

自分の健康づくりに関心を持ち、実践を通して、よりよく生きる児童の育成  
 ～<sup>ななとち</sup>苗柵（地域名）いきいき明るい笑顔づくりに向けて～

広島県呉市立昭和東小学校

5学級 51名

1. 研究の目標

学校・家庭・地域が一体となり健康教育や「歯と口の健康づくり」を入り口に、自分を見つめ、健康について考え、主体的に実践する力の育成。

2. 実施した主な活動

(1) 各教科等における指導の工夫

① 特別活動・総合的な学習の時間

特別活動・総合的な学習の時間において、「健康に生きることは、歯と口の健康づくりから」をテーマに、課題意識を持たせ、思考力・判断力の育成を重視した課題解決的な学習に取り組んだ。

〔総合的な学習の時間 年間指導計画〕

生活習慣の改善や健康に生きること

への関心や意欲を高めることができるよう、また、体験学習や地域との関わりを生かした取組となるよう、年間指導計画を初年度に作成し、各学年で計画的に指導を行った。

② 各関係機関と連携した授業の実施

各関係機関と連携して、児童の理解を深めることができるようにゲストティーチャーの活用による専門的な指導や体験学習を行った。



〔学校歯科医〕  
〔3・4年生授業〕



〔歯科衛生士〕  
〔2, 5・6年生授業〕



〔学校医〕  
〔1年生授業〕



〔学校栄養職員〕  
〔5・6年生授業〕

③ 学習内容の交流

総合的な学習の時間で学習した内容を他学年と交流しあうことにより、児童の歯磨きや嘔むことへの意識向上を図った。



〔5・6年生 食グループ発表の様子〕



〔4年生 歯む事の大切さを伝えた発表の様子〕

④ 児童の変容の把握について

各学年、年2回の研究授業を実施した。評価指標を作成して児童一人一人の変容を把握し、検証を行うことで、次のステップにつなげるようにした。

(2) 歯磨き指導の工夫と歯を大切にすることの意識を高める工夫

① 「歯磨き道場」の実施とめあての活用

毎日行う歯みがきを「歯磨き道場」とし、磨き方のめあてとなる写真を手洗い場横に掲示した。『磨いた』から『磨けている』児童を増やすことをねらいとした。

② 歯磨き祭りの実施

保健室で月に1～2回、歯垢染色液を使用し、磨き残しがないかチェックを行った。歯垢染色液によりどこが磨けていなかったかに気づくことができた。



〔歯磨き祭りの様子〕

③ う歯・歯肉炎個人支援シートの作成と活用

個別指導を通して児童の課題と取組を明確にすることで、継続した指導や口の状況を把握することができると考え、個人支援シートを作成し記入を行った。

課題	取組み
歯肉の状態がよくなる。	歯肉のブラッシングを毎日し、歯垢の除去に努める。
歯肉の腫れが治る。	歯磨き祭りに個別に指導。

課題と取組を明確にし、個別指導に役立てる。個別指導時の児童の様子や意識について記入する。(歯肉の状態の観察結果等)

④ 児童委員会活動の取組

ア 集会活動(写真)により、児童に興味を持たせるよう取組を行った。



〔歯っけん!オリエンテーリング〕



〔いる歯 カルタ大会〕

イ 常時活動(歯磨き放送・歯磨き祭り)

(3) 噛む力を高める指導の工夫

① かみかみメニューを取り入れた給食の実施

バランスよく食べることやよく噛んで食べることについて指導するために、学校栄養職員・調理員・養護教諭が協議し、全校でのバイキング給食の際に「かみかみメニュー」を1～3品加えた。



