 目標を自己決定し、実行する工夫（決める、実行する）

最後にワークシートに「自分の目当て」と「全校のみんなに伝えたいこと」を書いた。「噛む」ことを全校の課題として捉えている子供もいた。そこで、かみかみ献立の日の給食の時間に、本学級代表が「よく噛むことの大切さについて」を全校放送した。その放送によって、自分の目当てを振り返り、実践意欲を高めることができた。

(2) 歯・口の健康づくりに自律的に取り組む児童会活動（令和元・2年度）

	視点	取組
保健委員会	むし歯や歯周病の予防方法の理解と安全な環境づくり	<p>[毎月] 歯みがきがんばり週間の取組（給食後の歯みがきチェック）</p> <p>[歯と口の健康週間]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯と口の健康週間の標語づくり ・歯に関する紙芝居や絵本の読み聞かせ、「歯と口のけが防止」のテレビ放送 <p>[11月8日「いい歯の日」]</p> <p>歯のキャラクターと標語を募集した。応募作品には、自己の健康課題や課題解決に向けての目標、生活経験や既習事項等が表現されており、作品作りを通して、自律的に歯・口の健康づくりに取り組もうとする姿が感じられた。</p> <p>[児童参加型学校保健委員会]「歯にいいおやつを選ぼう」の発表</p> <p>おやつを食べた後のだ液に含まれる糖分を調べた実験結果を発表した。子供たちが予想したものと違うおやつの方が甘くむし歯になりやすいことが分かり、今後のおやつ選びに生かしたいという意見が多く出た。</p>
給食委員会	食べる機能や食べ方の発達支援	<p>学校栄養職員の指導の下、「かみかみ献立週間」を実施した。給食時に「噛みごたえのある食材」を放送で知らせたり、ゆっくり食事ができる時間を確保したりして、よく噛んで食べる習慣を目指した。また、全校集会では、よく噛んで食べることで、記憶力がアップしたり、肥満を予防したりすることなどの効果を発表した。</p>



【全校集会の発表】

	視点	取組
体育委員会	歯・口のけがの防止と安全な環境づくり	<p>[長休みや昼休みの体育館パトロール]</p> <p>体育館で危険な遊びをしている子供に注意したり、安全な遊び方を呼びかけたりして、けがの防止や安全意識が高まるようにした。</p> <p>[体力向上タイム]</p> <p>全校で長休みの時間を使って、縄跳びを行った。毎月学年で一番多く跳べた子供を紹介し、記録にチャレンジする意欲が継続するようにした。</p> <p>[みんなでチャレンジ 3015] [のびのびキッズデー（月3回昼休みを拡大）]</p> <p>外遊びを奨励し、運動する機会や時間を確保した。また、体育委員会が体を動かす楽しみを味わうことができる運動や遊びを紹介した。</p>
生活委員会	歯・口のけがの防止と安全な環境づくり	<p>[天気の良い日の遊び方]</p> <p>天気の良い日にけがが増えるため、委員会で「天気の良い日の遊び方」について話し合いを行った。その後、学級に呼びかけ、「約束」を作ってもらった。</p> <p>[廊下を正しく歩くときの約束づくり]</p> <p>全校集会で学級毎に「廊下を正しく歩くときの約束」を紹介し合った。「廊下は走らない」や「右側通行」等の約束を全校で確認することで、安全に廊下を歩く意識が高まった。また、廊下に委員会で作成した標語の看板を立てておくことで廊下を走ることを防いだ。</p>



【廊下の看板】

(3) 歯・口の健康づくりへの関心を高める家庭・地域との連携（令和元年度）

① 射水市「むし歯予防パーフェクト作戦事業」の活用

市内の小中学校では、市歯科医師会と市保健センターが主催する「むし歯予防パーフェクト作戦事業」を活用し、子供の歯と口の健康に関する実践力向上と保護者の意識の高揚を図っている。事業では、週1回のフッ素洗口、歯科衛生士による「親子歯みがき教室（小学1年生）」「歯周病予防教室（小学5年生）」を行っている。1年生の親子歯みがき教室では、「6歳臼歯をきれいにみがくことができる」ことを目標に、保護者が子供の6歳臼歯を染め出し、歯科衛生士から歯みがきの指導を受けながら、赤く染まっているところを親子で確認しながら丁寧に磨いた。最後に、子供たちがむし歯にならないための約束を発表し、親子で確認し合った。



【1年生親子歯みがき教室】

② 学校歯科医との連携

ア 親子歯みがき教室の保護者への事前講話

学校歯科医から検診時に「歯列・咬合の悪化」や「顔貌の変化（ポッカリ感のある口元）」の問題について指摘を受けていた。この疾病の原因は、口呼吸や食生活であることから、保護者に実態を伝え、日頃の食生活等に配慮が必要だと考えた。そこで、保護者を対象に、1年生の親子歯みがき教室の事前講話として、学校歯科医から口呼吸による弊害や治療方法や筋機能訓練等について講義を行った。保護者からは、むし歯や歯肉炎以外の問題について学ぶことができよかつたとの感想があった。

イ 児童参加型学校保健委員会

全校児童が参加し、学校歯科医の「生活習慣と歯・口の健康づくり」の講話を聞いた。講話は、「歯は化石で見分かるほど硬いのに、どうして穴があいてしまうのかな？」など、子供の好奇心を揺さぶる内容が多く、集中して聞くことができた。また、小学生の時期は、歯が生え代わる大切な時期だからこそ、歯みがきや食事等の生活習慣を身に付け、健康な歯を維持する必要があることも教わった。子供たちは、「甘いものを食べないように気を付けたい」「話を聞いて歯を大切にしようと思った」などの感想を発表した。



【児童参加型学校保健委員会】

③ 親子で歯ッピーチェック

歯・口の健康週間と夏季・冬季休業の年3回、家庭で歯垢の染め出しを行った。子供は、自分の歯みがきを自己評価し、汚れを落とすために自分に合った歯みがきの方法を考えながら取り組むことができた。また、評価カードに保護者の評価欄を設け、保護者が定期的に子供の歯みがきの様子や歯の汚れを確認する機会とした。

3. 成果や課題等

(1) 成果

- ・コロナ禍であっても感染リスクの低減に努め、給食後の歯みがきを続けたことにより、子供の歯みがき習慣が定着し、健康な歯を保持することができた。
- ・「つかむ」→「さぐる」→「見付ける」→「決める」→「実行する」といった学級活動(2)の基本形で授業を展開することにより、子供一人一人が自分の課題をもち、自分に合った解決方法を見付け、目標を設定することができた。
- ・「噛む回数を増やす」などの全校児童に共通した課題について、給食の時間に実践を振り返る時間を設けたことにより、実践意欲の継続化を図ることができた。
- ・児童会活動を通して、歯・口の健康づくりを実現するためには何が必要かを考え、それを全校集会や強化週間等を通して全校に働きかけたことにより、自他の歯・口の健康づくりの実現を助け、健康で安全な学校生活づくりに貢献することができた。
- ・「むし歯予防パーフェクト作戦事業」や児童参加型学校保健委員会が学校保健年間計画に位置付けることにより、専門的な知識を有する学校歯科医や歯科衛生士の協力を得ることができ、より効果的な指導を行うことができた。
- ・歯垢の染め出しは、定期的に家庭と連携して実施することにより、歯みがきの必要性や効果を親子で実感することができ、よりよい歯みがきの方法を身に付けたいという思いをもたせることができた。

(2) 課題

今後も社会全体が長期間にわたり、新型コロナウイルス感染症とともに生きていかなければいけない状況の中、子供の基本的な生活習慣の確立を図りながら、さらに健康課題に対して自律的に取り組むことができるように支援するためには、学校生活のみならず、家庭等における日常生活でも適切に実践されることが重要であり、家庭との連携を一層図りながら実施していく必要がある。

