

「子どもの心身の健康の保持増進とよりよい生活習慣の確立をめざして」

～歯・口の健康を中心とした生活改善のための指導方法の研究～

和歌山県岩出市立上岩出小学校 19学級 497名

本校では、歯みがきの習慣化から、望ましい生活習慣を見につけ、将来の自分の健康について意識することでよりよい生活を送ることができ、未来の希望をもつ児童を育てるため、歯と口の健康づくりに取り組んでいます。

【27年度実践内容】

歯〔上〕小集会

歯と口の健康週間や11月8日（いい歯の日）に関連して、児童会や各委員会、クラブが歯と口の健康について発表をしました。

- 児童会 全校でお口の体操「あいうべ体操」
- 保健委員会 歯と口の〇×クイズ・ひみこの歯がいーぜ
- 給食委員会 歯によい食べ物クイズ
- 読み聞かせクラブ 『歯にげちゃった』読み聞かせ
- その他 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール表彰
歯・口の健康啓発標語コンクール入賞者の発表と表彰



職員研修

和歌山歯科衛生士専門学校の水富美子先生をお迎えして、歯と口に関する知識や生活習慣の改善などについて学び、その後歯のみがき方について指導してもらいました。教師自身も健康についての理解を深めることができ、保健指導や学校生活内での支援にも自信がもてるようになりました。

歯みがきの習慣化

歯みがきの習慣を身につけるため、給食終了5分前より歯みがきタイムを設定し、音楽をかけて歯みがきを行うようにしました。

毎月一週間を歯みがき週間として歯みがきチェックを行い、各学年・クラスの実態把握に努めました。また長期休みには、家庭学習カレンダーとコラボをし、チェックを行い、歯みがきと家庭学習の両方を頑張った児童にはメダル表彰を行いました。



保健教育

- ・歯と口の健康づくり年間指導計画を作成し、指導を行いました。（全学年）染め出しを行い、歯の正しいみがき方学習を行いました。
- 栄養職員による、歯によいおやつなど、食育指導を行いました。

