



自らの健康課題を解決する能力の育成

—「歯と口の健康づくり」をとおして—

千葉県 鴨川市立安房東中学校



「歯と口の健康づくり」(日本学校歯科医会指定)を受け、各教科や特別活動で横断的に学びを積み重ねています。また、以前からの小中・関係機関との連携を生かした取り組みをしています。

〔令和元年度の取り組み〕

歯と口の健康教室(1年) 歯科衛生士・保健師との連携



歯垢・むし歯・歯周病、みがき残ししやすい場所、正しいみがき方などについて親子で一緒に学ぶことができた。

食育指導(2年)

給食センター栄養教諭との連携



手鏡を使って自分の歯肉の状態を確認したり、歯肉炎の予防について、アドバイスをもらったりした。

生活習慣病予防(2年) 栄養士・保健師との連携



2年家庭科の授業で、給食センターの栄養教諭より「食品の上手な選択の仕方について」学習した。

歯科医の授業参加(3年) 学校歯科医との連携



外部講師による食育指導 小学校・保護者・地域との連携



「食育の必要性和私たちの体について」講演を聞いた。成長期の子どもたちに必要な栄養や睡眠・朝ごはんなどの生活習慣の大切さについて学習した。

生活習慣病予防検診の検診結果の説明と、日頃の生活習慣が影響しているため、早い段階であるほど改善しやすいなどの話があった。

養護教諭による個別指導



各自の歯科検診の結果やだ液検査の結果から、自分の口の中の状態を知り、染め出しを行った。

〔継続した取り組み〕

フッ化物洗口 平成7年～ (週1回)

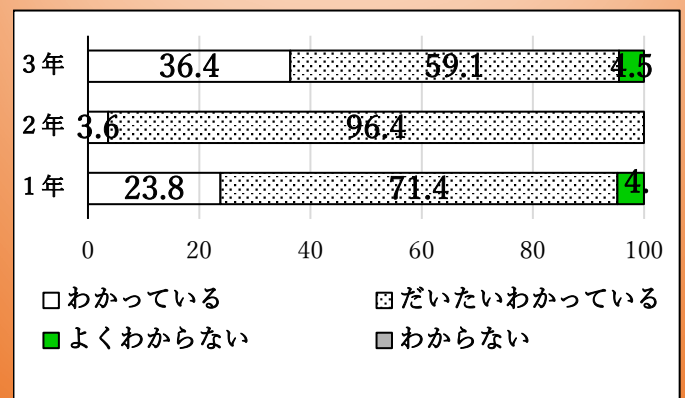


学区では平成7年から保育園4歳児が、平成14年から全ての保幼小中の子どもがフッ化物洗口を実施している。鴨川市は、平成25年に市内の全ての保幼小中の子どもがフッ化物洗口を実施するようになり、市内の4歳から15歳までのほぼ全ての子ども達が行っている。

〔生徒の意識調査〕

生徒の「歯・口の健康づくり」に対する意識を探るため、意識調査を行った。(R1.11月実施)

Q1「歯・口の健康づくり」を進める上で、自分なりの課題がわかっていますか。



〔成果〕

- ① 歯と口の健康教室や個別指導を実施したことで、約97%の生徒が自分の課題を把握して、改善に向けて取り組むことができた。
- ② むし歯菌が多いのにも関わらずむし歯が少ないのは、保育園・幼稚園児から継続してフッ化物洗口を実施しているためであり、一定の効果がみられた。