歯と口の健康づくりを通して、より良い生活習慣の形成をめざす

和歌山県有田市立初島小学校

8学級 95名

1. 研究の目標やねらい

(1) 研究主題について

本校においては、保護者をはじめ地域の教育に対する関心が高く、学校教育に協力的である。

児童は明るく活動的で、何事にも真面目に取り組み、全体的に落ち着いた学校生活を送ることができている。

その一方で、健康面においては、睡眠不足や朝食欠食をはじめとする生活習慣の乱れによる体調不良で保健室を訪れる児童がいるなどの課題もみられた。

そこで、以前から取り組んでいた歯科保健活動を発展させることで児童により良い生活習慣を身につけさせるため、本主題を設定した。

(2) 研究目標

- ① 歯みがきを習慣化する。
- ② 歯・口の状態について関心をもち、歯垢の付着・歯肉炎を予防する。
- ③ 食生活に気をつけ、食べ方に関心をもつ。

2. 実施した主な活動

(1) 授業での取組

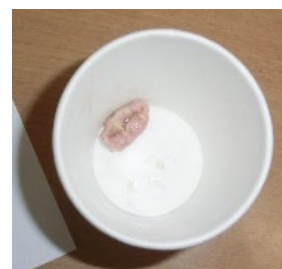
1年生 第1大臼歯を観察し、奥歯までしっかりとみがけるようにした。



2年生 歯が汚れることを知り、きれいにみがけるように取り組んだ。
学校歯科医と歯科衛生士による歯みがき指導を通して、かむことの大切さについて学習した。

3年生 自分の歯を観察し、よりきれいにみがけるように取り組んだ。

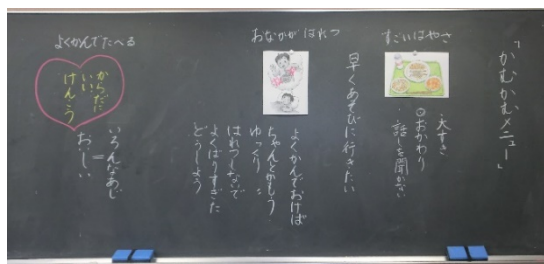
4年生 咀嚼力チェックガムを使ってかむ実験をし、かむことの大切さを知り、よくかむ習慣を身につけられるようにした。



5年生 歯肉炎を予防するためには歯みがきが大切だということを学習した。

全国小学生歯みがき大会に参加した。

6年生 生活習慣を見直し、むし歯にならない生活について考えた。



(2) 学校全体での取組

① 歯科健康診断

毎年2回、4月と11月に実施しているが、新型コロナウイルス感染症の影響を考慮し、令和2年度は11月の1回のみの実施となった。歯科健康診断の前後には、全体や個別の保健指導を行った。未治療者には再度、治療勧告を行った。



② フッ化物洗口

和歌山県の健康推進政策を受け、平成29年12月よりフッ化物洗口を導入した。

90%以上の児童が申し込んでおり、週1回、朝の会の時間に学級で実施している。フッ化物洗口を導入したことで、朝の歯みがきがさらに定着してきた。



③ 給食後の歯みがき指導

各学級に1か所ずつ洗口場があり、給食を食べ終わった児童から歯みがきを実施している。

歯と口の健康づくり推進事業を受け、鏡の設置と3分間砂時計を追加し、歯みがき実施時の環境をさらに整えた。なお、全校児童の歯ブラシは、紫外線衛生保管庫で消毒し、管理している。



④ 歯みがきカレンダー

長期休業中も規則正しい生活を送ることを促すために、以前から歯みがきカレンダーを実施していた。

令和2年度は、年度当初から臨時休業だったため、家庭での歯みがき習慣を定着させることを目的に、毎月10日間の歯みがきカレンダーを作成し、取り組んだ。



歯みがきカレンダーの結果を使って学習

⑤ 児童保健給食委員会

全校児童が健康に過ごすことができるように活動している。

- ・ 全校児童から歯と口の健康に関する標語を募集し、表彰した。
- ・ 全校の歯みがき目標を決めた。
- ・ 全校集会で歯と口に関するクイズや「むし歯の原因と予防」を発表した。発表後は、児童がいつでも見られるように保健室前に掲示した。
- ・ 歯みがきの啓発ポスターを作成し、各学年の洗口場に掲示した。



⑥ 学校保健委員会

毎年3学期に開催しており、令和元年度は、学校歯科医に「いつまでも 続くけんこう 歯の力」と題して、子どもたちの歯の様子や食事について、講演していただいた。

[構成メンバー : 学校医 (内科・眼科・耳鼻科)・学校歯科医・学校薬剤師・育成会 (PTA) 役員・教職員 (校長・教頭・保健主事・養護教諭・体育主任・給食主任)]

⑦ 給食試食会

1年生の保護者を対象に、毎年1学期に実施している。児童の給食の様子を見学した後、その日の給食を試食し、意見交換の場を設けている。

令和2年度は、給食試食後に、学校栄養職員が歯と口の健康づくりに関連した講演を行った。講演では、歯や骨を丈夫にする食べ物や咀嚼回数が増える献立等の紹介も行った。



⑧ 歯と口の健康に関する図画、ポスター及び標語

令和2年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で臨時休業となったことで、学校で取り組むことができなかった。やむを得ず、家庭での課題としたところ、かえって保護者への意識付けとなり、保護者への啓発につながり、家庭との連携を進めることができた。



⑨ あいうべ体操

口腔機能の向上を図るため取り組んでいる。校内研修を行い、教職員で目的や方法を共有した上で、給食後やフッ化物洗口の後に関各学級で実施している。



3. 成果と課題

(1) 成果

歯みがきカレンダーや歯・口の健康に関する図画、ポスター及び標語の取組を通して、家庭との連携を図ることができた。また、委員会活動や授業を通して、児童の歯・口の健康づくりに対する意識を高めることができた。

また、DMF 歯数においても、近年0.3が多かったが、令和2年度は0.2になり、取組の成果がみられつつある。

(2) 課題

けがの防止に関わる領域についての取組が不十分であった。これらの領域についても研究を深め、取組を充実させていく必要がある。

2年間の取組により、DMF 歯数の減少等の成果もみられてきているが、今後も歯・口の健康に関する学習を計画的に取り入れ、家庭との連携もさらに深めていくことで、より良い生活習慣の確立をめざしていきたい。

「歯と口の健康で歯ッピー むしバイキン、バイバーイ！」
生涯にわたり、歯と口の健康を守るための生活習慣を身につけるために

奈良県立西和養護学校

37クラス 217人

1. 本校での研究活動の目標と重点事項

本校は小学部、中学部、高等部の児童生徒が通う知的障害特別支援学校である。

歯と口が健康であることは、体が健康であることにとどまらず、児童生徒の生活の自立や社会参加など生活の質への影響が大きい。歯と口の健康の保持増進には、まずは歯や口に関心をもつこと、そして食や衛生などの基本的な生活習慣を身につけることが大切であると考えた。

そこで本校では、「個々に応じた歯みがきのスキルを身につけさせること」「嚙むことを意識させる給食指導を行うこと」「地域の関係機関と連携し、歯科受診における支援ツールを作成・活用すること」の3点を研究の重点として取り組むこととした。

2. 取組

(1) 歯みがきのスキルを身につけさせるための取組

①給食指導後の歯みがき指導

自分で歯みがきができるようになることを目指し、給食指導後に各クラスで歯みがきの時間を設けている。

歯みがきに抵抗感のある児童生徒には、まずは歯ブラシの刺激や口腔周辺を触られることに慣れることから始め、教職員との関係を作りながら徐々に歯みがきを促すように配慮して進めている。

自分でみがく練習には、歯をみがく順序を図で示した歯みがき手順表を保健室で用意し、手順表を見ながらみがかせたり、担任がみがき方を指導するときに使用して歯みがきのスキルの習得を図った（写真1，2）。また、歯みがきのスキルアップのためには、担任による児童生徒の歯みがきスキルの実態把握とそれに合わせた支援の方向性を示すことが必要であると考え、歯みがき実態把握シートを作成し、実態把握とスキルアップへの支援を展開中である。

一人でみがくことが定着している高等部の生徒には養護教諭が個別指導をしてスキルアップに取り組んだ。染め出しでみがき残しやみがき癖を本人と確認しながらみがき方を指導した。一人でみがけるからこそ、生涯にわたる健康作りに歯みがきが直結するので、より細やかに指導することが必要であると感じた。

②授業での歯みがき学習

授業では小学部低学年では寸劇や絵本を用いた指導、小学部高学年以上ではパワーポイントや歯の模型を使った学習や染め出しを使っ



写真1 歯みがき手順表



写真2 歯みがき手順表

4)。学習に使用する教材としてプラスチック容器を歯に見立てた歯の模型や汚れ落としを練習するボード、歯の成長や歯のなりたちを学習するパワーポイントを教職員で作成した。

