

## 「歯からはじまる健康づくり」

横浜市立間門小学校

### 1 研究のねらい

主体的に心身の健康づくりに取り組む子どもの育成をめざし、歯と口の健康づくりを通して、心身の健康についても着目し、実践化、行動化をはかっていく。

### 2 これまでの取り組み

#### <歯みがきタイム>

毎日、給食後に歯みがきタイムを設定し、学校保健委員の児童が作成した歯みがきビデオを全校放送で流している。音楽に合わせて、ビデオを見ながら歯みがきに取り組んでいる。



#### <学校歯科医による講話>

6月の歯の衛生週間に合わせて、毎年、学校歯科医による歯と口の健康に関するテレビ放送を行っている。今回は、「よくかむとどんないことがあるか」について講話があり、子どもが興味をもって聞いている姿が見られた。



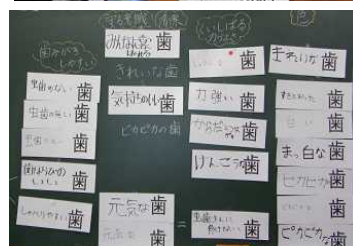
#### <歯みがきカレンダー>

毎月、第2週を歯みがき週間とし、歯みがきカレンダーに取り組んでいる。歯みがきカレンダーは個人持ちのすこやかファイルに綴じ込み、振り返りができるようにしている。



#### <学校保健委員会>

「まかどっこの元気を口の中から広げていこう」を年間テーマとして取り組んでいる。学校保健委員会ではどんな歯をめざしていくか考え、意見を出し合い、各クラスごとに活動を進めている。



#### <歯科衛生士との連携>

##### ①歯と口の健康チェック

歯科衛生士による、みがき残しや歯石、歯肉炎などのチェックと歯ブラシの点検を年2回実施。みがき残しの様子を4段階に分けて判定カードを配布している。また、一人ひとりに歯みがきの仕方アドバイスや食生活についての指導をしてもらい、普段の生活習慣を見直す機会となっている。

##### ②夏休み親子歯みがき教室



夏休み前に希望者を募り、ブラッシング指導を実施した。歯垢染色剤を使用することで、みがき残しを確認でき、自分の歯並びにあったブラッシングの仕方について親子で学ぶ機会となった。夏休み中に家庭でよりよい歯みがき習慣を身につけることもねらいとしている。

#### <家庭との連携>

PTA保健委員会の保護者の協力により、歯垢染色剤を浸した綿棒を全校児童の各家庭に配布し、家庭での歯みがきチェックを実施した。家庭で行うことで、普段の歯みがきの様子を振り返るだけでなく、家族で歯の健康について考える機会となった。

