

学校歯科医の協力のもとに

児童が主体的に参加する歯科健康診断の実施

- 八王子市立東浅川小学校 -

昨年の歯科検診時、学校歯科医から多くの児童に対して「ここはむし歯になりやすいから、よくみがくといいよ」「いい歯だね」など声をかけていただき、児童も自分の歯について質問したりしており、学校歯科医に親近感を持っている様子を感じられた。

そこで、今年度は学校歯科医とともに児童が主体的に参加できる健康診断を実施した。児童が検診の順番を待っている時間を利用し、保健室に入る前と入ってから指導する内容を分けて行った。入る前には 検診器具の説明（実際に見せる） 健康診断票（歯科検診票）を実際に見せる 学校歯科医が話す内容について説明するなど、短時間であるが養護教諭が説明した。また、終了した学年には、歯についての本を友達と見る時間も設けた。

保健室に入ってから、教材用の掲示物（健学社発行 新しい保健ニュース）を見て自分の歯の状態について予想するように指導をした。学校歯科医の話の間こうとすることで自然に静かに検診を受けることになり、ゆとりのある検診が実施できた。

検診終了後、教室に戻る子ども達からは「健全歯っていわれたよ」「COっていわれたよ」など、学校歯科医の話をよく聞いていた様子が伺えた。次年度は、教材の工夫、時間の使い方など再度検討し、主体的に健康診断に参加できる児童が一人でも増えるようにしていきたいと考えている。

対象者（学年）： 全学年
実施者： 養護教諭
どのような時間： 健康診断

全学年で取り組む歯科保健の時間

町田市立成瀬台小学校

今年も歯の保健指導が始まる。学校歯科医とクラス担任、養護教諭のチームワークで進めている。学年別指導内容は下記の表のとおり。

学年	目 標	指 導 内 容
1年	第一大臼歯をさがそう	・「大人の歯がはえてきたよ」の冊子による指導
2年	おやつのじょうずなとり方	・ むし歯にかからないような間食のとり方 ・ 糖分とむし歯について
3年	みがき残しのないみがき方を考えよう	・ 歯垢の染め出しをする。 (担任・学校歯科医・養護教諭)
4年	歯ブラシの使い方を工夫しよう	・ 歯垢の染め出しをする。 (担任・学校歯科医・養護教諭)
5年	自分の口の中の様子を知り、進んでブラッシングしよう	・ 歯垢の染め出しをする。 (担任・学校歯科医・養護教諭)
6年	歯の健康について考えよう 歯肉炎についてー	・ 学校歯科医講話

一昨年度の本校の1年生では、4月の歯科検診で第一大臼歯が4本生えそろっている者は35%だったが、2年生になると85%以上が生えそろっていた。第一大臼歯は、第二大臼歯が出てくるまでの咀嚼力を一手に引き受け、また永久歯列の位置を決定する要の歯でもある。そのため低学年の時期から自分の歯の状態に関心をもたせる必要がある。

そこで、1年生では、第一大臼歯を観察させ、自分の歯の状態を意識して歯をみがく工夫を獲得していくことを目的としている。このことは、第一大臼歯のむし歯予防にとどまらず、自分の歯や口の中に関心を持ち問題をみつけようとする動機付けになっている。中学年の時期は、乳歯と永久歯の混合歯列期である。4年生では特に「みがき残しになる部分が、むし歯の原因になることがわかる。」また、「自分に合った歯のみがき方の工夫をすることが大切なこととわかる」を目的に、学校歯科医・担任・養護教諭のチームによる染め出し液を使った歯みがき指導を行っている。「じょうずな歯のみがき方」VTR(25分)を見てから、自分にあった歯ブラシをじょうずに使う工夫をし、歯みがきに取り組んでいる。

対象者： 全学年
実施者： 学校歯科医、クラス担任、養護教諭
実施時期： 1学期
どのような時期に： 1年～4年は行事、5・6年は体育(保健)

学校歯科医、保護者、学級担任、養護教諭

みんなで子ども達の歯みがき指導に参加しています。

- 多摩市立永山小学校 -

多摩市永山小学校では、平成 12 年度より学校歯科医による歯みがき指導を実施している。

歯科検診の結果、4 年生以上になるとむし歯が増え、歯みがきの状態も悪化するという実態があり、対策を講じる必要性を感じたのがきっかけであった。そこで、学校歯科医の先生に相談したところ、発達段階からも 1 年生と 4 年生を対象に歯みがき指導を実施することが望ましいとの指導を受け、学校歯科医による歯みがき指導を実施することになり、現在に至っている。

1 年生には「食後に歯をみがくという習慣を定着させる」、4 年生にはこの時期になると手先が器用になり、自分でしっかりとみがけるようになることから、「正しい歯みがき方を覚えさせる」ということを目標に指導している。

歯みがき指導では、学校歯科医と歯科衛生士を中心に、養護教諭と学級担任がサポートし、各学級 45 分間指導する。まず、染め出しを行うことで、みがき残しを確認し、その後、模型を使い歯みがき方を指導している。子ども達は手鏡を見ながら、歯の汚れが落ちることを自分の目で確認しながらみがき、仕上げの時には、参観した保護者の方にも加わっていただき、子ども達の歯みがき状況確かめる。最後に、子どもや保護者からの質問に専門的な立場から学校歯科医や歯科衛生士が答え、終了となる。

1 年生はまだ保護者による仕上げみがきが必要であり、4 年生は保護者による声かけが必要なので、指導の際にはできるだけ保護者にも参加していただきたいと考え、オープンデーを利用している。また、オープンデーを開催できない場合には、自由に参観できるよう保護者に呼びかける。今年度は、各学級の PTA 役員にもお手伝いいただき、大勢の大人の目で、児童一人一人に丁寧に関わり、指導することができた。

