

園児の歯・口の健康づくりのための保護者との連携

東京都府中市立小柳幼稚園

4学級 117名

1. 研究主題「よく噛み よく食べ 元気な園児の育成」

園児の日常生活の実態と課題を把握するため、平成21年6月に保護者を対象に「生活習慣アンケート」を実施した（回答率92%。結果は別表のとおり）。その結果を基に、保護者の理解と協力を得ながら園児の歯の健康や食への関心と実践力を高める取り組みを推進することとした。

主な課題は次のとおりとした。

- (1) 歯みがきの習慣を定着させる
- (2) 「食と健康な体の関係」の理解を深める
- (3) 保護者との連携・職員間の連携を強める

2. 実施した主な活動

(1) 園歯科医による親子歯科健診等

①親子歯科健診

例年の歯科検診は1学期が親子参加、2学期は園児のみであったが、本事業委嘱を機に2学期の検診も保護者参加を基本とし、歯科医が保護者へ直接指導できるように努めた。親子歯科健診はホールで2組同時に行ったので、プライバシー保護のため仕切りを各所に設けるようにした。



②歯科講演会・歯科相談会

保護者対象に園歯科医による歯科講演会・歯科相談会を年1回ずつ開催し、保護者へ啓発をした。また、歯科検診・歯科講演会・歯科相談会実施前には、保護者から歯科医への質問等アンケートをとるようにし、保護者への適切な指導・助言ができるようにした。

(2) 歯科衛生士による歯みがき指導



府中市福祉保健部健康推進課の歯科衛生士は、市内の幼稚園や保育園で巡回歯科指導をしている。原則として1園年1回であるが、本事業のため平成21・22年度は年3回（1学期は親子対象、2・3学期は園児のみ対象で各1回）実施した。

1学期の親子対象の歯みがき指導の際は仕上げみがきの仕方を中心に、2・3学期の園児対象の歯みがき指導の際は園児一人一人の歯のみがき方が上達する



ように、実際に歯ブラシを動かしながら歯科衛生士から指導を受けた。

(3) 栄養・食育指導

本園には給食がなく、園児は家から弁当を持参しているため、園児全員で同じ物を食べるという機会は少ないが、次のような工夫をし、園児・保護者へ啓発した。

①お弁当参観及び栄養指導

4歳児の保護者は毎日の弁当のおかずや量をどうするかで悩むことがあるようなので、毎年5月に「お弁当参観」の日を設け、保護者に他の園児の弁当を見てもらっている。平成22年度のお弁当参観日には栄養士も参観し、参観終了後に保護者を対象とした講演会を設け、栄養バランスの良いおかずを手間なく作るヒントや子どもがよく噛まないと思われないおかずの例等を示した。



②かみかみおかずデー

毎月1回「かみかみおかずデー」を設定し、噛み応えのあるおかずを最低1品弁当に入れるよう、保護者に協力してもらった。最初のかみかみおかずデーには栄養士が参観し、保護者にかみかみおかずについて助言をした。

③誕生会のおやつを改善

毎月1回、園児の誕生会を開いている。その月に生まれた園児の保護者も参加する。以前は甘いおやつが多かったが、野菜スティックやせんべい、小魚等噛み応えのある物とクッキー等甘い物を組み合わせるようにした。

誕生会月別おやつメニュー

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
クッキー せんべい	ビスケット 小魚・昆布	スナック菓子 せんべい	スイカ	アイスキャンデー せんべい	ビスケット わかめ	クッキー するめ	せんべい 柿	ごまスティック 大根	ウエハース バナナ	ビスケット ニンジン