奈良県歯科医師会の歯科衛生士派遣事業では、中学部1年生の生徒を対象に歯科衛生士による講話と実技の指導をしていただいた(写真5)。専門の方に指導していただく機会はほとんどないため、生徒にとってはよい意識づけになり、教職員にとっては、みがくコツを教えていただく貴重な機会になったとの感想を得た。



写真3 授業での指導1



写真4 授業での指導2



写真5 歯科衛生士による講話

③その他の活動

- ・保護者と児童生徒に保健に関する情報を提供する保健だより、「歯ッピー通信」というコーナーを設け、歯みがきのポイントや歯予防の食事、受診に関する情報や歯科健診結果などを毎回掲載した。
- ・家庭における歯みがき習慣の定着を図るために、長期休業の際には全児童生徒に「歯みがきカレンダー」を配付し啓発した。
- ・児童生徒が歯と口や歯みがきに関心を持てるように、児童生徒指導部と協力し本研究テーマのスローガン看板に掲示するイラストの児童生徒に募集したり、集会時に寸劇を用いたりして指導した(写真6, 7)。
- ・新型コロナウイルス感染症予防のために学校が臨時休業になった際には、家庭での歯みがきの一助になればとの思いから、みがき方の歌と動画を作成し、学校ホームページ等で家庭に提供した。



写真6 スローガン看板

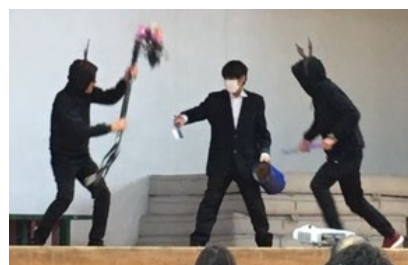


写真7 児童生徒会役員による寸劇

(2) 噛むことを意識させる給食指導等の取組

①給食指導における取組

「かみかみデー」と称して、給食の献立に小魚アーモンドやはちみつだんご、サツマイモチップスなど、噛むことを意識しやすい食材を含んだ日を設定した。その日には担任からよく噛んで食べることを声かけしてもらったり、かみかみデーを示す掲示

物を掲示したりして噛むことを意識させるようにした。

②噛むことに関する教職員研修

作業療法士を講師に招き、教職員対象の食べる・噛む・飲み込む等の摂食に関する研修を行った。食事への指導は日常的に行っているが、作業療法の視点を通すと従来のやり方では不十分なことがわかった。研修後のアンケートには「口の動きには全身運動との関連があること、食事にも対人関係の力が関連することを聞き、摂食の指導は給食指導時のみではなく、運動や対人関係への指導にも力を入れていきたいと思った。」等の感想があり、児童生徒理解や日々の摂食指導において有意義な研修となった。

(3) 地域の関係機関と連携した歯科受診に関する取組

①奈良県心身障害者歯科衛生診療所との連携による取組

保護者アンケートや保健室に寄せられる声から、歯科受診は児童生徒にとっても保護者にとっても大きな課題であると認識しており、支援の必要性を感じていた。そこで本校の児童生徒も多く受診している奈良県心身障害者歯科衛生診療所の歯科衛生士と連携し、受診前の段階から診察への不安を解消する手立てとして、診察手順を示した診察手順表の作成に着手した。手順表は本人の特性に合わせて選べるように複数の形式で作成した(写真8, 9)。

また、歯科衛生士の要望を受け、治療を担当する歯科医師や歯科衛生士により多くの児童生徒の情報を提供できるよう、学級担任が当該児の好みやパニックへの対応の仕方、待ち時間に対する反応などを記入するシートを作成した。これらはまだ試行段階であり、今後改良しながら活用していきたい。

はいしゃさんへいこう!	
①	エレベーターにのります
②	2かいしております
③	しかしんりょうしょにはいります
④	くつからスリッパにはきかえます
⑤	うけつけをします
⑥	よばれるまでまちます
⑦	いすにすわります
⑧	エプロンをつけます
⑨	いすがたおれます
⑩	「あー」のくちをします
⑪	「いー」の口をします
⑫	うがいをします

写真8 診察手順表(一覧表型)



写真9 診察手順表(カード型)

②学校歯科医との連携による取組

歯科医院へ行くことに対する不安や抵抗感を感じる児童生徒は多い。受診時のイメージを持たせて歯科受診への不安を軽減させることを目標に、本校学校歯科医の協力を得て、小学部の児童を対象に歯科医院の見学を行った(写真10)。診察室を案内してもらい、治療に使用する器具の説明を聞いたり実際の音を聞かせ

でもらったりした。音過敏のある児童も自分から器具に手を差し出すなど興味を持つ様子が見られ、受診や歯科医院に対するイメージを持つことができた。今後も対象を変えて継続し、歯科受診に対する不安を取り除く一つの取組としていきたい。



写真 10 歯科医院見学

③ 歯科衛生士による保護者・教職員研修

障害者の歯科治療に詳しい歯科衛生士を講師に招き、保護者と教職員を対象に研修を行った。障害を考慮した歯科治療の様子や感覚過敏に対応した歯みがきの工夫などの新しい知識を得ることができた。また、口腔ケアに慣れているかどうかを歯科受診の際にも影響することを知り、日々の家庭・学校での継続的なケアの重要性を再認識した。

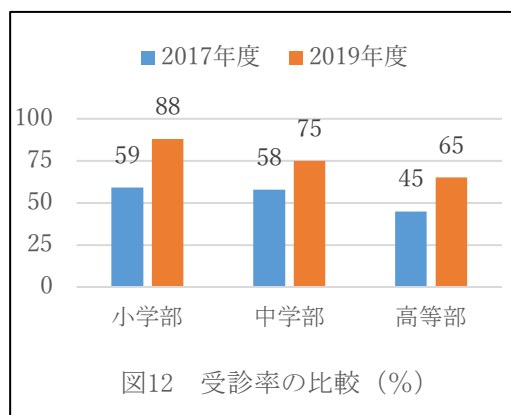
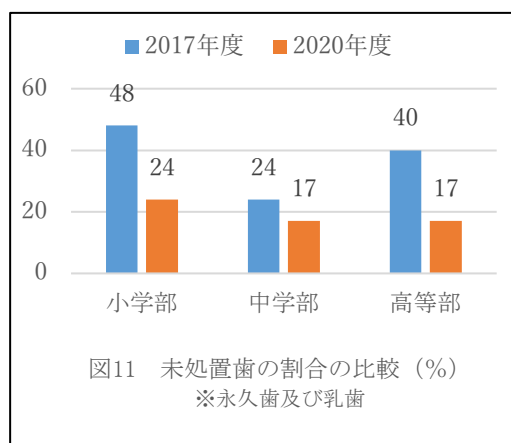
3. 成果と課題

今回、推進事業として学校全体で取り組んだことで、児童生徒、教職員、保護者それぞれに歯と口の健康に対する関心が高まり、歯みがきに対する意欲や食習慣、歯科受診に対する認識に変化をもたらすことができた。

2年間の取組の成果として、未処置歯の割合は取組前（2017年度）と比較して取組2年目（2020年度）の方が減少した（図11）。また、受診率は取組前（2017年度）と比較して取組1年目（2019年度）の方が上昇した（図12）。

今年度、新型コロナウイルス感染症の飛沫感染予防として、校内での歯みがき指導は中止となり、教職員や保護者からは学校で歯みがきができないことによるデメリットを心配する声が寄せられている。これまでに定着していた習慣やスキルがどのように変化しているかを想定して、歯みがき指導を再開したときの口腔衛生指導の計画や準備をしていきたい。また、視覚的に汚れを理解しやすい染め出し液を使用する指導もできない状況であり、講話指導だけでは学習効果が期待しづらい状況もある。今後は、感染症対策を考慮しながらできる校内での指導の在り方や家庭への支援方法の検討も進めたい。

また、歯・口のけがの防止と安全な環境づくりの取組は、月に1度の校内安全点検とそれによる環境整備、保健室来室者への個別指導という形で行い、大きな事故なく過ごせた。今後はけが予防の方法を示した校内掲示による指導を加え、引き続きけがの防止に努めたい。



