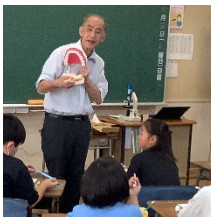
生きる力を育む歯・口の健康づくり推進事業
「健康な生活のよさに気付き、自分の体を大切にしようとする子供の育成
～歯・口の健康づくりを通して～（第1年次）」
宮城県美里町立北浦小学校

本校では、宮城県歯科医師会や美里町健康福祉課等のご指導の下、家庭と協力しながら学級活動や保健体育、業前活動、給食の時間等の学校教育活動全体を通じ、様々な機会を捉えて計画的・組織的に実践を行ってきました。また、保健指導と食に関する指導の両面からアプローチすることで、歯と口の健康が体全体の健康と関わることへの理解が深まるようにしてきました。以下は、令和7年度の主な取組です。

保健指導

東北大学大学院歯学研究科教授　小関健由先生をお招きし３・４年生を対象に歯科保健指導をしていただいた。歯の表面の汚れを位相差顕微鏡で観察し、「むし歯予防は、丁寧な歯みがきをして、歯垢を落とすことが大切」と、みがき方のポイントやおやつの摂り方などについて教えていただいた。



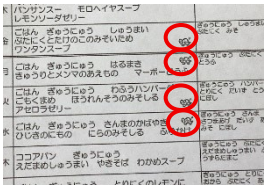
町の歯科衛生士の方をお招きし、２年生を対象に歯科保健指導をしていただいた。授業では、「歯みがきの仕方」を学んだ後に歯の染め出しを行った。子供たちは、歯ブラシの“面”だけでなく、“わき・あたま・かかと”などを上手に使って、赤く染まった部分を丁寧にみがいていた。

町の歯科衛生士、歯のボランティアの方々をお招きし、１・５・６年生を対象に歯科保健指導をしていただいた。生え替わった前歯や生え始めの奥歯のみがき方や、歯肉炎の予防と歯周病菌を除去するための効果的な歯みがきの仕方を教えていただいた。

保健・食に関する指導

公開研究会を開催した。１年生は、リンゴとプリンのかむ回数を比べる活動を通して、かむことが消化を助けたり、口の中を健康に保ったり、脳の機能を高めたりするなど、体によい働きがあることを学び、「これからもっとよくかんで食べたい」という意欲が高まった。６年生は、歯周病の進み方や原因、生活習慣との関連を学び、予防に向けて取り組む目標を一人一人が自ら考え、達成を目指して主体的に行動しようとする姿が見られた。

食に関する指導

栄養教諭が、全学年を対象に、よくかんでバランス良く食べることや三角食べの効果等、健康に良い食べ方について指導した。「かみかみセンサー」を用いてかむ回数を計測したことで、自分の食べ方の実態に気付いた児童は多く、驚きと発見の表情が見られた。給食だよりや食育だよりを発行する中で、望ましい食生活の在り方や食に関する学校課題、家庭で実践してほしい取組を知らせ、家庭との連携を図ってきた。献立表には「かめさんマーク」を記し、よくかむメニューの日であることを意識させてきた。

県の歯科衛生士の方をお招きし、親子を対象にＰＴＡ研修会を実施した。むし歯や歯肉炎などの口腔疾患に関する基礎知識と共に、口腔機能を維持・向上させるための予防法などについて、親子で実践しやすい視点から分かりやすく教えていただいた。