(4) 野菜栽培・収穫・試食

①トマト・キュウリ・ナス

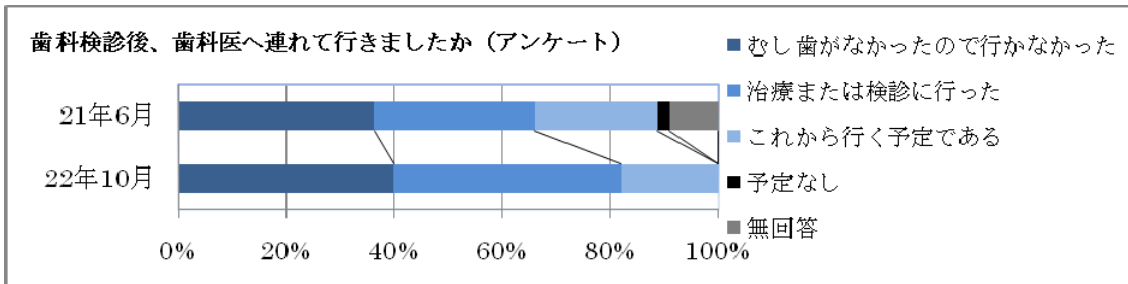
②「私の」つるなしインゲン（1園児1鉢を親子で栽培・収穫する。収穫後は家庭へ持ち帰る。）

③じゃがいも会食（4歳児が3月に種芋を植え手入れをし、5歳児進級後7月に収穫。職員が蒸し、4歳児を招待する形式で全園児で会食する。）

3. 成果

(1) むし歯がある園児の歯科医受診率が100%になった

平成22年2学期の親子歯科健診後は、むし歯のある園児全員が歯科医を受診した。全部の歯がむし歯でありながらなかなか歯科医へ連れて行ってもらえなかった園児が、職員及び園歯科医の努力により、歯科医へ通院できるようになったことは特筆すべきである。



(2) 園児・保護者・職員の歯・口の健康意識が高まった

①歯科検診日の朝にむし歯の多い園児の保護者から欠席させる旨の電話連絡があっても、欠席の理由等を細かく聞くようにし、体調が悪くなければ出席するよう促した。園歯科医が検診後、直接保護者に歯の重要性・乳歯のむし歯は永久歯に影響すること等を説明したことにより意識は高まったと思われる。

②保護者が講演会を聞いたり、検診・講演会・歯科相談会前のアンケートに回答したりすることにより、子どもの歯の状態を意識してみるようになったとの話が聞かれた。

③親子歯科健診の際に仕切りを増やしたことにより、他の保護者を意識することなく安心して相談できたとの声を聞くことができた。

(3) 園児の歯みがき技術が上達した

歯科衛生士による歯みがき指導を1学期に1回（平成21年度4歳児であった園児は計6回）受けたことにより、他幼稚園・保育園児よりも格段に歯みがきが上達したと歯科衛生士から評価された。

(4) 苦手だった野菜も食べられるようになった

①トマトやキュウリは収穫後、洗ってすぐに食べられる。一人が食べて「おいしい！」と言うと次々と手が伸び、野菜嫌いのはずの園児もにこにこしながらおいしそうに食べていた。

②トマトの最盛期は夏休み中なので、希望する親子は「水やりと収穫をセット」に来園してほしいと畑を開放したところ、毎回数組の親子が来園し、熟れすぎた実が落下することがなくなった。

(5) 弁当の中身が変わった

①以前は子どもの好みのおかずばかりが入ったバランスの偏った弁当があったが、かみかみおかずデーを設けるようになってからはいろいろな食材が入り、栄養的にも優れた弁当が多くなった。保護者からも、幼児は好まないだろうと思っていたおかずを弁当に入れてみたら好評で、定番おかずになったという声が聞かれた。

②かみかみおかずデーを設けるようになってから、それ以外の日でも冷凍食品とわかるおかずが激減した。

4. 今後の課題

(1) 園児は2年の在園を経て卒園してしまう。卒園後も本事業で体得したことを忘れずに実践しているかどうか、協力してくれる家庭だけにでも卒園後に追跡調査を行いたい。また、進学した小学校との連携を推進していきたい。

(2) 本事業を機に学校歯科医会、保健所等の関係機関と連携が深まった。今後も連絡を密に取り合い、園児の指導にあたりたい。