健康に意識を向け、主体的に健やかな身体を作ろうとする児童の育成

—学校・家庭・地域が連携し、生涯を通して健康な生活の定着を目指して—

京都府城陽市立古川小学校

10 学級 217 名

1. 研究のねらい及び構成図、研究仮説について

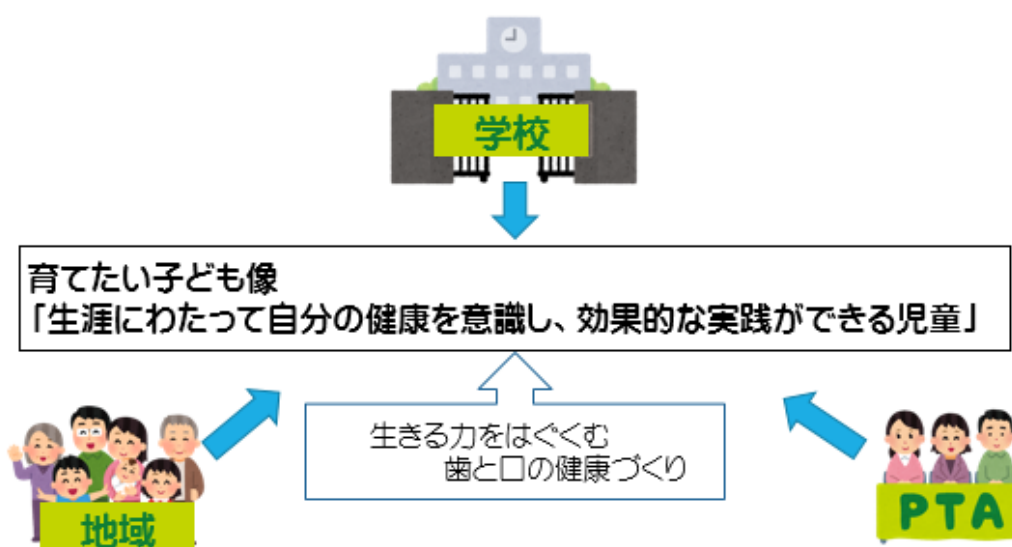
(1) 研究のねらい

本研究に取り組むにあたり、まず児童に歯や口に関するアンケートを実施したところ、「1日3回歯みがきはできている。しかし、しっかりみがけているかはわからない。」という児童が多いことがわかった。つまり食後の歯みがきの習慣はできているものの、歯のみがき方については意識できていないのである。

そこで今研究では「歯と口の健康づくり」をテーマに、主体的・対話的で深い学びを意識して学習や取組を進め、学んだことや体験したことを日々の実践に繋げていけるよう、家庭や地域と連携していこうと考えた。

さらにこの研究は「歯と口の健康づくり」にとどまらず、生涯を通じて健康に過ごし、心も身体も健やかであることの大切さについて考えることを目指している。心身の健康の維持増進のためには何が必要かを考え、自ら実践していくことで健康な生活を定着させたいと考えた。

(2) 構成図



(3) 研究仮説

- ① 歯と口に関する正しい知識を学び、発達段階に応じた歯みがきの方法を考え深めることで、主体的に実践する態度が育つのではないか。
- ② 日常的な取組や環境整備に取り組むことにより、児童の健康への意識を高め、習慣化を図ることができるのではないか。
- ③ 「歯と口の健康づくり」を家庭や地域社会と連携して取り組むことにより、児童の健康づくりへの意識が高まるのではないか。

2. 研究体制と実践した主な取組

(1) 研究体制

【指導部】

- ・ 全体的な研究計画
- ・ 校内研修会の計画・運営
- ・ 連絡協議会、研究会の計画・運営
- ・ 他機関との連絡・調整
- ・ 研究紀要の作成

【授業研究部】

- ・ 授業内容、教材等の検討
- ・ 研究授業、事前授業、事後研等の計画・運営
- ・ 児童集会（学習についての発表）の計画・運営

【環境整備部】

- ・ 委員会活動の取組
- ・ 保健に関する、学校全体の取組
- ・ 地域・家庭との連携

(2) 指導部の主な取組

①連絡協議会の実施

教育委員会、学校医、歯科衛生士、保健師、養護教諭、栄養教諭の方々を招いての連絡協議会を定期的に関き、研究の内容や今後の取組についてご指導いただいた。

②第1年次研究会の開催

令和元年12月17日に、研究1年目の活動について報告する第1年次研究会を開催した。学校関係者及び保護者約60名に参加していただき、学校歯科医である丸橋先生の講演も実施した。



(3) 授業研究部の主な取組

①研究授業の実施

各学年、年に1回ずつ研究授業を実施し、それぞれの学年の発達段階に合わせた指導内容や授業展開について研究を重ねた。その中で古川小学校独自の「歯と口の健康づくり年間指導計画」を作り上げた。



令和2年度は新型コロナウイルスの流行に伴い、新しい生活様式の中でもできる授業の在り方について研究を深めた。

②児童集会の実施

3～6年生は授業で学習したことを生かして、児童集会で劇やクイズにして発表した。



(4) 環境整備部の主な活動

①あいうべ体操

週 2 回午前 8 時 30 分から「古川小学校オリジナルソング」に合わせて、全校児童あいうべ体操を実施した。



②ふるかわはみがきスタンダード

正しい方法でみがき残しがないようにするために、歯みがきのみがき順を決め、みがくときのポイントを載せたリーフレットを作成し、下敷きにして全校児童に配布した。

③委員会活動

ア 保健委員会－歯みがき・ハブラシチェック（毎月 8 日）

「あいうべ体操」古川小オリジナルソングの作成、動画作り

イ 給食委員会－給食の「かみかみメニュー」の日に、咀嚼効果について放送

ウ 図書委員会－「歯と口の健康」に関する本の読み聞かせ

エ 体育委員会－「あいうべ体操」についての紹介

オ 児童会本部－入学予定の児童に向けて「歯みがき」の紙芝居の読み聞かせ

④歯みがきチェック

各クラス、班ごとに朝・昼・夜の歯みがきができたかどうか確認し合い、欠かさずできた児童には賞状を渡した。(年に 2 回) 長期休みにもチェック表を配布し、家庭でも歯みがきの習慣が継続できるようにした。

⑤歯垢チェック

カラーテスターを配布し、歯みがきがしっかりできているか振り返らせた。家庭で実施することで保護者と一緒にみがき残しを確認し、仕上げみがきに生かせるようにした。

⑥噛むカムクッキング教室

P T A 文化保体部主催の「噛むカムクッキング教室」を実施した。栄養教諭を講師に迎え、保護者向けの「歯と口の健康」のための料理教室を開催した。カルシウムが多く含まれた食材を使ったレシピや、噛む回数が増えるような食材の切り方を教えていただいた。



⑦親子歯みがき教室

1 年生とその保護者を対象に、学校歯科医、歯科衛生士の方々による「親子歯みがき教室」を実施し、第一大臼歯の大切さについて教わった。



⑧古川まつり「歯と口のコーナー」

児童会と P T A 共催の「古川まつり」の中で「歯と口のコーナー」を開設し、学校歯科医と京都歯科医療技術専門学校の先生方に協力のもと、個別の歯みがき指導や自分の口の中の細菌を顕微鏡で見る体験ができるコーナーをつくった。



⑨職員研修

夏休みに学校歯科医による教職員向けの研修を開き、「歯と口の健康」に関する知識を深めた。

⑩「わっはっは通信」の発行

保健だよりの中で、「歯と口の健康」についての学習の様子や取組について紹介した。



⑪環境整備について

手洗い場にミラーシールを貼ったり、歯と口に関する掲示物を充実させたりした。「ふるかわはみがきスタンダード」も掲示して、見ながら歯みがきができるようにした。また、授業にも生かせるように、スタンド付きの手鏡や小さな歯の模型も購入した。

3. 成果と課題

(1) 成果

始めは手探りの状態から、2年間を見通して研究することを大切に計画を立て、取り組んできた。そんな中、「やるからには児童に、家庭に、そして教職員に価値あるものにしよう」と全職員で意欲的に取り組めたことは大変意義深い。また学校の取組だけでなく家庭と連携することで、学校、家庭が一緒になって取り組めたこと、関係機関や地域の協力が得られたことも大きな成果である。

