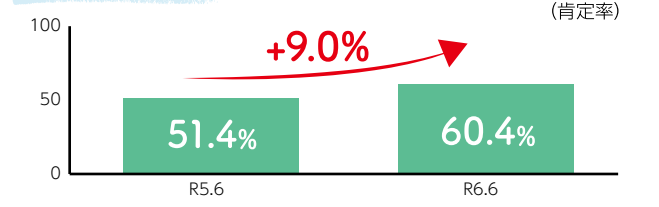
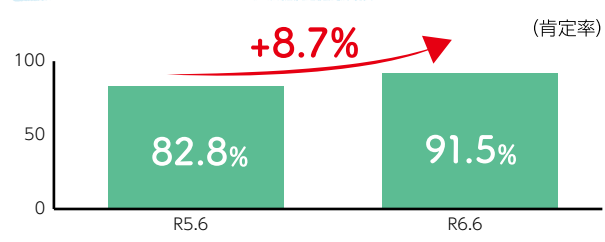


①歯・口の学習を通して、自分の課題を見つけることができましたか。

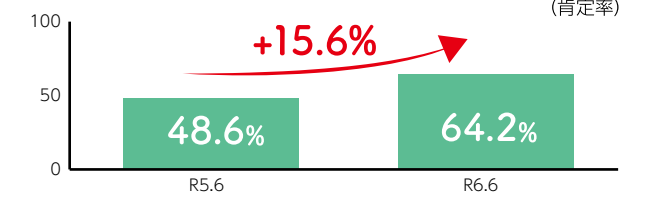


②朝の歯みがきをしていますか。

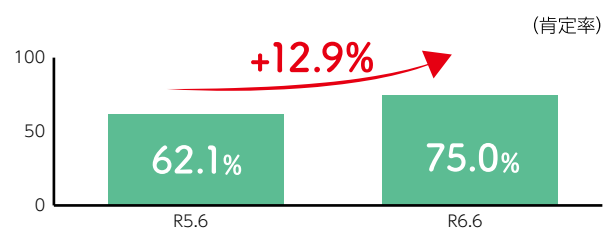


歯マップ作りを通して、「自分にはむし歯がある」「ぼくは歯医者に行ったから青色の歯（治療した歯）がある」など、児童自らが、自分の歯・口の状態に気付くことができた。また、染め出し学習では、今の自分の課題が分かり、「前歯の少しガタガタしているところは歯ブラシを立ててみがく」「前歯のすきまを歯ブラシのわきでみがく」など、みがき残しをなくすためには、どのようにみがけばいいのか考えながら、自分に合った正しいみがき方を習得した。

③歯・口の学習を生活に生かし、行動することができましたか。

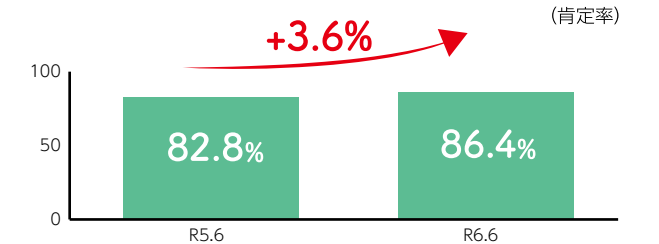


④食べ物をよくかんで食べていますか。

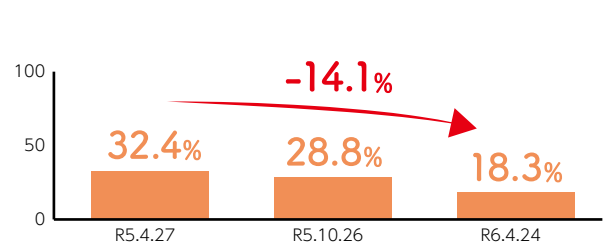


歯・口に関する学習や活動においては、自己目標を設定し、その後の生活の行動につなげた。給食中にあまりかんでいなかった児童が「ひと口 30 回かむぞ」と意識してかんだり、よくかんで食べる大切さを家庭で伝えたりするなど、学習や活動をきっかけとして、自ら考え、行動する様子も見られるようになった。また、委員会活動において、歯・口の健康がかわこととスポーツでの力の発揮、心の健康につながるなどについて、各委員会の特色に合わせた活動を行ったことで、歯・口の健康について考え、その後の生活行動に生かそうとする児童の増加につながった。

