

望ましい生活習慣の形成を目指す歯・口の健康づくり

《学校目標》

歯と口に良い食べ物を選び、よくかんで食べて、健康な心と体をつくる。

● 本校の取組

歯肉についての有所見者が6年生で27%、永久歯のう歯経験者率が全体で37%と県の平均を大きく上回っていました。給食の様子を見ると肘をつけて食べていたり、足を組んで食べていたりする様子も見られました。また、噛むことに対する意識が低く、よく噛んでいない、という実態が明らかになりました。

そこで、食育の観点から「歯と口に良い食べ物を選ぶ能力の育成」、保健指導の観点から「歯と口を正しく機能させる能力の育成」に取り組んできました。

● 研究授業

- 1年 「かみかみめいじんになろう」(保健指導)
- 2年 「かみかみパワーで元気な子」(栄養指導)



★かみかみ俳句

- 「よくかんでご飯の味を楽しもう」
- 「おいしいな給食もりもり元気一杯」

かみかみセンサーで噛み方チェック

● 保健指導 (発育測定時に実施)

- 1年 「第一大臼歯を守ろう」
- 2年 「むし歯をふせごう」
- 3年 「永久歯を守ろう」
- 4年 「歯肉炎をふせごう」
- 5年 「かむ力を守ろう」
- 6年 「よくかむと健康になる」

● 講師講話

学校歯科医の板家先生をお招きし、1・2年生へ第一大臼歯は大事な働きをすること、噛むことによっていろいろな良いことがあることを話して頂きました。



● 給食指導 (給食時間に実施)

- 1年 「たべものにんげん」
- 2年 「よくかんで食事をしよう」
- 3年 「朝ごはんをしっかり食べよう」
- 4年 「朝ごはんの働きについて知ろう」
- 5年 「体が健康になる朝ごはんを食べよう」
- 6年 「主食 主菜 副菜がそろった朝ごはんを食べよう」



● 児童会活動

保健委員会 (歯と口を守る元気教え隊)

- ・「ひみこのはがいーぜ」の紹介
- ・「かみかみロックンロール」の放送

給食委員会

- ・「歯によい献立紹介 (カミカミ献立)」の紹介
- ・「かみかみ俳句」を募集・紹介
- ・「残菜調べ」の結果放送・掲示
- ・「給食週間」の取組

歯と口の健康週間 (6月4～10日)

- ・「歯と口の健康標語」募集・紹介
- ・「歯によい食事について」ビデオ放送・掲示



● 職員研修

学校歯科医で校医の木下先生を講師にお呼びして、口・顔・体のバランスケア、主に態癖の重要性について話して頂きました。

● 学校保健委員会・・・地域・保護者の方に歯・口の健康づくりの取組を紹介・啓発。