ところが、令和2年度は新型コロナウイルスの流行による新しい生活様式の中で「歯と口」に関する研究を進めていくことは本当に大変で、研究計画は大きく変更せざるを得なくなった。しかしそんな中でも、コロナ禍であってもできることはあるだろうと、全職員で知恵を出し合い、今年だからこそできる研究を進めることができた。「歯と口」だけでなく研究主題にもあるように「生涯を通しての健康」について改めて考えることができた。

またこの研究を始める前に比べ、学校全体で歯の保有率が減ってきているおり、また病院への受診率も着実に高くなっている。児童だけでなく保護者も含めて歯に関心が持たれていることは大きな成果になっている。

(2) 課題

授業として取り組む時間は限られており、継続して児童に意識づけさせることがなかなかできなかった。日常生活の一部になっている「歯と口の健康づくり」という利点をいかして、今後さらに児童の意識づけを行うことが必要である。

『今日も魅せよう！ワッ歯ッ歯』 ～健康な歯と口をめざして～

大阪府藤井寺市立藤井寺小学校

30学級 686名

1. 研究の目標やねらい

本校の歯科保健目標である「健康診断や保健指導を通じて、歯と口の健康の大切さを理解し、児童自らが健康な生活を送ることができるようにする」を実現するため、校長・教頭、首席、保健主事、養護教諭、健康教育部長からなる「歯と口の健康づくり推進プロジェクトチーム」を作り、研究をすすめていくこととした。研究テーマ『今日も魅せよう！ワッ歯ッ歯』～健康な歯と口をめざして～は、ゲストティーチャーとして保健指導を実施した近隣大学の学生が考えたプロジェクトテーマである。

2. 令和元年度に実施した主な活動

<1>学級での保健指導

① ブラッシング教室

藤井寺市学校歯科医会・歯科衛生士会の協力により、藤井寺市立の全小学校で以前より毎年実施。本校では第3学年で実施している。

- ・位相差顕微鏡で歯垢を見せる
- ・染色をして磨き残しを確認
- ・ブラッシング指導
- ・おやつの注意点



② 全国小学生歯みがき大会

第6学年が参加。むし歯だけでなく、歯肉炎についても詳しく学ぶことができた。大会参加後の児童の感想では、「デンタルフロスの使い方について「初めて知った」「家でも使ってみたい」との感想が多く寄せられた。



③ 四天王寺大学との連携による授業

養護教諭を目指している大学生をゲストティーチャーに招いて、全学年で授業を計画した。グループでの話し合いを多く取り入れ、班の仲間の意見を聞いたり、ブラッシングやするめをかむ体験を通して、自ら考え行動できることをねらいとした保健教育を実施することができた。

- 第1学年 「はのはかせになろう！」
- 第2学年 「大切な“は”をまもろう」
- 第3学年 「おやつの食べ方を考えよう」
- 第4学年 「かみ合わせについて」→未実施
- 第5学年 「8020について」
- 第6学年 「かむかむ習慣を取り入れよう」



< 2 >食に関する指導

藤井寺市の栄養教諭の協力により、全学年で食育を実施した。

- 第1学年 給食センター見学 食べること・かむことの大切さ
- 第2学年 バランス良く食べよう
- 第3学年 地域でとれる食べ物 暮らしと食べ物
- 第4学年 給食で出るごみを減らそう 栄養素の話
- 第5学年 一日のスタートは朝食から
- 第6学年 健康な食生活について



< 3 >学習活動と歯科保健

① 図書館教育

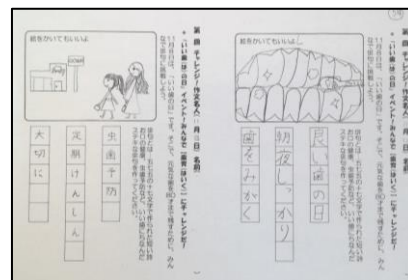
図書の時間のスタート時に本の読み聞かせをしている。

“歯と口の健康週間”や、“いい歯の日”に合わせて、歯に関する本の読み聞かせを実施した。また、図書室内に歯に関する本のコーナーを設け、関心を持てるように工夫した。



② チャレンジ作文（いい歯の日）

朝の作文タイムの時間を全学年で設けている。11月のチャレンジ作文では、第1学年～第3学年は「い」「い」「は」「の」「ひ」を頭文字にした文作り、第4学年～第6学年は「歯（は）いく」と題し歯に関する俳句作りに取り組んだ。



< 4 >児童委員会活動

保健委員会では、長期休業中も規則正しい生活を続け、歯みがきを毎日ていねいに行う習慣を身につけるため、夏休み・冬休みの歯みがきカレンダー作りに取り組んだ。保健委員会の児童がデザインした歯みがきカレンダーを低・中・高学年用の3種類完成させ、全校集会で呼びかけた。提出された歯みがきカレンダーは、委員会の児童が点検し、表彰状をつけて各クラスに手渡しに行った。

歯みがきカレンダーに添えた“おうちの人からのひとこと”の欄には、「歯みがきカレンダーのおかげでいつもよりていねいにみがいていた。」「毎日楽しんでみがくことができた。」というコメントが多く寄せられた。このことは委員会の児童にとって大きな励みになり、達成感を得ることができた。



< 5 > 掲示物・保健だより

児童や保護者が多く通行する職員室前廊下の掲示板に、「生きる力をはぐくむ歯と口の健康づくり推進事業コーナー」を設け、写真等で取り組み内容の紹介をしている。掲示物の内容に興味を示している児童の姿をよく見かける。

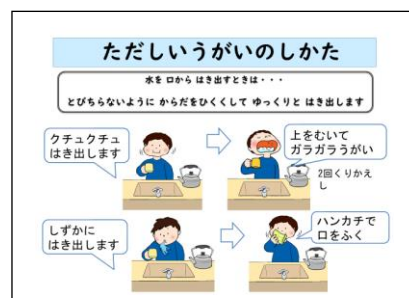
保健だよりでは、随所に歯と口の健康に関する情報を掲載した。11月号では生活習慣アンケートの結果から、よくかんで食べていないと答えた児童が70%にのぼっていたことを紹介し、かむことの大切さについて知らせた。新型コロナウイルス感染症で臨時休業中だった3月には、「だらだら食べるに注意」をテーマに、規則正しい生活を促した。



3. 令和二年度に実施した主な活動

< 1 > 感染症対策としての手洗い・うがいの指導

今年度4～5月の臨時休業後、学校再開にあたり、新型コロナウイルス感染症の予防について学級指導を実施した。手洗い場を使う際の注意点や、飛沫の飛びにくいうがいの方法などを指導した。



< 2 > 夏休みの歯みがきカレンダー

児童保健委員会の活動は、7月から少しずつ再開している。夏休みの歯みがきカレンダーは、今年度も作成することができた。ビデオ会議システムを使ったオンライン朝会で発表した。



< 3 > 第57回大阪府<歯の保健>図画・ポスターコンクールの参加

第1・2学年が図画工作の授業で取り組んだ。本校から11名が入選となった。



4. 生活習慣アンケート結果より

日本学校歯科医会による児童対象の生活習慣に関するアンケートは、1年目は全学年、2年目は第2・4・6学年で実施した。実施時期は両年とも9月で、家庭に持ち帰って回答した。提出率は1年目96.1%、2年目98.6%であった。

アンケートの中の歯に関する項目では、「朝ごはんの後歯みがきをしますか」「寝る前に歯みがきをしますか」の質問に対し“はい”と回答した児童の割合が第2学年と第4学年では増加したが、一方で第6学年は減少していた。



本校マスコットキャラクター
「ふじのん」

	2年生(平成31年度入学)		元年度 推進校 平均	4年生(平成29年度入学)		元年度 推進校 平均	6年生(平成27年度入学)		元年度 推進校 平均
	元年度 (1年生時)	2年度 (2年生時)		元年度 (3年生時)	2年度 (4年生時)		元年度 (5年生時)	2年度 (6年生時)	
	朝食後	65.6%	69.2%	74.9%	69.0%	77.2%	76.0%	78.9%	76.6%
就寝前	90.0%	95.6%	84.0%	84.5%	86.8%	84.9%	91.0%	86.5%	83.2%

