

# 「自分の健康に関心を持ち、気づき、考え、実践する児童の育成」

## ～歯・口の健康づくりに関わる指導・支援を通して～

群馬県沼田市立利南東小学校

望ましい人間形成を図っていく上で、健康な身体をつくることは不可欠な内容であり、「歯と口の健康づくり」は、教育の土台といっても過言ではありません。私たちは、この「歯と口の健康づくり」を自校における重要な教育課題として位置付け、諸々の取り組みを進めてきました。以下、その内容の一端を紹介します。

### ◎具体的な実践内容

#### <学校での指導> ★学習指導では、1人1授業(公開)を実践しています。

##### <学級活動の指導>

第2学年では、「鏡を見て前歯をしっかりとみがこう」のテーマのもと、正しい歯のみがき方を身につけさせる指導を行いました。第1学年では、「すききらいなくたべよう」のテーマのもと、食生活に関わる自分の問題点に気づかせる指導を行いました。興味関心を高め、楽しく学習できました。



##### <総合的な学習の時間の指導>

健康学習に関わる各学年のテーマは、次の通りです。第3学年：「歯ッピー大作戦」、第4学年：「かみかみ30大作戦」、第5学年：「歯の病気予防(歯周病)」、第6学年：「歯と身体が喜ぶかみかみメニューを作ろう」。各学年とも、児童の主體的な学習活動を促す指導が展開されました。



##### <給食後の歯みがきタイムの実施>

給食指導の時間内に「歯みがきタイム」を設け、毎日歯みがき指導を行っています。本校オリジナル曲「はみがきの歌」に合わせ、全校一斉に歯みがきをします。



##### <歯ッピーフェスティバルの開催>

「歯と口の健康づくり」への興味・関心を高めようと、児童会・保健委員会が企画し、昼休み等を活用して開催しました。歯の大切さや噛むこと等に関わる様々な活動が体験でき、児童の間で人気の行事となっています。

##### <児童歯みがき大会への参加>

本校の第5学年の全児童が、インターネット配信の全国大会に参加しました。大画面のデジタルTVを見ながら、「良い歯を支える歯ぐきの秘密」や「望ましい歯のみがき方」などについて、楽しく学習できました。

##### <歯と口の図書コーナーの設置>

保健室前の廊下に設置してあります。「歯と口の健康づくり」に関わる27冊の書籍が置いてあり、児童のみならず来校する保護者にも好評です。



#### <家庭・地域との連携>

##### <親子料理教室の開催>

PTA 保体部の主催により、「かみごたえのある食事」をテーマに掲げ、開催しました。給食センターの栄養教諭の指導のもと、楽しい料理教室となりました。



##### <健康チェックの日の実施>

歯みがきの習慣を確実に身につけさせるためには、保護者の協力を得ることが不可欠です。そこで、毎週火曜日を「健康チェックの日」として設定し、歯のみがき方等についてのチェックを保護者にしてもらっています。

##### <親子歯科講話の実施>

地域の歯科医の先生を講師として招き、第6学年の児童および保護者を対象に、親子歯科講話を実施しました。歯みがきに関わる講話の他、実習体験なども活動内容として盛り込み、児童・保護者共に、関心を持って学習していました。

##### <『わっはっは健康通信』の発行>

啓発活動の充実をねらい、「歯と口の健康づくり」に関わる家庭向け通信『わっはっは健康通信』を月刊で発行しています。内容は、歯みがきに関わること、健康学習の授業や行事に関わることなど様々です。