

心と体を見つめ、健康な生活を実践していく子どもの育成 ～体験活動や交流活動を取り入れた歯と口の健康づくりを通して～

福岡県久留米市立小森野小学校

一般的に小学校期の子どもは、健康そのものに対する興味や認識が低く、病気の実態が見えにくい生活習慣病を理解させることは容易ではありません。このことから、鏡を見ることによって体の状態や変化を直接的に観察することができる歯や口は、極めて有効な教材です。そこで、健康な生活を実践していく子どもの育成を目指して、学校・家庭・地域社会が連携して取り組んでいる本校の取組を紹介します。

＜実践の内容＞

1 授業づくり

体育科保健領域・学級活動の領域において「感じる」「わかる」「できる」という問題解決の学習過程を設定し、授業づくりに取り組みました。

また、一単位時間に、体験活動と交流活動を位置づけるとともに、学校歯科医・歯科衛生士・栄養職員・養護教諭などのG T活用を図りながら、実践に取り組みました。



2 日常活動

(1) 給食後の歯みがきタイムの取組

給食後、音楽に合わせて、歯ブラシの持ち方や順番に気をつけながら、主体的に歯をみがいている姿が多く見られるようになりました。



(2) 保健委員会の活動

6月に「健康まつり」を開催しました。正しい歯のみがき方を獲得する体験型のコーナーやクイズなどがあり、楽しみながら「歯」について学びました。また、ポスターの掲示や、各クラスに手作りの歯みがきカレンダーの配布も行い、食後の歯みがきを推進しました。



(3) 給食委員会の活動

児童朝会では、「かむ」ことの大切さについてポスターやイラストで説明したり、模型の歯を使って実演したりしながら、「よく噛んで食べる」ことの啓発を行いました。その成果として、噛む回数を数えながら、よく噛んで食べる姿が見られるようになりました。



(4) 食育の推進

8のつく日を「歯の日」と設定し、給食に「かみかみ献立」を取り入れ、実践を図りました。一口食べたら、30回以上噛むことを目安にしています。

(5) 学校歯科医と歯科衛生士との連携

歯のみがき方、健康相談、授業へのG Tとしてご指導いただいたり、職員研修において講話していただいたりして、職員の意識高揚を図ることができました。歯科衛生士の方には、授業中に子どもたちの疑問に答えていただいたり、給食後の歯みがきタイムで直接指導していただいたりしました。また、健康まつりでは、日常の歯みがきの中で疑問や心配になったことなどを事前に調査して、相談の場所を設定し、学校歯科医の先生に健康相談を行っていただきました。

(6) 保護者・地域との連携

「歯みがきのすすめ」を作成し、各家庭へ配布しました。また、月に1度、「歯みがき強化週間」を設け、「歯みがきカレンダー」を配布して、実践の様子を記入していただいています。