



「いきいき 歯っぴ〜 大海っ子」

～歯と口の健康づくりを通して～



石川県かほく市立大海小学校

本校は田園風景が広がる自然豊かな地域にある，児童数105名の小規模校である。児童が主体的に健康づくりに取り組み，いきいきとした生活を送ることができることを目指し「歯と口の健康づくり」の実践をしている。

年間を通した取り組み

平成25年度より各学期1回ずつ全学年が「歯と口の健康づくり」の学級活動をしている。「歯みがき」「食」「歯と口の機能の向上」の3つの観点から発達段階に応じた題材を設定し，ねらいを絞って指導をした。その指導の際には各自が自分の口腔内を鏡で見たり，歯に触って確かめたりして，自分自身の問題として考える時間を設定した。更に学級担任だけでなく養護教諭がT2として入ったり，外部よりゲストティーチャーを招いたりすることで，児童の理解がより深まった。



自分の歯を確認しながら

学校歯科医，栄養教諭，保護者でもある元歯科技工士，歯科衛生士，スポーツクラブのマネージャーなど専門性を有する方に来ていただいた。平成26年10月には6学年すべてに養護教諭やゲストティーチャーが参加して，授業参観を兼ねた研究発表会を実施した。

日常の取り組み

毎日給食後，全校で「歯みがきタイム」を実施している。手洗い場には低・中・高学年それぞれの



手洗い場の掲示

歯みがき目標と歯みがきの順番を掲示してある。「いただきます」の前に机の上にコップと歯ブラシをセットすることが，歯みがき定着の一助になった。また「カミング30」を意識させるため給食時間の最初の20分間をしゃべらずに食べる「だんまりタイム」に設定している。各学級では歯と口の機能を鍛えるため，口の



はみがきタイム

形を意識してゆっくりはっきり発音する音読に継続して取り組んでいる。

学校保健委員会・家庭との連携

保護者と児童が参加する集会型の学校保健委員会では，児童健康委員が発表したり学校歯科医による歯みがき指導を実施したりした。また「おうちの人と染め出し」を実施し，毎月の生活習慣しらべ（はっぴ〜貯金）に「1日3回歯をみがく」「おやつ



児童健康委員会の発表

だらだらぐいをしない」など歯と口の健康づくりの項目を月替わりで設定することで，家庭との連携を図った。



おうちの人といっしょに受ける歯みがき指導