

歯や口の健康づくりへの関心をもち、よりよい生活習慣を身に付けようとする児童の育成  
—キーワードは、実感・関連・連携！—

岡山県赤磐市立磐梨小学校  
8学級 80名

1. 研究のねらい

生涯における健康づくりの観点からみて、学校教育が家庭・地域社会と連携し、子どもたちに健康に関する基本的な知識を理解・習得させることは、子どもたち自身が心身の健康を目指した実践力を身に付けるために重要である。

本校はこれまで長きにわたり歯科保健の優良校として表彰されてきたが、コロナ禍の影響で今までの取組を踏襲することが困難になった。そこで、改めて取組を整理し直し、体系的かつ持続可能なものとなるように次の観点で改善を図ることとした。

- ① 学級活動等で、体験活動を盛り込んだ学習などを設定し、**実感**を伴った理解を促して、実践への起点とする。
- ② 学級活動と教育・領域、また家庭生活との**関連**を図った体系的な指導計画を作成する。
- ③ 学校歯科医、歯科衛生士、栄養教諭、養護教諭等と**連携**し、専門性を生かした指導を行ったり、保護者と**連携**し日常生活において習慣化を図ったりする。

また、児童が「自分の生活に役立てよう」と思考したり、「どのように学ぶか自分なりに決めよう」と試行錯誤したりすることができるような個別最適な学びの場を保証するため、切迫感のある資料やICT機器の活用を推進した。これらをもとにして、持続可能な指導（計画・方法）を確立するとともに、児童の身に付ける力が持続可能なものとなることを目指した。

2. 研究の足跡

	教職員の取組	児童の活動 〔3. 実施した主な活動〕参照)
令和5年度	<p>□実態把握と課題設定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯科検診の結果や児童アンケート、教職員による見取りから本校の実態について話し合った。その結果、歯垢・歯肉炎・歯石があった児童の割合が県平均より高く歯みがきが十分できているとは言えないこと、歯みがきは大切だと理解はしているが実際の生活では生かしていないことなどが課題として挙げた。</li> </ul> <p>※3つのキーワード「実感」「連携」「関連」の観点から取り組みを見直し、実践していくこととした。</p> <p>□教育活動の抽出</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 実感を伴った理解ができるように、全職員で歯と口腔に関わる指導内容と学習活動の洗い出しを行った。</li> <li>・ 連携が図れるようにそれぞれの立場からどんなことができそうか考えた。</li> <li>・ 教科・特活・行事等との関連を考えた。</li> </ul> <p>□環境整備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鏡や砂時計、掲示物の作成など環境整備を行った。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯科検診① (学校歯科医による定期的に行っているもの)</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ アンケート① (歯みがき・食べることにに関するもの)</li> </ul> 

