

松山市口腔内疾患対策研究モデル指定校

— 新玉小学校 1年目の取組 —

1 研究の目標

歯と口の健康の保持増進を中心とした健康教育を推進することで、健康について自分事として考えて判断し、よりよい解決に向けて実践する児童を育成するため、具体的な指導や家庭・地域との協働や連携の在り方を探る。

2 目指す児童の姿

- 健康について関心をもち、自分事として考え、判断し、課題解決に向けて行動する児童
- 望ましい生活習慣について正しく理解し、自分の健康の保持増進のために必要な態度や習慣を身に付ける児童

3 研究の仮説

- (1) 歯と口の健康づくりに関する身に付けさせたい力を明確にし、児童が自ら課題解決を目指す学習過程を工夫した授業を展開すれば、正しい知識を習得し、自らの健康課題に気付くとともに、自分事としてよりよく解決する方法を工夫し実践していこうとする児童が育つであろう。
- (2) 歯と口の健康づくりに関する日常指導や保健環境の充実を図れば、自分の健康について自分事として考え、判断し、生涯にわたって自らの健康を保持増進させたいこうとする児童が育つであろう。
- (3) 歯と口の健康づくりに関する実態を把握するとともに、家庭や地域、関係機関等との効果的な連携を図れば、自分の健康について正しく理解し、進んで保持増進していこうとする児童が育つであろう。

4 研究の内容

(1) 授業研究部 ☆ 自分事として課題解決を目指す魅力ある授業の工夫

- 歯と口に関する年間指導計画の作成、食に関する年間指導計画の見直し
- 保健学習、保健指導に関する授業展開の研究
 - ・児童にとって必要感のある学習課題の立ち上げ方と今後の実践に生かす振り返りの工夫
 - ・専門性を生かした指導(GTの活用等)による正しい知識・技能の習得
 - ・「つながるタイム」を活用した学び合いの場の工夫
 - ・ICT機器の効果的な活用の推進



(2) 保健環境研究部 ☆ 健康を保持増進する意欲を高める日常指導と保健環境の工夫

- 歯みがきタイム等の日常指導の工夫
- 児童会活動を中心とした特別活動の充実
 - ・委員会活動や集会活動の活性化
- 掲示やテレビ放送を生かした保健環境の整備
- 健康ファイルや歯と口のカレンダー等、健康教育関係の資料の工夫と蓄積



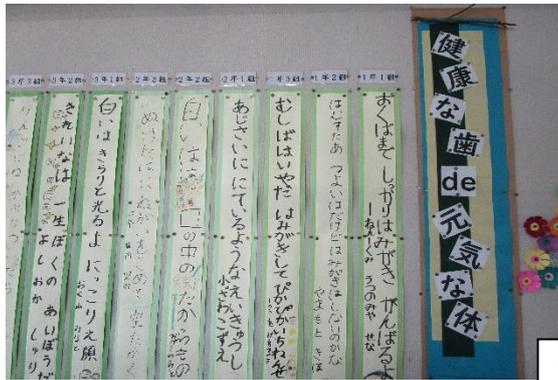
歯みがき巡回指導の様子



給食後の歯みがきの時間には、保健委員会の児童がクラスに啓発に行きました。



キャラクターの名前：ぴかぴかくん



校内掲示の様子

歯みがきキャラクター『ぴかぴかくん』
300点以上の応募の中から選ばれました。
『新玉小学校のみんながぴかぴかの歯になって王冠がつけられるように…』という作者(1年生)の思いの詰まったキャラクターです。



玉っ子きらぴか TV113の様子
『きらりん』『ぴかりん』と一緒に学習したことを学年ごとに発表しました。テレビ放送後は、つながるタイムで友達と意見交換しました。



使用済み歯ブラシの回収・リサイクル活動

JRC 週間には、歯ブラシの回収も行っています。

回収の啓発のために JRC 委員会の児童が啓発ポスターを作成しました。

(3) **調査・連携部** ☆ 健康への正しい理解の向上を図る調査・啓発・連携の充実

- 学校と家庭・地域への啓発と協働的な関わり工夫
- 学校保健委員会の充実と関係諸機関との連携と協働
- 歯と口の健康に関する実態調査の実施と分析

家庭協賛付

新玉小学校
令和5年12月
(第3号)

きらびかもぐもぐだより

新玉の秋、寒さも本格的になってきました。子どもたちは寒さに負けず体力づくりに励んでいます。2学期は、どの学年でも歯と口に関する授業を実施しました。今回は、2・4・6年生の学級活動の様子についてお知らせします。

2年生「歯の歯の今」

2年生は、正しい歯みがきの仕方について学習しました。まず、9月に行った歯みがき指導時の赤染めの結果を確認しました。次に、カラーテストによる歯垢の染め出しを行い、どの歯に赤を付けてみがかよいかを考えました。そして、歯科衛生士から動画で歯みがきのポイントを教えてもらい、正しい歯みがき方で赤く染まったところをみがいでいきました。最後に、自分に合った歯みがきのためを決めました。

