自分の生活習慣を見つめ、進んで健康な生活を実践していく子どもの育成 ~歯と口の健康つくりを通して~

富山県富山市立水橋西部小学校

10学級217名

1 研究の目標やねらい

学校教育目標として「心身ともに健康で、自ら学ぶ意欲とたくましい実践力をもった子ど もの育成」(すすんで学ぶ子・思いやりのある子・たくましい子)を掲げ、教職員の創意と 和を基盤として、子ども・保護者・地域に信頼され、活力ある学校づくりに努めている。 学校の教育活動全体を通して、自分の歯と口の状態や健康についての正しい知識と技能の 必要性を認識し、それを生活の中で継続して実践していくことができる主体的・自立的な 子どもの育成を目指し「知」「徳」「体」の側面から支援の在り方について研究を進めた。

2 実施した主な活動

(1) 知の側面から

① 授業を通した各学年の取り組み

各教科・特別活動・総合的な学習の時間等、各学年の発達段階に応じた指導目標を 決め、養護教諭や学校栄養職員とのTTや外部専門機関との連携による保健学習・ 保健指導・教科と関連した指導を行った。

- ア 特別活動を主とした授業(下学年)
 - ・1学年 学級活動 「ぼくわたしの元気大作戦」 ~きれいにしたいな ぼく わたしのは~
 - ・2学年 学級活動 「まもれ ぴかりん王子(6才臼歯)」
 - ・3学年 学級活動 「かむってどんなこと?」
 - ・特別支援級 生活単元「かみかみかんで よくかんで」選べる 生活単元「めざせ! かみかみマン」
- イ 保健学習と他教科を関連させた授業(上学年)
 - ・ 4 学年 総合的な学習の時間 「ぼくらかみかみ調査隊」

~かむことや歯の大切さを伝えよう~

- ・5学年 家庭科 「わたしのオリジナル朝食」
- ・6学年 社会科 「日本の歴史」~ 米づくりのむらから古墳のくにへ~

理科 「動物の体の働き」







「きりんの頭骨に触れる特別支援級児」 「自分の歯を観察する1年生」 「かみかみセンサーを使う6年生

(2) 徳の側面から

- ① 主体性を育み自己有用感を体感できる活動
 - ア 縦割り班での活動

1年生から6年生までの子どもたちが一つの班となり 集会でゲームをしたり会食をしたりして、交流を図る。

イ アクションカードの活用

毎月第3週をアクション週間と設定し、アクション | 縦割り班でなかよく会食 カードを使って子どもと家族に子どもの生活を見つめ



てもらっている。カードには、毎日子どもが、早寝・早起き・歯磨き・運動・家庭 学習・読書等、多様な視点から自分の生活を見直していく欄と、家族からのメッセ ージを書く欄があり、最後に1週間を振り返って子どもが自己評価をする。この取 り組みを継続して行ってきたことで、子どもたちの中に望ましい生活習慣が定着し てくるとともに、保護者の中から子どもを肯定的に見つめる声が聞かれるようにな ってきた。

(3) 体の側面から

① 学校保健委員会

学校三師と学校職員の他、保護者、保健委員会の代表児童が参加のもと、学校保健委 員会を行った。内容としては、まずこれまでの歯や口の健康に関する子どもたちの現 状や、今年度の重点としている「噛むこと」について現状を報告した。その後、児童 や保護者が意見を述べ、学校医から今後の取り組みについてアドバイスを受けた。

② 体力つくり

児童の基礎体力の向上を願い、毎朝、晴天時はグラウンドで、雨天時は、体育館で朝 トレーニングを行っている。50メートル走のコースやミニハードルコース、ラダー のコースなど、自由に選べるようにしたところ、全校児童が朝から意欲的に運動に取 り組むようになった。また、新体力テストの結果が向上してきているだけではなく子 どもたちは、落ち着いて学習に取り組めるようになってきた。

③ 食育

ア 学校栄養職員の学級訪問

学校栄養職員が計画的に各学級を回り、食事の仕方や食べ方について指導している。 特に「噛むこと」については、資料を用い、噛み応えのある食べ物や噛むことのよ さについて専門的な立場から子どもたちに分かりやすく伝えている。

イ 給食委員会による「なかよしかみかみ会食」

献立に噛み応えのある1品を加え、 縦割りグループで仲良くしっかりと噛ん で食べることを目当てとして会食を行っている。会食では養護教諭や学校栄養職 員が、噛むことのよさや噛み応えのある食品に関する説明を行っている。