メニューのうち一品は、本校で考案した(右写真)。

〔苗柄 いりこ丸 豆噛め歯〕

② かみかみセンサーの活用

よく噛む事を意識させるために「かみかみセンサー」を活用し、「楽しく給食かみかみUP作戦」を実施した。

③ 咀嚼力判定ガムによる測定

咀嚼力アップにつながるよう、学期毎に2年間継続して判定を実施した。

④ 東っ子!噛むかむエクササイズの実施

学校保健委員会で協議し、毎週、月・金曜日の給食時に「から煎り大豆」一粒をしっかりと噛んで食べるように取り組んだ。

(4) 保護者・地域との連携の工夫

① 保護者を対象とした給食学習会の実施



〔ホームステイの様子〕

② 「かみかみセンサー」ホームステイの実施

週末に「かみかみセンサー」を児童に持ち帰らせ、家庭でもよく噛んで食べることを意識するように保護者にも挑戦していただいた。

③ 親子料理教室の計画と実施

④ 地域読書ボランティアの活用

⑤ 保健だよりの発行

⑥ 地域発信の方法

ア 地域の幼稚園・保育所への訪問

イ 公民館への訪問

ウ 地域講演会，教育講演会の実施

21年度に2回，22年度に1回



〔地域読書ボランティア〕



〔2年生，園児の前で発表〕

「歯と口の健康づくり」について，地域・保護者を対象に講演会を実施した。



〔5・6年生 公民館で発表〕



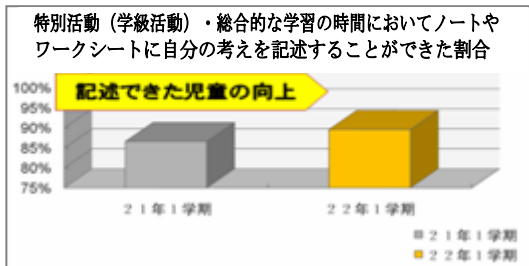
〔21・22年度 講演会の様子〕



### 3. 成果や課題等

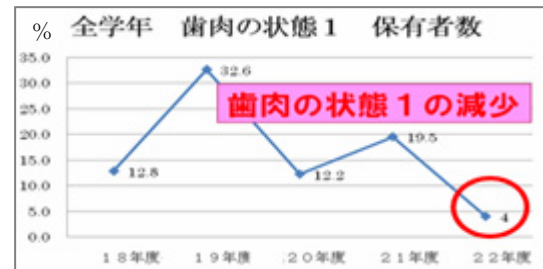
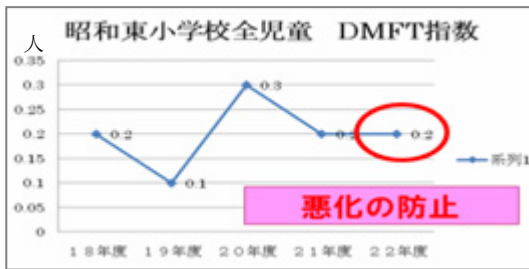
#### (1) 取組結果

① 特別活動・総合的な学習の時間の授業に関するアンケート調査より

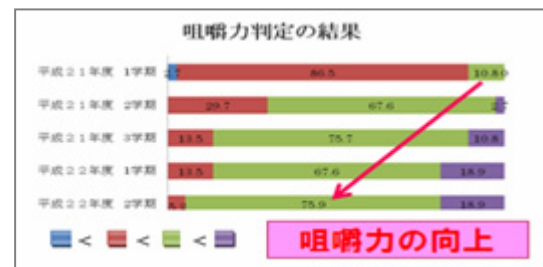
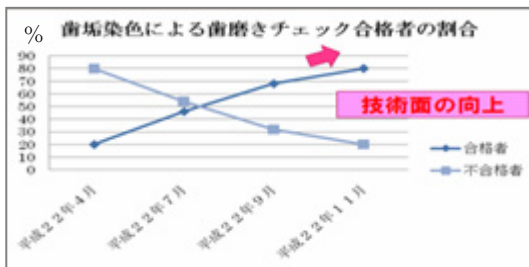


