

生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり ～望ましい基本的生活習慣の確立をめざして～

山口県 萩市立白水小学校

学校教育目標

夢と自信を育み、知・徳・体の調和のとれた白水っ子の育成

「心と体のハッピーチャレンジ」

学校・家庭・地域が連携した心と体の健康づくりの推進



白水小学校イメージキャラクター
いずみん

歯・口の健康に関する取組

【見える化を取り入れた保健指導】

<歯っぴーカード>

- ・ 歯科検診結果を個別にイラスト化した指導
- ・ 毎月のカラーテスターによるブラッシング指導

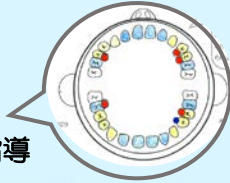
担任が口の中をのぞくことにより、歯みがきや生活習慣の指導につながっています。

毎月、部分的にカラーテスターとブラッシング指導をするため、みがき方が上手になっています。



- ・ 口腔内カメラを使用した個別指導

受診していない児童を対象に、口腔内カメラで歯を観察し、「治したい」という意欲が高まるよう支援することで、受診率の向上につながっています。



【あいうべ体操の導入】

口呼吸から鼻呼吸へ！むし歯予防・インフルエンザ予防のため、朝・夕15回ずつ行っています。

【かみかみセンサーの活用】

かむことの大切さを保健指導や食育指導で伝え、かみかみセンサーを使って咀嚼1000回を目標に給食を食べています。



その他、学校歯科医による歯みがき指導や全国小学生歯みがき大会への参加など

基本的生活習慣・食生活の取組

【元気チェックカード】

親子で基本的生活習慣への関心を高めます。体や心の不安定になりやすい長期休業終わりに行います。

【野菜の数調べ】

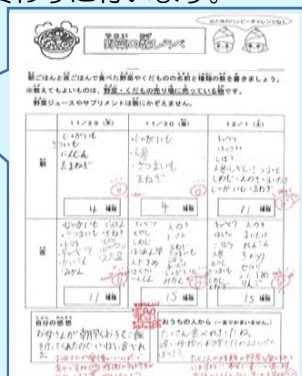
朝食・夕食の野菜の数と名前を調べることで、親子が食生活について考える時間をもつことができ、「食」への関心が高まっています。

【歯によい食べ方】

歯や体によいおやつを取り方や歯によい食べ物、体に合った食べ方の指導を養護教諭や栄養士により継続的に行っています。

【自分で作る「弁当の日」】

弁当作りの体験を通して、「食」の喜びや親への感謝の気持ちに気づきました。また親子のふれあひもでき、豊かな心が育まれています。



家庭・地域との連携

【家庭との連携】

家庭で取り組む活動（親子で歯っぴーカードなど）を行います。また、学校で実施したものはすべて保護者のコメントをもらい、歯っぴーファイルに綴じています。

【拡大学校保健委員会】

今年度は、保護者、学校運営協議会員、関係機関に加え、地域の方（老人クラブなど）にも参加していただき、子供の高齢者までの歯・口をはじめとする健康づくりの大切さを共有しました。



【児童保健委員会による保育園訪問】

幼少期からの健康な体づくりの大切さに気づいた委員の提案で、保育園の園児に、学校のキャラクターを使用した人形劇による説明やクイズ、手作りのあいうべカードのプレゼントをしました。



こういった取組は、学校保健安全委員会で協議し、内容を決定・改善しています。

