

保育士と看護師が協力しながら、
昼食後とおやつ後に毎日歯みがきをしています。

—光明第七保育園（八王子市）—

<毎日の取組>

- ・ 歯をみがくということは、食べ物を口にした後行うことが効果的なため、昼食後とおやつ後に行っている。「食べたらみがく」という習慣付けの意味もある。
- ・ 園所有のコップに園児名を記載し使用している。「ごちそうさま」の挨拶後、鏡を見ながら自分でみがく。
- ・ 各クラスの担当保育士が中心となって行っており、看護師も巡回指導をしている。
- ・ 歯ブラシは、重ならないようにならべ、コップと一緒に消毒庫に入れて管理している。
- ・ 長い間の習慣なので、担当保育士が中心となり歯みがきを行っており、看護師は見守りする程度。お互い協力しあっている。
- ・ 保護者の方々には、週末歯ブラシを持ち帰ってもらい、毛先等のチェックをしてもらう。毛先が開いてきたら取り替えて、月曜日に持ってきてもらう。

<園の大きな取組>

指導はうがいのできる2歳児から行っている。

クラスごと、昼食後に自分でみがき、その後歯垢の染め出しを行った。歯が赤くなったのを見て子ども達は驚いている。染め出された所をチェックした後、模型を使ってじょうずな歯のみがき方を説明し、再度みがいてもらう。

6月にむし歯についての紙芝居などを見ているため、子ども達はみんな一生懸命話を聞き、歯みがきに取り組んでいた。

また、地域の未就学児とその保護者を対象とした「ひかりの広場」という集いを週1回行っていて、そこでも歯みがき指導を取り入れ、歯ブラシの選び方、仕上げみがきの方法等を行っている。

対象者（年齢）： 1～5歳児

実施者： 保育士、看護師

実施時期： 歯みがきは毎日実施、6月に歯みがき指導

どのような時間に： 歯みがきは昼食後とおやつ後

初の試み「健康集会と職員劇の合体」

むし歯予防についての職員劇

—草笛保育園（町田市）—

2004 年は、6 月の歯の衛生週間にむし歯予防についての職員劇を健康集会と一体化して行った。

保育士 2 名がむし歯建設会社の社長と部下という設定で、むし歯をつくりやすい子どもをいくつか訪ねていく。ターゲットをしぼりその口に入り、食べかすだらけの歯にむし歯をつくらうとつるはしを振りかざすのだが、ハミガキマンがやって来て戦いの末追われてしまう。やっとの思いで逃げ出したところへ、お菓子を食ベジュースを飲んでいいる子どもを発見する。（実際にクッキーや、乳酸菌飲料を食べたり飲んだりする）その子の口へ入った社長と部下は、食べかすを食べ、便意をもよおし、排泄する。（巨大な虫眼鏡で歯を見るとウンチがたくさんついているように見せた）口の中は、ムシババイキンのウンチだらけとなり、さらに歯を溶かして穴を開けようとしたところに、再びハミガキマンが登場。歯みがきをして、ムシババイキンたちを追い出してしまふ。

「他にもきつと、歯みがきしない、食べかすだらけの口の子がいるはず。」と旅に出る、ムシババイキンの社長と部下。

巨大な口模型をつくり、保育士が扮するムシババイキンが入ると上唇が上がり歯の裏でうごめくバイキン、合間に看護師はナレーションや拡大されたウンチを見せたり、見ている子ども達に「みんなどうする？」と問いかけたり・・・。

芸達者な保育士に熱演してもらい子ども達は釘付けになっていた。準備、練習は 4 日間を要した。翌日「ハミガキマンに手伝ってもらわなくてもちゃんとみがいたよ」「私の歯、きれいになっているでしょ」等、子ども達の声が聞かれた。

毎年、むし歯予防に対する取り組みを実施しているが、できれば今回のようにインパクトのあるものや、回数を増やすことなどで動機付けができると、子ども達の意識の中に残って継続した歯みがきになるのではないかと思う。

今後も子ども達のむし歯予防について考えていきたい。

対象者（学年）： 2 歳から 5 歳児クラス

実施者： 保育士 4 名 看護師 1 名

実施時期： 6 月

どのような時間に： 午前中の保育時間

むしば建設会社 社長と部下



お菓子を食べている子



お菓子を食べているとバイキンのウンチが・・・



ハミガキマンさん助けて!!!



「みんなどうする？」

1日1組、5人のグループで、

ゆったりと落ち着いた雰囲気の中で、

染め出しや歯みがき指導をしています。

—稲城市立第六保育園—

毎年、歯科健診に先駆けて6月に、幼児クラスの子どもたちを対象に、発達段階に応じたむし歯予防の話と歯ブラシ体験を組み合わせ実施している。

5歳児には絵本を素材に「第一大臼歯」「歯垢」「むし歯菌」という言葉を使って、むし歯予防・永久歯の話をする。3、4歳児には、人形を使って行うむし歯予防の話と歯ブラシの持ち方を教え、ブラッシングを実施している。

このような歯科保健指導を行った上で、5歳児だけ昼食後に歯垢の染め出しを行っている。染め出しは、1日5人前後のグループに分けて約1週間かけて行っており、昼食後にいつもと同じように歯みがき・うがいをしてから、染め出しをする子どもだけテーブルにつく。はじめに、使う道具と一通りの流れを説明してから染め出し液を口に含んで歯垢を染め出す。赤く染まった所を鏡で見てもらい、どこに汚れが残っているのかを一緒に探し、子どもが鏡を見ながら歯みがきをした後に大人が仕上げみがきをして終わる。この時に、大人の仕上げみがきによって汚れが落ちることを子ども達が実感できるようにしている。

