

地域関係機関と連携し幼・小・中で取り組む保健活動 ～歯・口の健康づくりを通じて～

滋賀県 竜王町学校園保健委員会

中心校 竜王町立竜王中学校 13学級 378名

1. はじめに

本町は、滋賀県東部に位置し、二つの山なみを背景とした沃野にはぐくまれた史実に残る古い歴史に恵まれた人口約 13,500 人の町である。近年、大規模な住宅開発と工場の誘致により、新旧が入り混じった地域へと変容した。しかし、医療機関には恵まれず、特に歯科は町外に頼る時代が長く続いた。かつて竜王の子ども達の健康課題は、肥満とう歯保有者率の高さであった。

そこで町ぐるみで健康教育推進の必要性を感じ、町内の養護教諭部会が中心となり、町学校園保健委員会設立に動いた。その後今日まで、町学校園保健委員会を中心に健康教育を推進し、その重点指導項目の達成に向けて各学校園で具体的な実践をすすめている。

平成8年、町学校園保健委員会で「むし歯予防対策にフッ化物の利用」が検討され、その後町歯科診療所に歯科保健センターが併設されると学校との協力体制ができあがり、平成12年度より町内幼小でフッ化物洗口を開始し、町全体でむし歯予防を中心とした健康づくりの取り組み(8020 竜王大作戦)を始めた。



8020 竜王大作戦

- * 竜王チャチャチャ運動
(ジュースの代わりにお茶を飲もう)
- * 歯みがき
(だらだら甘い物を食べないようにしよう)
- * フッ化物洗口
(強い歯を作ろう)

2. 研究の目標および重点項目

「自分の健康は、自分で守るという自己管理能力の育成」

～ヘルスプロモーションの確立～

- ・押しつけの健康教育でなく自律的な健康づくり、さらに生涯学習に結びつける。
- ・地域関係機関と幼・小・中が連携して取り組む。
- ・生活習慣・喫煙・薬物防止・食教育等すべての健康教育と関連して実践する。

3. 実施した主な活動① (中心校 竜王中学校の実践から)

竜王中学校は、二つの小学校区から通っている全校 378 名(13 学級)の学校である。中学校は、「教科担任制・短い昼休み・放課後は部活動」という中学校特有のあわただしい学校生活の中で、保健指導や保健活動は時間的にも難しく、また教師の意識も小学校に比べて低い。そ

のため、小学校でせつかく身に付いていた食後の歯みがき等の保健指導の習慣が崩れしまいがちになる現状があった。

しかし、幼稚園からフッ化物洗口を始めた生徒が、平成 18 年に入学してくるにあたり、中学校でもフッ化物洗口導入に向けた職員研修等の準備を積み重ね、平成 18 年 4 月から本校での週一回水曜日のフッ化物洗口を開始した。幼稚園から始めている生徒たちは、職員の予想に反して洗口用のコップ忘れも少なくスムーズに導入できた。また、この機会を捉えて、町学校園保健委員会の方針を職員会議の場におろし、歯科保健に力を入れていくことを職員に確認をした。

(1) 定期健康診断の充実

毎年の定期健康診断健診を単に検診のみで終わらないように事前調査から始め、掲示物の工夫、個別のアドバイスを入れた検診、さらに、終了後の指導に生かせるように健康診断の充実に心がけた。

① 歯科検診の事前調査 → ② 保健指導 → ③ アドバイスをしながらの検診 → ④ 治療勧告、よい歯の表彰 → ⑤ 歯科事前調査の集計（生活習慣と歯、口の健康との関係） → ⑥ 結果を保健便り・学校保健委員会・保健指導等で広報・啓発