⑤歯科治療にすすんでいきますか。



【歯科健診結果（むし歯保有率）より】



歯・口の学習において、自己目標や振り返りを記入したワークシートを家庭に持ち帰り、家庭からのコメントを記入してもらうことで、学習内容について家庭と共有を図った。また、地域学校保健委員会の講演会や MTT（マイタウンティーチャー）の活用などを通して家庭・地域へ啓発を行ったことで、学校・家庭・地域が連携して取り組むことができた。

各教科や体験活動、日常活動など横断的な学習内容をもとにした歯・口の健康づくりを通して、児童が自己管理能力（セルフコントロール力）を身に付け、自ら気付き、考え、行動できる児童の育成につながった。

今後も、本研究の成果を踏まえ、日常的な活動となるよう継続して取り組んでいきたい。

研究同人

〈令和6年度〉

土屋 寛仁 藤本 三郎 高須賀 直俊 山下 奈々 栗崎 花絵 鬼塚 貴子 小松 翔平 小西 加那子
濱崎 伸太郎 小野 直子 中島 未早妃 花田 千賀 井上 尚子 梶本 由美 米加田 理紗 川本 啓子

〈令和5年度〉

坂田 達徳 池田 一親 斉藤 俊輔 梅田 哲 池上 千亜紀 山中 達也



令和5・6年度熊本県教育委員会指定
令和5・6年度上天草市教育委員会指定
令和5・6年度公益社団法人日本学校歯科医会委嘱
令和5・6年度一般社団法人熊本県歯科医師会委嘱

姫戸小 歯・口の健康キャラクター



「歯・口の健康づくり」研究推進校研究発表会

研究主題

自ら気付き、考え、行動できる児童の育成
～「歯・口の健康づくり」を通して～

令和6年11月1日（金） 上天草市立姫戸小学校



ごあいさつ

本校は、令和5・6年度熊本県教育委員会・上天草市教育委員会指定、公益社団法人日本学校歯科医会・一般社団法人熊本県歯科医師会委嘱を受け、「歯・口の健康づくり」の研究に取り組んでまいりました。

研究主題を「自ら気付き、考え、行動できる児童の育成～『歯・口の健康づくり』を通して～」とし、研究を進めるにあたり、大切なことは健康課題を自分事として捉え、改善に向けて主体的に取り組もうとする自己管理能力（セルフコントロール力）を子供たちに身に付けさせることであるということを全職員で確認しました。この自己管理能力（セルフコントロール力）は、健康な生活を送るためだけではなく、豊かな心と確かな学力を含めた「生きる力」を育てていく上で必要不可欠なものであるという認識のもと、家庭や地域と連携を図りながら、研究主題に迫るべく、実践を重ねてまいりました。

本研究は、2年間という短い期間における取組であり、十分とは言えない部分もありますが、これまで多くの方々にご支援をいただき、本日の研究発表会を迎えることができました。関係者の皆様には心より感謝申し上げます。

今後ともご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

上天草市立姫戸小学校 校長 土屋 寛仁

夢に向かって挑戦し、 感動を共有するひめっ子の育成

自己管理能力

(セルフコントロール力)

研究主題

自ら気づき、考え、行動できる児童の育成
～「歯・口の健康づくり」を通して～

仮説 ①

歯・口の健康づくりと関連付けた学習や活動において、自分事として捉えるための工夫を行えば、自らの健康課題に気づき、その改善に向けて、主体的に取り組もうとする子どもが育つであろう。