5. 成果と課題

2年間の取り組みを始めるにあたり、「歯と口の健康づくり推進プロジェクトチーム」を立ち上げ、教職員・保護者・学校歯科医・近隣の大学・地域の方々と連携して取り組みをすすめることができたことは、大きな成果である。また、生活習慣アンケートの結果から、よくかんで食べていると答えた児童の割合が低かったことから、よくかんで食べることの大切さの指導を行うなど、児童の実態に応じた取り組みができたことも効果的であったと考える。そして、夏休み・冬休みの歯みがきカレンダーの取り組みでは、児童・保護者の関心が高く、提出率が9割を超えており、保護者からのひとことでは、歯みがき習慣の定着や丁寧なブラッシングに効果があったとの声が多く寄せられた。

1年目の取り組みの効果を検証し、2年目の計画を進めていた令和2年2月末、新型コロナウイルス感染症による長い臨時休業期間に入ってしまった。このため、実施できなかった取り組みがあったことは非常に残念である。

しかし、新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインや新しい生活様式に基づいて、できる取り組みを検討し、工夫して教育活動を展開してきた。今後も、歯と口の健康への意識を高め、より良い生活習慣づくりをめざした取り組みを継続していきたい。

進んで歯と口の健康を守る児童の育成

大阪市立鯉江東小学校

16学級466名

1. 研究主題

「歯と口のはたらきを知り、進んで健康な歯を守ろう」
～児童が主体的に歯と口の健康を守る取組について～

2. 実施した主な活動

(1) 歯と口の健康を守る子どもを育成する授業の取組

- ・ 1年「はみがきのうたをつくろう」・ 2年「かみかみ弁当をつくろう」
- ・ 3年「よくかんで食べよう」・ 4年「歯と口の健康について楽しく学ぼう」
- ・ 5年「歯と口の健康についてわかりやすく発表しよう」
- ・ 6年「歯と口の健康についてリーフレットを作ろう」

(2) 授業の実際

① 3年生「よくかんで食べよう」

ア. 単元名 「よくかんで食べよう」

イ. 指導計画

内容	教科・領域	時間数
健康な生活（かけがえのない健康）	体育（保健）	1
健康な生活（1日の生活のしかた） よくかんで食べることのよさ	体育（保健）	1
かむかむ作戦を考えよう	学級活動	1
かむかむ作戦を振り返ろう	学級活動	1
かむかむ標語を考えよう	学級活動	1

ウ. 指導のねらい

保健学習で自分の経験や生活の振り返りを通して、健康とはどんなことか、何の関係しているかを考えさせ、健康の大切さを理解できるようにする。そして、健康のためには、よくかんで食べることを知らせ、よくかんで食べるようにしたいという意欲を高められるようにする。

エ. 指導を終えて

学習したことをまとめた標語を全校に知らせる手段として、壁面掲示をおこなうと、児童は、自分の成果物が貼りだされた喜びとともに、かむことの効果を再認識できた様子であった。



② 1年生「はみがきのうたをつくろう」

ア. 単元名 「けんこうな からだ」

イ. 指導計画

内容	教科・領域	時間数
栄養指導「おなかのこびと」	学級活動	1

「ごちそうパクパク」	図工	5
保健に関する指導「正しい歯みがきの方法を知ろう」	学級活動	1(養護教諭)
「はみがきのうた」をつくろう	音楽	2

ウ. 指導のねらい

指導にあたっては、バランスよく食べることの大切さについて考えさせ、図工で食べるイメージを作る活動へとつなげる。また、養護教諭による、歯みがきについての保健に関する学習や意欲をもって歯みがきが続けられるように、国語科や音楽科で歯みがきの歌を作りすることで、本単元で学習したことや正しい歯みがきが、生涯にわたって身につく力になるように楽しみながら学習を進めていきたい。

エ. 指導を終えて

自分たちで作った「はみがきのうた」を歌いながら家庭での歯みがきに取り組んでいる子どももいる。一時的なものにならないように、家庭へも協力を働きかけ、継続的な取組を進めていきたい。

①6年生「よくかんで食べよう」

ア. 単元名 「歯と口から健康を広げよう」

イ. 指導計画

内容	教科・領域	時間数
歯・口の健康教室	保健	1
生活習慣から歯と口の健康を考えよう	体育(保健)	2
歯と口から健康を広げようリーフレットづくり	学活	3

ウ. 指導のねらい

むし歯や歯周病を予防するためには歯みがきが大切なことを理解したうえで、児童は自身の歯を舌で確認して、歯がツルツルしているか、きちんとみがけているか確認する。歯みがきで実際に口内環境が改善された事例からその重要性を学び、そこから歯や口、体の健康へどのように影響しているか考えさせる。

エ. 指導を終えて

本単元を通して、歯と口の健康への理解を深めることや自分の歯を自分で守る意識をもつことができた。また、歯と口の健康が全身へつながることも学習の中での気づき、歯や口を守ることで生活習慣病にかかりにくくなるという意識をもてた。

3. 成果と課題

この題材の授業研究は、教職員全員が初めての取組であり、当初の研究活動推進には苦慮した。しかし、学校歯科医や大阪市教育委員会の助言をいただきながら歯と口の健康を守ることを児童に感じ取らせることをねらいとした研究活動に取り組み、児童の健康への意識が変わってきた。2年間の取組で、1年目に実践した内容を2年目に実践・検証することができなかったことは大きな課題であった。特に、児童を中心においた研究活動は取り組んでいたが、保護者へ啓発を図るための本校PTAと連携した取組ができなかったことである。

生涯を通してたくましく生きる児童の育成 ～「歯を大切に」から始める歯・口の健康づくりを通して～

兵庫県加古川市立志方小学校

8学級 190人

1. 研究の目標とねらい

本校では、学校教育目標の具現化をめざし、「はやね はやおき あさごはん」を核とした基本的生活習慣を身に着け、健康的な生活が送れる児童の育成を目指している。しかし、定期健康診断の結果によると、歯科保健の状態は年度によって変動はあるものの、市内や全国に比べ歯の未処置率が高く、生活習慣や家庭環境もその要因の一つとして考えられる。

これらの課題解決のためには、児童や保護者に対する「歯を大切にしよう」という意識づけや、望ましい生活習慣の形成が必要となる。体育部会を中心に、歯科保健年間計画の充実を図り、歯・口の健康づくりを通して、自分の健康について気づき、考え、それを生活に活かすことのできる児童を育成することが重要である。

【歯科保健で目指す子どもの姿】

- ・自分の歯や歯肉の様子をじっくり見つめ、良いところや課題を発見できる子
- ・みがき残しのない歯みがきが、日常生活で実践できる子
- ・歯や歯肉の健康づくり、かむことを通して、自分のからだに興味を持ち健康づくりに意欲を持つ子

2. 実施した主な活動

(1) むし歯や歯周病の予防方法の理解と実践

①給食後の歯みがきタイム

年間を通して、給食終了後に歯みがきタイムを設け、兵庫県歯科医師会が監修した歯みがきソング「歯っぴいでん太」の歌に合わせて歯みがきを行っている。このことは、保育園や幼稚園から続いている昼の歯みがき習慣を小学校でも継続して行え、生活習慣を確立するための機会となっている。

②個別の歯科保健指導の実施

歯科健診の結果、歯垢や歯肉に課題のある児童が多く見られた。改善のためには個に応じた指導が必要であると感じ、個別指導を行った。

歯や歯肉の状態を撮った写真を確認した後、自分の歯に合ったみがき方について考え実施した。その後1週間の歯みがきカレンダーをつけ、1週間後に変化を確認した。自分に合った歯みがきで歯肉の状態が変化することを確認できた。

③「全国小学生歯みがき大会」への参加

デンタルフロスを初めて使用した児童もあり、歯ぐきをじっくりと観察できるよい機会となった。その後も、定期的に歯みがきカレンダーを使って歯みがきの習慣化を図った。



④学校歯科医・歯科衛生士によるブラッシング指導

混合歯列期にあたる3年生に対し、歯科校医・歯科衛生士による染めだしとブラッシング指導を行った。自分ではきちんと磨けていると思っていたが、染めだしをして磨けていないことがわかり、児童にとっては衝撃だった。指導後、給食後の歯みがきを丁寧にしている様子が見られた。