(2) 歯科二次検診、個別指導の充実

- ① 事前調査
- ② 学校歯科医による二次検診（2 学期）
- ③ 歯科衛生士による個別のブラッシング指導
- ④ 養護教諭による個別指導（3 学期）

(3) フッ化物洗口 毎週水曜日（朝の会にて実施）

(4) 保健指導・教科指導

- ① 幼小中一貫した指導を意識した保健指導計画の作成
- ② 学校歯科医・歯科衛生士による歯の教室（11 月学校開放日に参観授業として実施）
- ③ 部活動生徒への水分補給・歯口腔の外傷予防・処置についての指導
- ④ 食育の推進
 - ・朝食について考えよう（家庭科）
 - ・地元の野菜を利用した給食の献立を考えよう（保健体育科）
 - ・おやつについて考えよう（家庭科）
 - ・喫煙・薬物乱用防止教室（特別活動・生徒指導）
 - ・朝食クッキング教室、おやつ教室（健康推進委員、栄養士連携）



個別ブラッシング指導



朝食クッキング教室

(5) 学校保健委員会

年 2 回学校保健委員会を開催している。その主な内容は、全保護者対象の講演会と委員による課題解決に向けての話し合い等である。

平成 21 年度テーマ

『伸びる子どもの眠りとは』



フッ化物洗口容器

『フッ化物洗口Q & A』

平成22年度テーマ

『心と体を健やか』

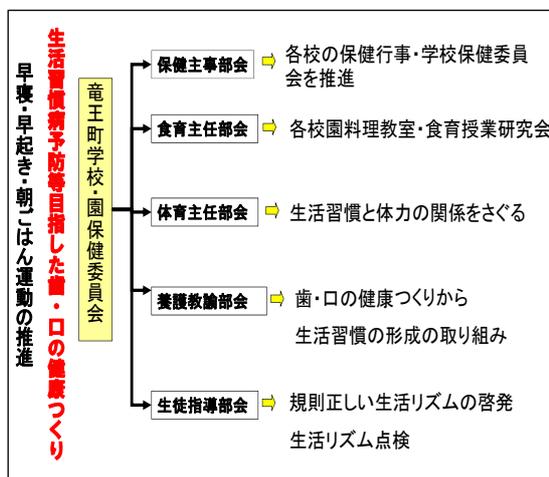
『歯科検診を終えて』

(6) 生徒会保健委員会の活動

- ・歯みがきキャンペーン
- ・標語・ポスター募集
- ・オリジナルキャラクター募集
- ・掲示物や手洗いの鏡作成
- ・しおり作成
- ・歯みがきソング作成
- ・幼稚園・小学校と交流



4. 実施した主な活動② (幼小中連携した実践から)



平成19年『早寝・早起き・朝ごはん』推進運動が滋賀県で始まり、竜王町の重点指導項目にもなった。このことをきっかけに、生活習慣から歯・口の健康を考えていくことを養護教諭部会のテーマとし、歯科事前保健調査をかねた生活調査を幼小中すべてに実施することを試みた。

その結果、生活習慣の乱れと、歯・口の健康状態との関係が明らかに表れ、町広報や各校学校保健委員会、町学校園保健委員会等で報告を行った。

町学校園保健委員会を中心として取り組むこと

竜王町歯科指導年間計画

により、幼小中はもとより地域関係機関や、各校の校医との連携もスムーズになった。それぞれの立場での取組、さらに、地域への啓発の浸透に効果が上がった。また、幼小中と共通した取組ができたことで、保健・健康指導について一貫した指導が展開できた。

(1) 地域関係機関との連携・啓発

- ・町広報・学校ホームページ・保健便り等で情報発信
- ・健康づくりフェア「歯口の広場」を開催
- ・給食センター『かみかみ給食週間』の実施
- ・有線放送で、就寝前に「歯みがきの歌」を放送等