<p>令和6年度</p>	<p>□教育活動の実践と評価（6月・11月、その他年間計画に沿って）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・実践にあたって、歯科検診の結果や児童や保護者を対象にとったアンケートの結果から実態を把握した。把握した実態をもとに、体験活動を盛り込んだ活動等を設定し、実感を伴った理解を促して、実践への起点とした。</li> <li>・職員全体での授業反省と改善案作成</li> </ul> <p>□研修（市内園小中との合同研修）</p> <p>□教育課程の見直し</p> <p>※関連を意識した教育計画 保健教育、安全教育、各教科や学級活動の年間指導計画、食に関する指導の教育計画の見直しを行った。</p> <p>※系統を考えた指導内容 6月の学級活動で取り組む内容を1・3・5年はむし歯や歯周病の予防方法の理解と実践、2・4・6年は食べる機能や食べ方の発達支援を通じての実践的な歯・口の健康づくりと位置付けながら整理した。</p> <p>□振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・成果・・・児童の歯と口の健康に対する意識の向上。 教職員がそれぞれの立場から考えたり系統を整理したりしたことで、自分事として参画できるようになった。</li> <li>・課題・・・意識の持続や保護者との連携。</li> </ul> <p>※令和6年度は参観日で学級活動を公開し、全校保護者を対象とした学校保健委員会も併せて開催することとした。</p> <p>□令和6年度の重点目標</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・児童の意識の継続と保護者との連携を取り上げた。</li> </ul> <p>□実践 ※詳しくは、「3. 実施した主な活動」に ※6月学級活動は、赤磐市養護部会研修会を兼ねて行った。</p> <div data-bbox="263 1370 614 1617"> </div> <div data-bbox="638 1366 1129 1608"> <table border="1"> <tr> <td>ふりかえり</td> </tr> <tr> <td>やっぱりよこしたてをつかた らきれいに仕上げた。</td> </tr> <tr> <td>おうちのひとのコメント</td> </tr> <tr> <td>まいにら しけんていねいに仕上げたのでよかったです。 しけんていねいに仕上げたのでよかったです。</td> </tr> </table> </div> <p>□研修（市内園小中との合同研修）</p> <p>□振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・今年度の実践を見直し、来年度に向けて話し合い改善を図った。</li> </ul>	ふりかえり	やっぱりよこしたてをつかた らきれいに仕上げた。	おうちのひとのコメント	まいにら しけんていねいに仕上げたのでよかったです。 しけんていねいに仕上げたのでよかったです。	<p>学活・各教科・領域 で、歯と口の健康を 意識した授業</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんばりカード (歯みがきに関するもの)</li> <li>・給食後の歯みがき</li> </ul> <p>委員会児童による</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・動画づくり</li> <li>・歯ブラシチェック</li> <li>・読み聞かせ</li> </ul> <p>歯科検診② アンケート② 個別指導 (検診の結果から気になる 児童を抽出して行った。)</p> <p>歯科検診① 学活・各教科・領域 で、歯と口の健康を 意識した授業</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・がんばりカード (学活で学習した内容に関 するもの)</li> </ul> <p>委員会児童による</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学校保健委員会</li> <li>・歯ブラシチェック</li> </ul> <p>歯科検診②</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・前回との比較 アンケート</li> </ul>
ふりかえり						
やっぱりよこしたてをつかた らきれいに仕上げた。						
おうちのひとのコメント						
まいにら しけんていねいに仕上げたのでよかったです。 しけんていねいに仕上げたのでよかったです。						

### 3. 実施した主な活動（実践）

#### ○6月学級活動（1～6年）と関連した教育活動

授業づくりにおいては、自分事として考えられるようにアンケートや歯科検診の結果をもとに学習課題をとらえさせたり、実感を伴った理解へとつながるように体験活動を取り入れたりした。また、実感を伴った理解がよりよい生活習慣に結び付くように、生活や専門家・家庭との関連・連携を意識して指導した。このような取組によって、健康な生活のために学んだことを生かしていこうという姿が見られるようになった。

1年「はのおうさまをまもろう」

第一大臼歯の特徴や磨き方を考え、正しい磨き方をしようとする。



歯の王様を磨くには、ほっぺたを、ぐいっと引っ張るといいよ！



※歯科衛生士の指導を受けながら、保護者に仕上げ磨きをしてもらった。

2年「体に良いおやつの食べ方について考えよう」

糖分量をもとに、体に良いおやつのとり方を考えて、日々の生活に取り入れようとする。



こんなに砂糖が入っているのか！おやつのとりが健康に関係してるんだな。

※おやつのとり方について、保護者と計画をたてた。

3年「体に良いおやつの食べ方について考えよう」(R7年度からは「すみずみまで歯をみがこう」)

カロリーをもとに、体に良いおやつのとり方を考えて、日々の生活に取り入れようとする。



カロリーに気を付けながらおやつを選ぼう。

4年「よくかんで食べよう」

噛みごたえのある食べ物や食べ方を考えて、日々の生活に取り入れようとする。



かたいものや弾力があるものを食べるとよさそうだよ。

5年「歯ぐきを大切にしよう」

歯肉炎について知り、歯ぐきの健康を保つためにできることを考え、これからの生活に生かそうとする。



歯垢が残っていたら歯肉炎の原因になるよ。歯ブラシとフロスを使って磨こう！



6年「噛むことの良さによく噛むためにできることを考えよう」

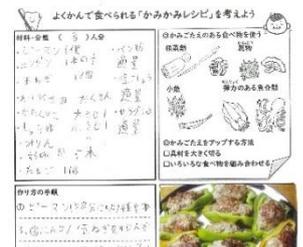
よく噛んで食べるためにできることを見つけ、自分なりの改善方法を日々の生活に取り入れようとする。