⑤教科と関連付けた指導

1年生の国語科教材「はがぬけたらどうするの」では、事前に養護教諭より歯の生え変わりに関する指導を行い学習した。自分たちの状況と合っているため、強く関心を持つことができた。また、抜けた乳歯をどのようにしているか伝統を知ること、健やかに育てて欲しいという願いが込められていることを感じる事ができた。

体育科保健領域「病気の予防」ではお菓子の取り方や歯みがきなどを考え、生涯を通して健康な体づくりのために必要なことを考えることができた。

11. 抜けた歯(乳歯)はどうされていますか？

- 底に捨てる
 - ・ 上の歯は土に埋め、下の歯は屋根の上へ
 - ・ 上の歯は下に投げる、下の歯は上に投げる
- 保管
 - ・ 桐箱に入れている
 - ・ 入れ物に入れている

※保護者アンケートより

⑥関連図書紹介のコーナーを設置

歯や口の健康に関する図書の充実を図り、図書室に特別コーナーを設けた。読書を通して、常日頃から歯の健康に興味関心を持たせることで、児童の主体性を育む活動を推進した。



⑦保健室からの啓発

ほけんだよりの発行や掲示物を通して定期的に歯科に関する情報を発信した。養護教諭による指導後は、保健室前に資料を掲示し一時的な指導とならないようにした。



(2) 学校生活における歯・口のけがの防止と安全な環境づくり

①学校保健委員会

歯や口を含め、顔面のけがが多かったため、学校歯科医に「歯・くちのけが」について講演していただき、ケガの防止や負傷した際の対応について教えていただいた。教師・保護者の意識を高めることができた。

②歯牙保存液の設置



学校保健委員会で紹介していただいた歯牙保存液について、職員間でも重要性が共有でき、配置場所を増やして準備した。児童にもケガの予防や、歯牙保存液の利用などけがをした場合の対処方法について指導した。

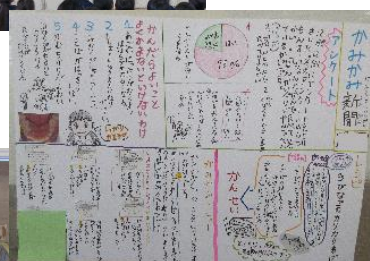
③遊具点検・校内安全点検

月1回、職員による安全点検を行い、歯・口のケガだけではなく児童が安全に過ごせる環境づくりに努めた。

(3) 食べる機能や食べ方の発達支援を通じての実践的な歯・口の健康づくり

①児童健康委員会の活動

集会での発表や給食時間での放送、「かみかみ新聞」の発行を通して、しっかり噛んで食べることの大切さについて全校生に働きかけた。月2回の衛生しらべでは、歯みがきや朝食の摂取状況について調べ、呼びかけを行った。発表や新聞を作成したことは、自身の健康について振り返る機会となった。



②給食センターとの連携

加古川市では、よく噛んで食べてもらうことを意識してもらうために「かみかみメニュー」が提供されている。また、6月には「歯と口の衛生週間」、11月には「いい歯の日」にあわせた献立を提供している。



献立や食材にちなんだクイズ「食べ物あのね」が届くので、児童が放送で伝えている。

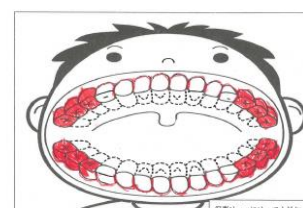
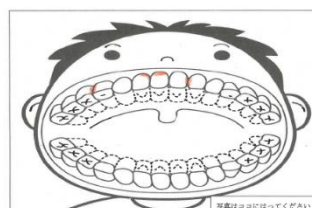
給食時に栄養教諭から食やかむことについてなど、指導を行っている。



(4) 地域との連携

①おうちで歯みがきチェック

長期休業期間中、歯みがきカレンダーや歯垢染め出し材を配布し、家庭で歯みがきの仕方を見直す機会とした。



「いちろかい、歯みがきをしましょう。」「歯みがきをしたところ、いろいろぬりましょう。ぬり終わったら、そらやうみにちいろぬって、仕上げましょう。」



気が付くこと、歯みがきの工夫など考えたことを書きましょう。

赤が少なかったから、これから右歯
歯にならないうつに気をつけた
いんです。
これからもちゃんとして歯みがき
をすればいい。

あうちの方からも感想を聞きます。

最近、夜も歯ブラシの後、歯ブラシをからがて
歯もたたく意識も高くしているようです。
歯の検視中特に赤く染まっているので、毎日鏡で歯の磨きか
ないかチェックしてね。

気が付くこと、歯みがきの工夫など考えたことを書きましょう。

歯みがきかけけていると見えていたところが
みがけてなくなるといえば歯がもろくは
みがけてないので、次からは意識を
見て歯をこすように思っています。

子どもの方からも感想を聞きます。

歯垢を染め出す時に、おどろきました。仕上げの磨きか
すのは、歯垢が赤いので、歯垢もよく洗いたく、仕上げの磨きか
すには、歯垢を染め出すのと一緒です。

②就学時健診



以前は紙面で健診の結果をお知らせするのみであったが、健診時に保護者に付き添っていただき、学校歯科医から直接受診勧奨や健康相談をしていただくことができた。

③トライやるウィークの中学生による紙芝居

歯と口の衛生週間の期間に合わせて、ペープサート劇をしている。大好きな中学生の話を毎年一生懸命聞いている姿が見られ、歯科に興味を持ってもらう機会の一つになっている。今年度はコロナ対策のため中学生との交流ができず、健康委員会の児童が取り組んだ。



④近隣校の養護教諭との連携

近隣の小学校養護教諭で歯科に関する指導教材を作成し、保健指導を行った。教材作成の際にアンケートを実施した。結果を比較したり、地域の実態を共有したりすることで、地域や本校の状況がよくわかり、指導に役立てることができた。

3. 成果と課題

2年間を通して、「歯・口の健康づくり」に取り組むために、まずは歯科保健年間計画において教材を充実させて取り組んだ。また、歯科校医・歯科衛生士を積極的に招聘したことで、正しい知識を得、理解が深まり、全職員の意識が高まった。

指導を通して、自分の口の中の様子を観察することや、生活を振り返ることで、自分の歯・口の健康課題に気づくことができた。歯や口のことについて話をする児童も増え、自分の生活に活かそうとしている様子が見られるようになった。また、歯や口、顔面の外傷による受診件数が減少した。外観上変化がなくても、骨折などがあるという意識を持てたため、受診へもスムーズにつなげることができるようになった。これらは、指導や安全点検の成果である。

歯科健診の結果、DMF Tは上昇したが、罹患者数は減少した。また、健診後の受診率が上昇した。これらのことから、少しずつであるが、児童・家庭の意識の変化を感じる。一方で保護者の意識の差もあり歯科受診が進まず、多数のう歯を抱えている児童がいる。

歯・口の健康を含め、生活習慣の確立には、家庭との共働が欠かせない。関心が低い家庭への働きかけをどのようにしていくか。また、取り組みをした直後の意識を低下させず、持続させることも必要である。そのためには、6年間の学習内容を系統立て、児童が自ら気づき、活かすことができるような指導をなお一層工夫していく必要がある。今後も、定期的に様々な視点から働きかけ、家庭や地域などと連携をしながら根気よく働きかけを続けたい。

「未来に向かって歯と口の健康づくりに自ら取り組む子を育てる」

一人一人が力を伸ばし、仲間とともに学び合う学習指導をめざして

～子供同士が聴き合い、つながり合う授業の工夫～

神戸市立小寺小学校

14学級409名

1. 主題設定の理由

本校の児童は、素直で、与えられた課題に対して一生懸命取り組もうとする子が多いが、一方で、自らすすんで行動したり、自信をもって思いを表現したりすることに苦手意識をもつ子もいる。また、友達とのコミュニケーションがうまくとれないときもある。そこで朝の読書活動等を通して語彙力を増やし心情を読み取る力を伸ばしてきた。しかし形式にとらわれすぎて自由に自分の思いを伝えることを苦手とする子もいるため、身近で話題にしやすく誰もが取り組める「歯と口の健康づくり」を通して、子供たち同士の話し合い活動を中心にコミュニケーション力を育てたいと考え、本主題を設定した。