視点 ①

自分事として捉えるための工夫
【共通実践事項】
●授業づくりの工夫
●委員会活動
●掲示物の充実
●朝の会・帰りの会での取組

学習・活動研究部

振り返る

行動する

考える

気付く

仮説 ②

歯・口の健康づくりについて、家庭や地域と共有し、連携して取り組めば、歯・口の健康づくりへの意識が高まり、課題解決に向けて、日常的に行動する子どもが育つであろう。

視点 ②

家庭や地域との共有・連携
【共通実践事項】
●家族での取組
●地域学校保健委員会
●MTT（マイ タウン ティーチャー）の活用
●保・小・中連携

家庭・地域連携部

児童の実態

保護者の願い・地域の期待

研究の実際

研究の実際においては、

- ① 歯科健診結果を活用した歯マップ作りによる、自身の歯・口の健康状態の把握
- ② 染め出し学習を活用した、歯・口の健康課題解決のための正しい歯みがきの仕方の習得
- ③ ①②の学習を踏まえた上での、全学年による系統的な歯科保健学習
- ④ 学びをより一層自分事として捉えるための、歯・口の健康づくりと関連付けた各委員会活動や家庭・地域と連携した取組について順にまとめている。

実践 01 全学年 自分の歯を知ろう～歯マップ作り～（朝自習）

歯科健診の結果をもとに、児童自らが「歯マップ」を作成することを通して、自分の歯・口の状態を知り、課題に気付く。

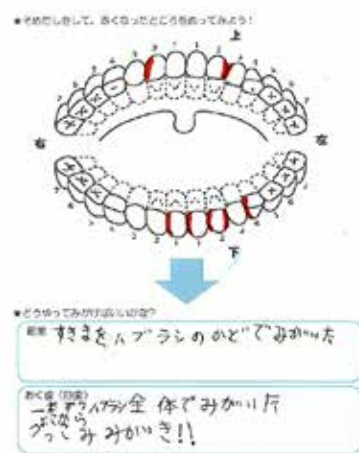


-  **赤色** むし歯
-  **黄色** むし歯になりそうな歯（CO）
-  **青色** 治療した歯

など、それぞれの歯を色別にすることで、視覚的に自分の歯・口の状態を知ることができる。

実践 02 全学年 自分の歯を知ろう～そめだしチャレンジ～（学級活動）

歯マップ作成後、学級活動において、染め出しによる学習を全学級で行った。染め出しによって、自分の歯みがきの仕方の課題に気付く、正しいみがき方を習得した。

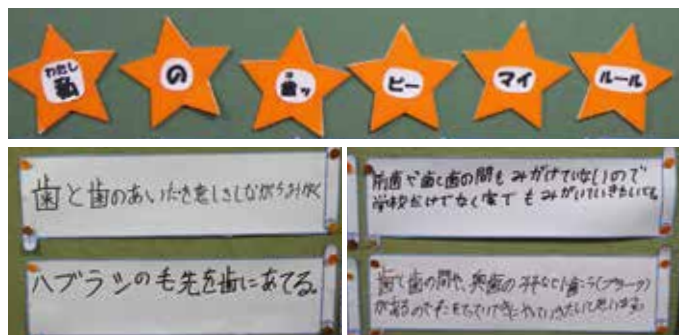


【各学年での歯みがき指導目標】

※令和元年度改訂「生きる力を育む歯・口の健康づくり」参照

- 〈1・2年、特支〉第一大臼歯、上下前歯の外側をみがくことができる。
- 〈3・4年〉上下前歯の内側をみがくことができる。歯ブラシの部位を理解し、効果的に使うことができる。
- 〈5・6年〉むし歯、歯肉炎を理解し、第二大臼歯をみがくことができる。フッ化物配合歯磨剤やフロスなどの用具を知る。

児童自らが考えた「歯ッピーマイルール」



授業の振り返りにおいて、学びをこれからの生活へと生かすために、歯みがきをするときのみがき方の目標「歯ッピーマイルール」を全児童が考えた。

※全児童分を掲示し、学習での学びを発信した。（6年児童分のみ抜粋）

01 給食後の歯みがきとフッ化物洗口



毎日の給食後の歯みがきは、歯みがきカードと鏡を使い、正しい方法で実施している。また毎週水曜日はフッ化物洗口を行っている。

02 かみかみ隊ともぐもぐタイムの実施



栄養教諭や「姫戸小かみかみ隊（給食委員会）」が給食時間に、かみかみキャラクター「かむかめ」と教室を訪問し、よくかんで食べることを呼びかけた。また、「いただきます」後の5分間を「もぐもぐタイム」として、咀嚼の習慣化を図った。