よく噛んで食べると、体全体にいいことがあるんだな。自分でもかみかみメニューを作ってみよう。



【家庭科「食べて元気に」とも関連させて】



【課外：かみかみレシピを作ろう】

○11月学級活動（全学年染め出し）

11月の学級活動では、全学年、染め出しを行った。染色されたところを見て自分の歯みがきの様子を振り返ることで、磨き残しやすい場所や自分の苦手なところが可視化され、どのように磨いていけばよいか考えることができた。



### ○学校保健委員会

保護者との連携のために、全保護者を対象とした授業参観や学校保健委員会を計画し、家庭でも歯と口の健康に関する声かけをしてもらえるように場を設けた。学校保健委員会では、学校歯科医に児童から出た歯磨きに関する質問に答えていただいたり、授業で学んだことやこれからの生活で生かしていきたいことを親子で話し合ったりした。子どもたちの歯と口の健康について保護者が関心をもつよい機会となった。



### ○児童会活動

児童自身が歯や口の健康を意識して生活できるよう、すこやか委員会の児童が、歯ブラシチェックを行い、必要に応じて交換するよう声かけを行った。また、噛むことの大切さを伝える動画を教職員や栄養教諭と協力して作り、全校に呼びかけた。図書委員会は、園児を対象に歯に関する絵本の読み聞かせを行った。



すこやか委員による  
歯ブラシチェック

図書委員による読み聞かせ  
(歯の大切さ)

児童が主体的に考え呼びかけていくことで、全校で歯や口の健康について考えようとする雰囲気が出た。

### ○給食「かみかみメニュー」

歯や口の健康と日常生活や家庭生活との関連を図ることができるように、給食の献立にかみかみメニューを取り入れていることを分かりやすく示した。

日付	献立名	備考
1(木)	コペリン 牛乳 ポークチャップ コンソメスープ いちごジャム	
2(金)	ごはんのあまから丼 牛乳 みそ汁	かみかみメニュー
5(月)	ごはん 牛乳 ふた肉のあまずしのため たまごキャベツ	かみかみメニュー
6(火)	【あまのり日】 黒豆ごはん 牛乳 いかのかりんあげ もずくのみそ汁	かみかみメニュー

## 4. 2年間の研究を終えて（総括）

### (1) 成果

#### ①歯や口の健康に関する意識の向上

課題の見える化や体験活動を通して得た実感を伴った理解によって、児童自身が自分の状態を振り返り、改善策を考えて実行しようとする姿が見られるようになってきた。アンケートでも鏡を見ながら歯みがきをすると答えた児童が増えた。また、全保護者を対象とした授業参観や学校保健委員会で、保護者へも歯や口の健康に関する意識をもってもらえるようになった。

#### ②教職員の意識向上

実感・関連・連携を大切に実践を行うことで、教職員が指導内容の系統性や教科や日常生活との関連を考えて取り組んだり、専門家や家庭との連携を意識して指導したりする必要性を感じ、児童の歯や口の健康づくりに関する意識やよりよい生活習慣を身に付けようとする意識の向上につながってきた。

### (2) 課題

#### ①意識の継続

取組中や取組直後は頑張ろうとするものの、しばらく経ってからの様子や歯科検診の結果を見ると、実感を伴った理解により芽生えた意識の持続化や習慣化には至っていない。家庭での歯みがきの様子を尋ねたアンケートでは、歯みがきの回数や時間など大きな変容が見られない。引き続き、家庭との連携を図りながら取り組みを継続していくことが大切である。

#### ②持続可能な取組へ

次年度を意識しながら持続可能なものにすべく実践してきたが、今後も教育課程の編成時にしっかりと見直し、これらの取り組みを評価・改善しながら、継続して取り組んでいきたい。