健康教育の面からも基本的な生活習慣が身に付いている児童が多いため口腔衛生については、全日本歯科保健優良校の奨励賞に選出されたように、う歯の数は少ない。これは家庭の力によるものが大きいと思われる。しかし、かみ合わせや、将来への歯周病予防については課題も残る。そこで望ましい生活習慣をこれからも維持し、将来に渡って健康に過ごすために、自らの健康について主体的に考え、表現し、実践できる力を養っていきたい。

2. 研修の方針

どの教科においても、子供たちの学力を高める上で、学び合い活動の中の、コミュニケーション能力を養っていくことはたいへん重要である。様々な課題を解決するために、次のような学習の場を設定。

○相手の思いや気持ちに共感し、相手の考えを読み取る学習の場

○言葉だけではなく絵や身振り手振りなどを使って相手に分かりやすく自分の考えを伝え合う学習の場

このような学習の場をもとに、安心して活動できる雰囲気がある学習集団づくりを目指している。授業の中では、「つながり合う」場面を多く取り入れ、子供同士が聴き合い、つながり合う授業の工夫をすすめてきた。

3. 実施した主な活動

《外部人材の活用》

①ブラッシング指導（1・3・5年生）

兵庫県歯科医師会附属兵庫歯科衛生士学院の学生によるブラッシング指導を受けた。前半のペーパーサートではクイズもあり、児童は笑顔で参加していた。後半のブラッシング指導では、真剣な表情で話を聞き、教わったポイントに気を付けながら歯磨きをすることができた。令和2年度は、歯磨き実習を家庭で行った。



②全国小学生歯みがき大会（4年生）

公益財団法人ライオン歯科衛生研究所による「全国小学生歯みがき大会」に参加した。DVDを見ながらワークを使用して、歯肉炎の予防など、歯と口の健康について学んだ。その後、歯ブラシを使用した歯の磨き方、デンタルフロスを使用した歯間清掃の方法を学んだ。令和2年度は、歯磨き実習を家庭で行った。



③神戸市歯科医師会による神戸市学校園歯・口の保健指導事業（2年生）

歯科衛生士によるブラッシング指導の他に、歯ブラシの選び方、おやつや飲み物の摂り方などを分かりやすく教えてもらった。学校歯科医への質問タイムでは、歯と口について日頃から疑問に思っていることを直接歯科医に聞くことができる機会とあって、たくさんの手が挙がった。



④職員研修

歯科医師を講師として招き、教員のさまざまな疑問に答えてもらった。また、教員が歯垢染色剤による染め出しを体験した。

《家庭への啓発》

ほけんだより「歯と口の健康号」発行

6月に、「歯と口の健康週間」での取組を家庭に伝えることを目的とした、ほけんだより「歯と口の健康号」を発行した。12月には、「歯と口の健康号②」を発行し、学校保健委員会での取組や、神戸市歯科医師会による神戸市学校園歯・口の保健指導事業の様子を伝えた。また、歯科医師や歯科衛生士から聞いた、歯と口の健康を守るために家庭で注意すべきことも掲載した。その他、毎月発行のほけんだよりの中で、「こでら歯っぴーニュース」コーナーを設け、全日本学校歯科保健兵庫県学校歯科保健優良校表彰「奨励賞」、兵庫県学校歯科保健優良校表彰「優秀校」受賞などを伝えた。



《児童委員会活動》

- ・給食委員会：歯と口の健康によい献立について調べ、ポスターを作って掲示した。
- ・放送委員会：全校集会で、歯に関する絵本「はははの話」の読み聞かせを行った。



《学校行事》

学校保健委員会

令和元年

- テーマ「歯と口を大切にしよう
～毎日みがいて歯っぴースマイル～」

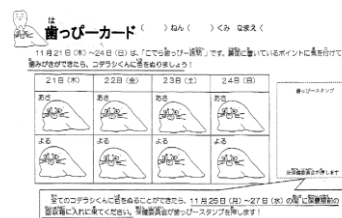
○内容

2学期に行ったアンケートの結果、朝の歯磨きをしていない児童が約5人に1人いることが分かった。児童保健委員会による劇で、毎日の丁寧な歯みがきが将来に渡り健康な歯と口を保つために大切なことだと伝えた。その後の学校歯科医の講話で、歯みがきの大切さについてより深く考えることができた。



○事後の活動

学校保健委員会後の1週間を「こでら歯っぴー週間（歯磨き週間）」として、丁寧な歯磨きの定着を目指した。



令和2年

- テーマ「みんなで病気を予防しよう！」

○内容

- ①児童保健委員会による、感染症予防（手洗い、咳エチケット、ソーシャルディスタンスなど）についての発表
- ②学校歯科医による、歯と口を衛生的に保つことが感染症予防につながるという講話
- ③校長による、歯と口の健康についての講話



以上を映像にまとめ、新型コロナウイルス感染症による臨時休校後の6月末に、学校保健委員会週間として各学級で映像を視聴した。感染症予防と関連付けながら、歯と口の健康が、全身の健康につながっているということを学ぶことができた。

《各学年の取り組み》

低学年グループ

生え変わる「歯」

生えたばかりの永久歯と、生えてから数年経過した永久歯をイメージした2種類の模型を作成し、歯の大切さや歯の磨き方について指導した。



「はのひみつ」たんけんたい

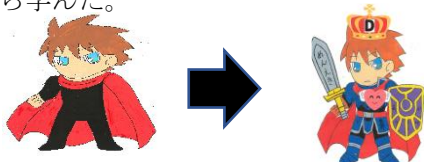
歯の形の違いに気付き、正しい歯の磨き方が分かるように指導した。汚れをつけた模型を使用し、児童がブラッシングを体験した。



中学年グループ

めざせ！最口戦歯（さいこうせんし）

呼吸方法（鼻呼吸）を中心に、歯と口の健康づくりについて指導した。最口戦歯というキャラクターと共に、授業毎にアイテムを揃えていくという形式で進め、児童は楽しみながら学んだ。



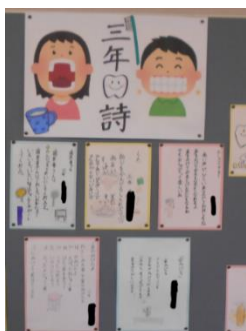
授業で学んだ「あいうべ体操」をその後も継続して行った。



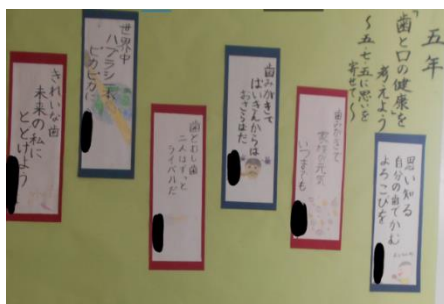
高学年グループ

学級討論会、ディベート的話合い

国語科の授業で、歯と口の健康を題材として扱った。ディベートのテーマを「歯磨きに歯磨き粉は必要か必要でないか」「歯や口の健康のために大切なのは、食生活および生活習慣か清潔な口腔環境か」などとし、児童は調べ学習を行った上で、互いの意見を交流させた。



3年生 歯の詩



5年生 「歯と口の健康」を考えよう川柳



6年生 歯と口の健康新聞

3. 成果と課題

学校行事や授業、委員会活動などを通して、児童の歯と口の健康に対する意識を高めることができ、丁寧な歯磨きやあいうべ体操など、歯と口の健康づくりを児童が積極的に行うようになった。令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で、計画通りに活動することが難しかった。しかし、世界中の人々が健康について真剣に考えたこの1年間で、「自分の行動が、自分や周りの人の健康に影響を及ぼす」ことを子供たちも身近な問題として考え、実践（手洗い、咳エチケットなど）してきた。そして、感染予防行動の一つとして、歯と口を衛生的に保つことの大切さにも気付くことができた。

特に年度当初は、新型コロナウイルス感染症に関する情報が錯綜し、不安を強く感じた児童もいた。また、感染症に限らず、健康に関する情報は溢れている。これからも、子供たちが将来に渡って積極的に健康づくりを続けていけるよう、さまざまな機会を捉えた指導を継続すると共に、正しく情報を読み取る力を育てていこうと考えている。