幼稚園	小学校	中学校	その他
4月 フッ素開始 歯みがきソング	野宮の放物 毎月1日 放物でのフッ素 放物でのソング のおやつ作り	毎月1日 歯みがきカレンダー の発表	町学校園保健委員会 電王町有線放送による歯みがきの呼びかけ
5月 3歳児 ・親子歯科検診 ・親子歯科指導 ・保護者歯科講習会 5歳児 ・健康推進委員さんのおやつ作り	親子歯科検診 親子歯科指導 保護者歯科講習会 健康推進委員さんのおやつ作り	歯みがきキャンペーン (生徒保健委員会) 夏の水給給の仕方 (熱中症予防について) 歯・口のけがの防止について	健康づくりフェア 『歯・口の広場』 職員歯科検診 電王町広報誌
6月 治療動告 ・歯科指導 治療動告 かみかみ給食 よい歯の表彰	歯科検診 ・歯科指導 歯の衛生週間の取り組み 歯みがき点検 (委員会活動)	歯科検診事前調査 歯科指導 (歯科衛生士) 歯の衛生週間の取り組み 歯みがき点検 (委員会活動)	職員歯科検診 電王町広報誌
7月	6年生 ・健康推進委員さんとの朝食作り 終業式にて ・生活についての話	1年生(希望者) ・健康推進委員さんとの朝食作り 学校保健委員会 (講演会)	町職員研修
8月 生活点検 『できたかな』 指父母対象 ・歯科講演会	生活点検 『りゅうたろうちゃん』 1年生 ・歯科指導 ・歯科個別指導 (電小) 2次検診(西小)	生活点検 マッシュルーム (校・園交流)	
10月 かみかみ給食 5歳児 ・歯科指導	5年生 ・健康推進委員さんとおやつ作り 5・6年生 ・喫煙防止教室 親子で歯の汚れ調べ 学校保健委員会	歯みがきキャンペーン (生徒会) 歯科指導・2次検診 2年生希望者 ・健康推進委員さんのおやつ作り	電王町広報誌
12月 2回目 治療動告			
1月 3歳児保護者 ・食育講演会 ・給食試食会 生活点検 『できたかな』	校・園交流 生活点検 『りゅうたろうちゃん』	生活点検 学校保健委員会	
2月 4歳児保護者 ・フッ素洗口説明会 4歳児 ・健康推進委員さんのおやつ作り	指父母学級 歯科講演会 支援学校、委員会 ・健康推進委員さんのおやつ作り	歯みがきキャンペーン (生徒会) 歯科個別指導 (養護教諭) 薬物乱用防止教室	町学校園保健委員会
3月			

(2) 教職員の意識向上を目指して

- ・ 職員の歯科検診実施(希望者)
- ・ 職員研修会開催
- ・ 歯科検診事前事後の意識調査実施



5. 成果

町学校園保健委員会を中心に活動を推進していくことは、一校のみで実践しているより、はるかに成果が上がる。特に、同じ時期に同じ目標で、幼小中が同時に取り組むことは、家庭でも同じ話題、目標で取り組み、家庭の働きかけにも効果があった。

少ない手洗い場や指導時間確保など、中学校では小学校とは違う保健指導推進の難しさはあるが、継続していくことで、歯・口に対する関心は向上し、自分の健康な歯を誇りに思っている生徒も多い。

教科指導中心の中学校では、あえて時間を多く取らなくても、教師の生徒への声かけや、朝や帰りの会で話をするという、日常の取り組みで生徒の行動化に結びつくものと思った。

また、口腔環境が悪くなりやすい中学生に、歯・口に関心を持たせることは、非常に重要であると同時に、中学校では、小学校で積み重ねてきた習慣を継続させる環境を作ることが、生徒の実践化につながっていくことを確信した。

特に生活と歯・口の健康とは密接な関係があり、自分の生活を見直させることが生徒たちの日常生活の安定に結びつけることができた。

歯・口の健康を窓口とした健康づくりは、自分の歯・口の健康のための行動化が、成果として結果に表れ、励みとなり、取り組みやすいと実感した。

6. 課題

研究を進める中で、歯・口から生徒の家庭環境・生活状態が良く見えてきた。今後、課題のある生徒への支援や援助の手立てが必要である。

また、むし歯経験歯数は減ったが、歯垢付着・歯周疾患予備軍はあまり減っていない。むし歯が無くても口腔の生活習慣予防のために、歯科医院への定期的受診の啓発などもしていきたい。町ぐるみの一貫した指導で、県下一よい歯で卒業していく生徒たちが、生涯自分で自分の歯・口の健康を守り、さらに将来親になったとき、自分の子どもの健康を守れる人間に育てほしいと強く願っている。

