

自ら健康な生活を実践する志手原っ子の育成 ～歯と口の健康づくりを通して～

兵庫県三田市立志手原小学校

本校は、兵庫県の南東部に位置し、校区には県立有馬富士公園があるなど自然豊かな地域にあります。これまで「食を通して豊かなところとたくましい体を育む」をテーマに食育に取り組んできました。子どもたちは作物を育て、収穫し食べる活動を通して食の大切さ、楽しさを実感し、食への愛着も高くなりました。今年度からは命の入り口である「歯・口」の健康を通して自分の課題に気づき、すすんで健康な生活を実践する態度を身につけてほしいと思い、日々取り組んでいます。

志手原歯のゆるキャラ
ハミガキマン



平成25年度の取り組み

<歯みがき教室・ブラッシング指導>

三田市地域活動歯科衛生士「ピーパーの会」に来ていただき、歯科保健指導をしていただきました。1・2年生は保護者の方も一緒にお話や歯みがきの仕方を聞きました。



3・4年生は、染め出しやどうしてむし歯になるのかを教えていただきました。自分の歯でみがき残しが多い箇所がわかり、意識してみがくようになりました。

<学童はみがき大会>

6月4日「むし歯予防デー」の日には、5・6年生が全国の小学生約5万5千人と一緒にインターネット中継を観ながら歯や歯ぐきの健康について学びました。



<給食センターとの連携>

三田市の給食では何年も前から「カムカム献立」が提供されています。今年は子どもたちによく噛んで食べることを意識してもらおうと月に1回「カムカム献立」を提供していただいています。



また歯と口の衛生週間には、毎日歯に良い食材が使われた給食が出ました。毎日食べている給食を教材とし、よく噛むと体にどんな良いことがあるのかを給食センターの栄養教諭さんから教えていただきました。

<その他>冬野菜あったかパーティー



12月には、各学年が育てた冬野菜を使って豚汁を作りました。今年は新たな試みとして出汁にとった煮干しを具としてそのまま入れたり、ボランティアの方にごまめ風にかけていただきよく噛むことを意識して食べました。

<授業実践>

- 【1年】歯がぬけたら、どうするの(国語)
- 【2年】しで歯ら 大発明!(生活・特活・国語)
- 【3年】からだを清潔に保つ
プロジェクト(体育・総合)
- 【4年】よくかんで食べよう(体育)
- 【5年】むし歯や歯周病の予防(体育)
- 【6年】なぜむし歯になるのだろう(体育)



<講師講話>岡崎好秀先生



元岡山大学小児歯科の岡崎先生を講師としてお招きし、低学年と中学年の児童に歯の不思議についてお話していただきました。中学年の児童は、「30回噛んで長生きしたフレッチャー氏」のお話が印象に残ったようで、「長生きしたいから30回噛んで食べよう!」と感想を述べていました。

<職員研修>学校歯科医 尾崎司先生

夏休みには、学校歯科医の尾崎先生に来ていただき、職員研修を実施しました。歯・口の健康が全身の健康に繋がることや、唾液の動きについて教えていただきました。



<児童保健委員会>



児童保健委員会では、志手原歯みがきの歌の作成や、歯みがきインタビューの実施、歯みがきカレンダーの作成などをして、児童から児童への啓発をしました。隣接する幼稚園にも歯みがきの歌を披露し、就学前からの歯科保健への意識づけになりました。