

# 自らすすんで歯と口の健康づくりに取り組む子の育成

京都府京都市立祥豊小学校  
14 学級 369 名

## 1. 研究主題

『自らすすんで歯と口の健康づくりに取り組む子の育成』

### 取組の重点

- ・成長に合わせた歯みがきの技能の学習
- ・歯と口の健康の維持・向上に必要な知識の学習
- ・歯と口の健康から生活習慣の見直し

### 各部の目標

	低学年	中学年	高学年	育成
目標	<ul style="list-style-type: none"><li>・歯の大切さに気づき、進んで歯をみがく。</li><li>・効果的な歯のみがき方について知る</li><li>・第一大臼歯や前歯外側のみがき方を身につける。</li><li>・歯や口の健康に適した生活習慣を考える。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・前歯・犬歯・小臼歯のみがき方を身につける。</li><li>・歯の形やむし歯の治療について理解する。</li><li>・咀嚼について理解する。</li><li>・歯や口の健康に適した生活習慣を考える。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・第二大臼歯を中心にすべての歯をきれいにみがけるようになる。</li><li>・歯周炎の原因と予防方法について理解する。</li><li>・歯と口の健康についていろいろな知識を身につけ、自分の体を大切にしようとする。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・上手な歯ブラシの使い方を身につけ口の奥や内側もみがけるようになる。</li></ul>

## 2. 実施した主な活動

### (1) 健康教育部の取組

#### ① 歯科検診と事前事後指導

歯科検診の事前指導として「歯の検査でわかること」、歯の用語について学習し、歯に対しての関心を高めた。歯科検診の時には、これまで以上に歯科医の読み上げる歯式を真剣に聞き取り、友達同士で意味を教え合う姿も見られた。事後指導ではその結果を記録して、自分の歯の様子を確認した。



#### ② 歯みがきふりかえりカード

7月と3月に歯みがきふりかえりを実施した。歯みがきふりかえりカードの表面は、歯みがきや生活の様子を自分で振り返る生活点検。裏面は、家の人との話題にしても

らえるように「歯と口の病気」のクイズにした。また、家の人の一言も書いてもらった。このカードを通して、家庭でも歯と口の健康に目をむけ、よい生活習慣を継続してもらおうきっかけになった。

### ③保健委員会（児童委員会活動）

- ・春の歯科検診結果を集計し、グラフ・ポスターに仕上げ保健室前に掲示した。学年ごとのむし歯の罹患状況や治療状況などをグラフにしてまとめたので、治療に向けての意識が高まり好評であった。また治療済みの人への歯の表彰状づくりにも取り組んだ。
- ・「歯みがきの歌」を委員会で作り、給食終了5分前に流している。リズムもよく、わかりやすい歌詞なので、廊下を歩きながら口ずさんでいる児童もよくみかける。「歯みがきの歌」が歯みがきの意識づけに一役かっていることがうかがえる。
- ・手洗い場の掲示板の資料として「よくかもうカルタ」を製作した。子どもらしい発想のカルタができあがり、歯みがきに来た児童がよく読んでいる。
- ・給食前には「かむことの効果と、かむかむメニューの紹介」を毎日放送で流している。その成果として、かむことの効果については児童に広く伝わっている。
- ・委員会の活動として、グループに分かれ「歯と口の健康」について学習会を開いた。学んだことを全校児童集会で発表した。また「歯と口の健康づくり」の活動を盛り上げようと、「デンタくん」というキャラクターを考えた。そのデンタくんを色々な機会や場所に登場させることで、児童に親しみをもたせ、シンボルにしている。



## (2) 学級活動の取組

### ①歯みがき巡回指導

歯科衛生士による巡回指導を全学年行った。また、2年生は親子歯みがき教室を行い、親子でむし歯ができる仕組みや、上手な歯のみがき方など学習した。

### ②作文・絵

6月のむし歯予防デーに向けて、作文や絵をかき、朝会で全校に発表した。

### ③授業実践

全学年が歯垢染色剤を使って、染め出しテストを行った。歯の赤くなった部分を各自が鏡を見ながら記録用紙に記入し、自分のみがけていない部分を知った。

学年に応じ、『むし歯になりやすいおやつ・なりにくいおやつ』『よくかんで食べることの大切さ』『自分の歯に合った歯みがきの仕方』『歯肉炎と歯周炎』など学習した。

## (3) 成果と課題

歯科検診の事前事後指導や、歯・口の学習を通して、歯を大切にすることや、健康な体を保つための歯・口の役割について理解が進んだ。これからも規則正しい生活を続け、良い食べ方や歯みがきを習慣化させたい。そして、そのことが、生涯に渡って健康を保つことになるということを理解させたい。一方、良い生活習慣の持続が困難な児童がある。今後も取組を継続し、家庭との連携を強化していくことが課題となる。