〔授業参観日の様子〕

② 歯科検診結果より

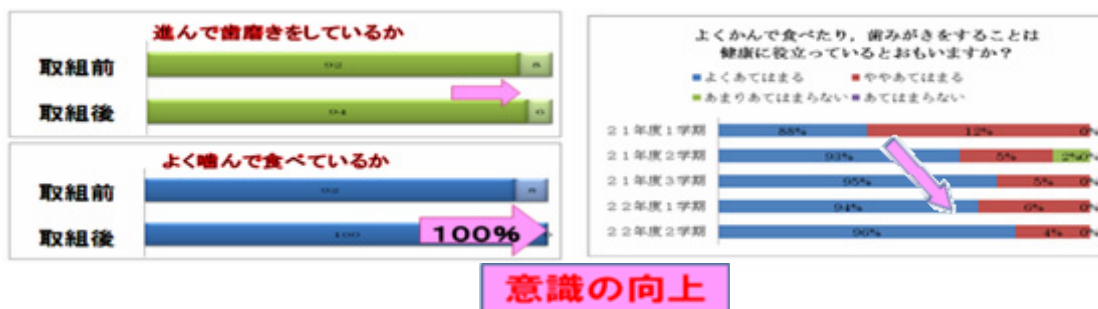


③ 「歯磨き」「噛む」ことの結果より

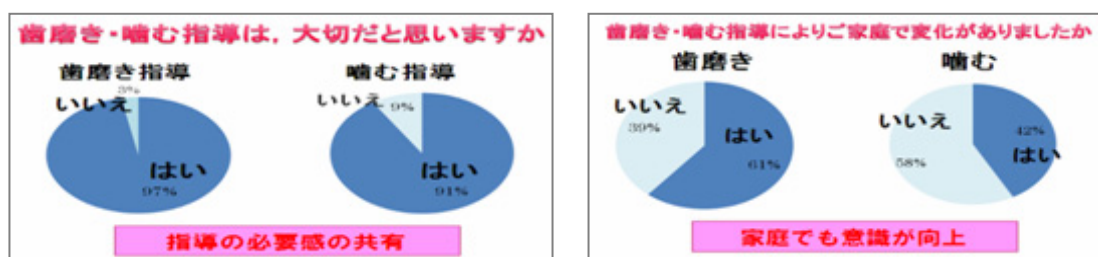


※ 咀嚼力判定ガムの色の变化を表したグラフ

④ 児童アンケート結果より



⑤ 保護者アンケート結果より



⑥ 考察

歯磨きの面において、80%の児童が歯の磨き方の技術向上を図ることが出来たのは、歯垢染色液による歯磨きチェックを毎月行ったためであると思われる。また、咀嚼力の面で、9割以上の児童に咀嚼力の向上がみられた。これは、から煎り大豆の定期摂取やかみかみセンサー等の活用や工夫が有効であったためと考えられる。

(2) 成果

成果は大きく2点である。1点目は、健康づくりに対する児童の意識の向上。2点目は、家庭・地域との連携の深まりである。

授業や日常の取組により、歯磨きを確実にすることやよく噛むことを意識して食べること等の行動の変化や、「歯磨きが大好き」や「歯をずっと大切にしていきたい」といった意識の変容が見られた。児童自らの健康づくりに向けた意欲を向上させることができた。

また、「より健康に生活していくためには、どうしたらよいか」地域の方にインタビューしたり、学習の成果を情報発信したりしたことにより、地域の方とのコミュニケーションを図ることができ、地域の方と共に取組を推進することができた。

なお、家庭・地域や専門機関との連携から、地域全体へ「8020運動」について情報発信し、健康づくりの大切さを意識していく良い機会となった。

(3) 課題

課題は2点ある。1点目は、児童の意識面と技能面のギャップである。児童の意識調査においては、全ての児童が「よく噛んで食べている」と答えている。しかし、教師や保護者はまだ「十分に噛んで食べている」とは捉えていない。噛む習慣をつくる指導の工夫や家庭との連携の仕方について工夫し、意識面と技能面を結び付けていきたい。

2点目は、う歯治療の全体治療率は向上しているものの、う歯の治療にまで至らないケースもあることである。今後の家庭への取組方法について考えていきたい。