授業後は、自分のためを意識して一週間歯みがきを行い、もう一度染め出しを行いました。実践後には、「前そめた歯と、ぜんぜんかかっています。赤いはが少なくなりました。小さくはやくうごかしてあげていたので、赤く染めても、今日は前ほど白かったです。」などの感想がありました。この学習を通して、自分のみがき方を直すの通し、今後正しい歯みがき方を継続できるようにしてほしいと思います。

4年生「歯・口の健康とカルシウム」

4年生は、学習課題「どうしてカルシウムを取るのだろう。」について調べ、考えました。

まず、給食の献立からどの食品にカルシウムが多く含まれているかを個別に考えました。次に、グループで話し合い、グループで意見を共有しました。栄養教諭からカルシウムの効果や多く含まれる食品についての専門的な話を聞き、子どもたちは驚いたりうなづいたりしていました。最後に、自分に合ったカルシウム摂取のめあてを決め、カルシウムカレンダーに書きました。

そして、約3週間自分の決めためあてを実践しました。給食の献立のカルシウムが多い食品について給食室や、家庭での実践の様子を話す姿が見られました。今後もしっかり取り組んでほしいと思います。

6年生「見直そう 自分の食べ方」

6年生は、学級活動で、食生活と歯や体の健康の関係について学習しました。はじめに、自分たちの給食の様子を振り返り、1食当たりどの程度よく噛んで食べているかを測定した「かむかむランキング」を紹介しました。そして、栄養教諭からよく噛んで食べることの重要性について学びました。そのあと、自分が食事している様子動画を「噛み方」「時間」「量」「食べ方」の視点で振り返り、自分の課題を明確にしました。子どもたちは、一口に入れても量が多いことやあまり噛まずに飲み込んでいることなどに気付き、それらを課題としてめあてを立てました。さらに、自分の食事を振り返り、よりよい食習慣が身に付くためにはどうすればよいか異例に考えました。

授業後、習慣化を目指してまず一週間意識して自分の立てためあてを達成できるように取り組めました。実践後の感想の中には、「普段より回数を多くして食べることができた。」「口の中の食べ物が残らなから、次の食べ物を入れるようにすることが身に付いてきた。」など、徐々にではありますが、習慣化してきている様子でした。引き続き、ご家庭でも見守っていただければと思います。

歯と口の健康に関するQ&A

意識調査で保護者の方が気になっていることについて、本校の学校歯科医、野村泰博先生にアドバイスをいただきましたのでご紹介します。

Q1 永久歯が生えるスペースがない、矯正をするタイミングはいつごろがいい？
A1 矯正については、歯医者に相談する一つのタイミングは、「小学生以降早急で仕上げみがき」を目標にしていたくどよいと思います。歯の生えかわりの状況を見ながら、矯正治療の時期を決めますので、早めに相談しておくベストなタイミングで矯正を始めるのがいいと思います。

Q2 歯がらぶ歯みがきをする工夫や何度も歯磨きしても歯みがきの習慣がつかない、仕上げみがきを拒否される時は、どうしたらいい？
A2 一人でもみがくときは、ストップウォッチや秒時計を使って『時間を決めてやってみる』とゴールが見えてやる気になってくれます。生えかわりの時期は仕上げみがきが必要な時期、みがきにくいところは仕上げみがきをしてあげてください。小学校高学年まで仕上げみがきを続けてください。

Q3 歯を付けていない歯も歯になるのは、どうしたらいい？
A3 歯みがきばかりが注目されがちですが、食生活も大きく影響します。普段の食生活がむし歯のリスクを高くしていないかを歯科医でチェックしてもらいましょう。むし歯になりやすいところを、効率よく仕上げみがきすることも大切になります。

※ そのほかにもたくさんご質問をいただきましたので、続きは次回の発行でご紹介します。

切り取り線

ご質問やご意見、ご感想などがありましたら、〇〇期発行予定のQRコードのQRコードから投稿してください。

()年 氏名()

※ 可読な方は、お名前をお書きください。

5 一年目の振り返り

- 児童が自分事として自分の健康に対する課題をとらえ、主体的に解決していこうとする力を育てる学習の方向性が見えてきた。
- 教師と児童の対話的な関わりだけでなく、児童相互の共同的な関わりを大切にした日常活動の工夫ができた。
- 保護者や学校歯科医、教育委員会などの専門機関と連携しながら、児童を中心とした「健康づくりのネットワーク」の土台作りができた。
- なにより、児童も教師も楽しみながら「健康づくり」を推進できた。

6 二年目に向けて

- 児童が、健康に対して正しい知識をもち、よりよい解決を図るための実践意欲を育てる学級活動の研究推進。
- 対話的・共同的な関わりを大切にした日常活動のさらなる充実。
- 保護者や学校歯科医、専門機関との連携の継続。

むし歯や歯肉炎等をなくし、歯と口の健康を保持増進することは、短期間の実践ではなかなか難しい。しかし、日頃の小さな積み重ねによって、いつかは「知っていてよかった。」「やっていてよかった。」と思う日が来ると信じて、これからも全教職員で真摯に取り組んでいきたい。