子どもも保護者も共に歯に関心を持ち、歯を大切に作る気持ちを持つことが大事なので、親子で学習する場はとても大切だと考えている。歯みがき指導を始めて今年で 6 年目になるが、指導を通じて、学校全体でむし歯が減り、歯みがき状態も非常に良くなり、指導の成果を実感している。

対象者（学年）： 1 年生、4 年生

実施者： 主に学校歯科医、学級担任、養護教諭、保護者

どのような時間に： 学校行事（45 分間）

< 永山小学校での歯みがき指導の様子 >

歯科衛生士や学級担任による歯みがき指導



染め出しの準備

保護者も参加して、一緒にチェック



学校歯科医による歯みがき指導



よき伝統「給食後の歯みがき」と毎学期1回の保健指導

- 多摩市立西落合小学校 -

西落合小学校では、開校の頃から給食後の歯みがきに取り組んでいる。給食の後片付け後、清掃の時間までのほんの数分間だが、オリジナルの歯みがきの歌が放送で流れ、廊下の流し場では、給食の後片付けのすんだ人から、自主的に歯みがきをする子どもの姿が見られる。

伝統とはいっても、つねに意識付けをしていかなければ定着は難しく、そのために毎年6月に歯みがき週間を定めて、歯みがきカードを記入しながら歯みがきを行う取組をしている。児童委員会活動の一環としても、歯みがきカードに手作りシールを貼って励ましたり、歯みがき週間中は毎日放送で歯みがきを呼びかけるなどの工夫もしてる。

また、学期に1回（年間3回）は全学年保健指導をする時間を設定している。2、3学期は身体測定の時間を使った30分程度のショート^①の保健指導だが、1学期は1時間を使ったロングの保健指導を行っている。道徳や理科、生活科、など内容とかがわった教科の時間で養護教諭が実施しており、1～3年生は歯科保健をテーマに行っている。

1年生：＜むし歯の成因についての講話（甘味とむし歯菌との関係、歯垢について）＞

おやつが歯に付きやすいということを確認するため、オレオ（黒いクッキー）を食べてから口の中を観察して、それがきれいになるまで歯みがきをする。

歯についたクッキーをきれいに落とすにはかなりの時間を要することを体験し、普段のみがき方では足りないと感じる子どもも多く、有効な手段である。

2年生：＜歯垢についての講話＞

2年生のむし歯地図を見ながら、どこがむし歯になりやすいかを知ってもらう。

歯みがきの方法を説明した後、クッキーを食べ、汚れを確認してから各自歯みがきをする。

3年生：＜噛むことの大切さの講話（現代人と昔の人の顎の大きさ比べ）＞

昆布とクッキーの咀嚼^{そしゃく}回数の実験をして、ふだんの食事であまり噛んでいないということ気付かせる。

歯みがきの実技指導をした後、歯みがきをしてもらう。

対象者（学年）： 1～3年生

実施者： 養護教諭

実施時期： 1学期に1回（年間3回）

どのような時間に： 身体測定の時間（30分程度）、関連する教科（1時間程度）

「きれいな歯で かがやこう！」

総合的な学習の時間での取組

- 多摩市立北貝取小学校 -

総合的な学習の時間での歯と口の健康学習（４年生）

単元名「きれいな歯で かがやこう！」

単元の目標

- ・ 歯・口の健康の大切さを認識し、自分の健康課題を見つけ、正しい歯みがき習慣を確立する。
- ・ 歯と口の健康について、他学年や家庭に発信する活動を通して、自分の生活を見直し意識的に健康づくりに取り組む態度を養う。

指導計画（３７時間）

つかむ段階（７時間）

- ・ 事前に「歯みがきに関するアンケート」の実施、普段の歯みがきの様子を観察するために、給食後の歯みがきを開始する。

健康診断の結果を知ろう

- ・ 健康診断の結果を見ながら、感想を書く。

歯について知ろう

- ・ 「わくわくにんげん “ はははのはなし ”」の読み聞かせ。
- ・ 歯みがきの目標を決め、１週間自分でチェックする。
- ・ 染め出し実験をする。
- ・ 「かむことの力」「丈夫な歯をつくる」を読み、正しい知識を得る。
- ・ 「学童歯みがき大会」に参加し、むし歯ができる仕組みを知り、ブラッシング法を学ぶ。

広げる・深める段階（２５時間）

学んだことを発信する

『全校に広げよう！いい歯の習慣』 学んだことを他の学年に伝える。

- ・ 他の学年の歯みがきの実態を調査し、それぞれの学年の傾向を知る。
- ・ それぞれの学年にミニ授業をするためのキャッチフレーズを考える。

ミニ授業の準備

- ・ 授業を行いたい学年を決める・キャッチフレーズをもとに伝えたい内容を決める。
- ・ 授業の原稿を作成し、必要な道具の準備。
- ・ 各グループの工夫したところを交流し、アドバイスしあう。・リハーサルを重ねる。

ミニ授業を行う

自分の課題を追求する

『もっと知りたい！調べたい！歯と口の健康』

追求したい課題を選び調べる

調べたことを発表する

活かす段階（5時間）

歯垢染め出し実験2

- ・2ヶ月の取組後、再度歯垢の染め出しを行い、前回と比較する。

これからの自分の歯みがき生活の改善を考える

- ・今後も継続して取り組んでいきたい目標・抱負・改善点を発表する。
自分の歯みがき生活について何度か振り返り、経過報告する。

対象者（学年）： 4年生

実施者： 学級担任

どのような時間に： 総合的な学習の時間（37時間）