歯垢の染め出しを実施した日には、家庭への連絡として子どものみがき残した所をチェックし、手紙で保護者に知らせる。これは、保護者の方にもお子さんの歯に関心を持っていただくことが目的で行っている。保育園での指導が子どもだけへの働きかけに終わらず、常に家庭も巻き込んで一緒に子どもの健康を考えていきたいと思っている。

事前の準備として、歯垢の染め出しを行う前に保護者に対して口の中や周りが赤くなることや使用するカラーテストの種類等を手紙で知らせている。また、衣服にカラーテストがつくと落ちにくいことも考えて、保育園にある製作用のスモッグを着て行う。鏡や染め出し液を入れる容器など専用の物を人数分用意すると子ども達のやる気も高まり、「自分だけ」という特別感もあって集中力を増して取り組んでくれる。

このほかに歯垢の染め出しの様子をデジカメで撮影し掲示をして、他のクラスの保護者の方にも情報提供している。また、他の年齢のクラスの子どもも染め出しの様子に興味深く見に来ることもある。

このような実践をきっかけにして、子ども達が自分の身体や友達の身体に興味を持ち自分を大切に思う気持ちを育ててほしいと思っている。

対象者（年齢）： 5歳児

実施者： 看護師

実施時期： 6月 歯科健診前後

どのような時間に： 昼食後20分程度

<稲城市立第六保育園での歯みがき指導の様子>

どうしてむし歯になるの？



歯科保健指導用教材



お口のチェック



製作活動をきっかけにして

楽しく歯みがきすることを身に付けています。

— 聖徳学園多摩中央幼稚園（八王子市） —

毎年それぞれの学年で計画して様々な製作活動をしている。その中で、年間行事を中心にした家庭への持ち帰り製作（こいのぼり、時計、母の日・父の日のプレゼント、七夕飾り、お雛様等）があり、その一つに6月4日のむし歯予防デーに向けて、歯ブラシ、コップを製作している（下図）。

製作後は、園でそれを使って歯みがき練習をしてから家庭に持ち帰る。手づくりの歯ブラシとコップを手を持って“歯をみがきましょう・・・シュシュシュ・・・ブラシの体操・・・1・2、1・2”と「歯をみがきましょう」の歌にあわせて歯みがきのまねを楽しそうにしている。自分でつくった歯ブラシ、コップで歯みがきのまねをすることも、むし歯予防デーを前にしての製作も、一つのきっかけとなって、楽しく歯みがきすることが身に付いているようである。

園のその他の取組は、

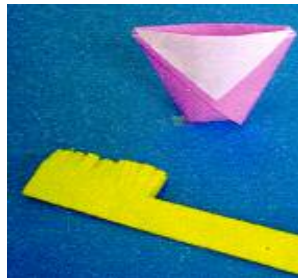
- ① 歯みがきの習慣が付くように、毎日の給食後に園児が歯みがきをしている。歯みがき方法については家庭でのみがき方を優先している。
- ② 歯についての絵本や紙芝居の読みきかせにより、歯について日ごろから関心をもたせる。
- ③ 6月には歯みがき表（歯みがきが出来たら色を塗る）を配布し、いっそう歯みがきが意識できるように、また、歯の大切さを感じ取れるように、家庭において親子で取り組んでもらっている。

対象者（年齢）： 全学年
実施者： 担任
実施時期： 5月末頃
どのような時間に： 保育時間内

☆むし歯予防デーに向けての歯ブラシとコップの製作



<年少>



<年中>



<年長>

「食べたら歯みがき！」毎日しています。

—開進幼稚園（町田市）—

開進幼稚園では、昼食後とおやつ後に園児みんなで、歯みがきをしている。

6月の歯の衛生週間にあわせて、1クラスずつビデオを見ながら「歯みがきの練習」をして歯の大切さを学ぶ。また、各自が毎日歯ブラシを持参し、昼食後や預かり保育のおやつ後には自分で歯みがきするようにクラス担任が指導している。

最初は、上手にみがくことが出来なくて、くわえているだけの子どもたちもいるが、毎日行っていく中で歯みがきの習慣を身に付けていく。また、家庭と連携しながら徐々に上手に歯みがきができるように指導をしている。

年少児では、歯ブラシをくわえたままで歩き回ることがあるので、けがをしないように気配りが必要である。また、歯ブラシの衛生管理は、各家庭にお願いしているのだが、きちんとされているか不安な点もある。

「歯みがき」は、ごく普通に生活していくなかで食べたらみがくことはあたりまえと思っている。特別な事をしているわけではないが、園で毎日行っている「食べたらみがく」歯みがき習慣を通じて、園児が歯の大切さを実感し、自分で歯みがきができるようになることを願っている。

対象者： 3歳から年長児

実施者： 各クラス担任

実施時期： 毎日

どのような時間に：昼食後、おやつの後



子どもたちが歯に関心を持つように、

紙芝居や絵本を用いて指導をしています。

—日野しらゆり幼稚園（日野市）—

- ・ みがく順序を覚える。
- ・ 歯ブラシの持ち方を工夫する。
- ・ 奥歯のかみ合わせをていねいにみがく。

という3つの目標を掲げ、園児が口の中をきれいにする習慣を身に付けるという教育をしている。

各担任が紙芝居や絵本などを使い、歯の役目や歯の大切さを教えることで、子どもたちに歯や歯みがきに対する関心を持たせている。

また、年長組は、乳歯から永久歯へ生えかわりの時期なので、毎日昼食後は必ず歯みがきをするなど、特にていねいな保健指導を心がけている。

対象者（年齢）： 5歳児
実施者： 担任
実施時期： 歯みがきは毎日実施
どのような時間に： 昼食後