(4) 保健室・委員会の取り組み

① 児童の委員会活動

ア 児童集会

6月には、保健委員会と給食委員会主催で「噛むことの大切さ」に関する児童集会

を行った。歯に関するアンケート結果の発表や劇・クイズを行い、児童・保護者に 歯の大切さ・噛むことの大切さを伝えた。

イ 日常の活動

- ・ 継続的な放送による歯みがきの呼びかけ・歯に関す るニュースやクイズの実施
- 毎週木曜日にフッ素洗口の実施
- 6・7・11月に「歯みがきカード」を用い、歯み がき強化週間を実施

(1) 家庭・地域・外部機関との連携

① 家庭との連携

ア 公開授業参観と歯ピカニュース

歯や口の健康に関する授業を学習参観時に積極的に公 開し、保護者が一緒に学習に参加できるようにした。ま た、通常の授業で取り組んだ場合は、子どもたちの学び の様子や今後の家庭での実践活動のねらいなどを「歯ピ カニュース」として配布し、協力をお願いした。このよ うに保護者とともに実践することで、強力なサポート役 になってもらうことができ、日々の実践力の向上と生活

集会でクイズをする保健委員



保護者に配布した歯ピカニュ

習慣の定着につながっていった。

イ 講演会

平成21年度の2月には、講師として北陸予防医学協会の山上孝司先生を招き、 保護者・学校職員を対象に「生き生きとした親子になるには」という演題で講演会 を行った。保護者の参加が100名を越え、保護者の関心の高さがうかがえた。

② 地域との連携

ア 区域中学校との連携

地域ボランティアの先生を講師に「小・中・親子なか よしクッキングスクール」を開催した。小学4年生から 中学3年生まで20名と学校職員や保護者等10名が参 加し「バランスのよいかみかみメニュー」を実習した。「仲良く調理する子どもたち



イ 区域小学校との連携

富山市小学校第2区域健康つくり部会で、実際にかみかみ献立を調理し、試食す る際にかみかみセンサーを体験した。また、各学校の取り組みを報告した後、これ からの取り組みについて協議した。

③ 外部機関との連携

ア 歯科衛生士によるブラッシング指導

平成21年度は全学年対象に、22年度は、第一大臼 歯が生え始める1年生と、混合歯列の時期で磨き方に工 夫が必要である3年生を対象に、歯科衛生士によるブラ ブラッシング指導をしてもらうことで技能が向上した。



イ ライオン衛生研究所との連携

ライオン歯科衛生研究所の歯科衛生士さんによる「親子ライオン歯みがき教室」「保護者のための歯みがき教室」を行った。前半は全校児童と保護者を対象にしてクイズや正しいブラッシングの仕方などを教えていただいた。また、後半の保護者対象の指導では、歯みがきを生活習慣と捉えて、いかに定着させていくかがポイントであることを教えていただいた。

ウ 全国学童歯磨き大会

4年生は、国技館で行われた全国学童歯磨き大会にインターネット配信で参加した。食べる・噛む体験をせんべいを使って行い、よく噛むことで味が広がることを体感した。

エ 各種食育教室の実施

- · 富山県学校給食会 (3~5年生対象)
- カルビー・スナックスクール(3年生対象)
- ・ 明治乳業食育セミナー 料理講習会 (1~3年生と希望の保護者対象)
- ・ 味の素 味覚教室 (5~6年生対象)
- ・ 雪印メグミルク出前教室 (2年生・5年生)



全国の児童と学ぶ



[親子でかみかみメニューに挑戦]

3 成果や課題等

(1) 研究・実践の成果

- ① 子どもの実態を詳しく調査・分析し、授業のねらいを明確にすることで、個に応じた手だてを講じることができ、子どもたちは自分の問題として捉え追究していく。このことにより、生涯にわたる「自律的な健康つくり」の基盤を育てることができる。
- ② 知らなかった事実を目に見える形で教材提示したり、実験や実習、調査活動を取り入れたりすることで、子どもたちは、興味や関心をもち意欲的に学習に取り組む。そして、思考を深める学び合う場や自己決定する時間を確保することで「実践意欲」を高めることができる。
- ③ 家庭や地域、関係機関と連携を図って健康教育を進めていくことで、子どもたちの中に確かな健康観が育成され、家庭の協力のもと確かな健康観に基づいた「実践力」が高まっていく。
- ④ 学校保健教育と各教科・道徳・総合的な学習の時間等との関連を明らかにし、教育活動全体を通して計画的に進めていくことにより、よりよい自己実現を目指して主体的に行動する「生きる力」を育てていくことができる。

(2) 今後の課題

① 他教科との連携をはかりながら保健学習を進めていくときに、その教科特有の特性や ねらいと「歯と口の健康」へのバランスが難しいと感じた。教科の目標や領域の固有 性を大切にしながら関連事項を押さえ、日々の実践へとつなげていく単元構想を今後 も研修していきたい。