

# 自ら進んで健康課題を発見し、実践できる生徒の育成



青森県弘前市立相馬中学校

本校は、弘前市の西に位置し、目の前にスキー場が広がる自然環境豊かな地域にあります。  
 全校生徒72人の小規模校で、「むし歯や歯周病の予防法を理解し、実践できる生徒の育成」を目指した実践を紹介します。



本校マスコット「ソーマくん」

## 【実践内容】

### 学校保健委員会



昨年度の学校保健委員会では、学校歯科医の広瀬先生の講話「歯並びのお話」と、保健・給食委員会の発表「ともくんのおいしい休日」を行いました。

保健・給食委員会の発表では、おやつのだらだら食いや、お菓子や炭酸飲料等に含まれる糖分が歯に及ぼす影響について劇仕立てにして発表しました。

今年も歯の健康について、発表する予定で計画しています。

### 歯の保健指導

歯科健康診断の結果、歯肉の状態が悪い生徒が非常に多かったため、各学年とも、歯周疾患についての指導を中心に行っています。

鏡を見ながらみがき残しを確認し記入



## 歯の指導で分かったこと

(%)

- 1本1本みがくつもりで行う
- すみずみ丁寧にみがく必要がある
- 歯垢・むし歯・歯肉炎について分かった
  - 歯みがきは力を入れない
  - 意外と磨き残しが無かった
- ④歯の裏
- ③奥歯のかみ合わせ
- ②歯と歯ぐきの間
- ①歯と歯の間
- 自分の磨き残しの様子が分かった