03 養護教諭による歯みがき指導と通信等を活用した発信

給食後の歯みがきの時間には、養護教諭が各教室をまわり、染め出し学習での実践の徹底を図った。また、むし歯保有者やC〇保有者に対しても、その時間を活用し、確実に個別指導を行った。歯・口の学習内容について、通信を通して家庭へと発信した。



自分の歯を知ろう！「歯の染め出し」

7日（金）の学活の時間に歯の染め出しをしました。以前、歯マップの作成をしました。染め出しをすることで自分が普段磨けていないところがよく分かりました。養護教諭の中島先生に磨き方や歯垢がたまりやすいところなどを教えていただき、これからどんな磨き方をしていくか考えることができました。ぜひ、家でも磨き方等時々見ていただき、話題にしていいただけるとありがたいです。



04 委員会活動の取組

歯・口の健康づくりへの意識を高めるために、各委員会でそれぞれの特色を生かした活動を行った。歯・口の健康について様々な視点から活動することで、横断的な学びへとつながっている。その活動内容については、毎月第3木曜日に実施する「健康集会」で、全校へ発信している。下は、活動場面の一例である。

【歯みがきポイント決定戦（保健委員会）】



染め出しで学習したみがき方をもとにクラスマッチを行った。

【噛む力とスポーツ（体育委員会）】



歯をぐっとかみしめると力が出ることが、握力計の数値から分かった。

【早口言葉大会（放送委員会）】



早口言葉を練習して、口を大きく開けはっきりと発音する練習をした。

【けがの予防（運営委員会）】



安全マップをもとに、どのような場面・場所でけがをしやすいのか、話し合った。



05 掲示物の工夫

歯・口の健康づくりに関する情報発信のために歯・口の掲示コーナーを設けた。各学年における歯・口の学習内容を紹介したり、各委員会の発表を足あととして残したりするなど、児童が歯・口の健康づくりについてより関心が持てるように掲示物の工夫を行った。





01 家族で「そめだしチャレンジ」

冬季休業前に、染め出し錠剤を児童分1つ、家庭分1つの計2つをクリスマスプレゼントとして配付し、家庭での染め出し体験を行った。学習内容を振り返るとともに、家庭での啓発を目指した。保護者からは、「自分の歯みがきの仕方を見直すなど、家庭で歯・口の健康について考えるよい機会となった」との感想もあった。



保護者の感想より

私も一緒に染め出しをしました。普段は汚れている所は分かりにくいけれど、赤く染め出すことでみがきやすく、歯垢のとれ具合もよく分かりました。今、子どもの歯がたくさん生えかわっているので、しっかりみがいてほしいです。

02 地域学校保健委員会

学校歯科医を講師として、保護者に向けた教育講演会を実施した。歯科治療の写真等を実際に見せていただき、口腔ケアの必要性について講話をしていただいた。参加者からは、「健康について分かっているけど、普段意識することがないので改めて必要さが分かりました」「日頃、歯医者に行くのを後回しにしてしまうので早く行こうと思いました」などの感想があった。※PTA主催の講演会では、姫戸町担当の保健師を招待し、上天草市の歯・口の現状を知る機会となった。



03 MTT(マイタウンティーチャー)の活用

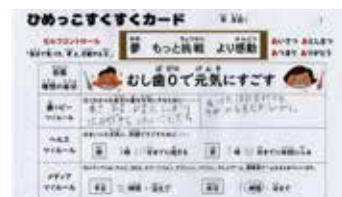
地域学校協働活動推進員を中心に、かむ力をつけることを目的とした「かりんとう作り」を1・2年生の生活科で実施した。かりんとうを食べた児童からは、「かむのに力がある」など、よくかんで食べようとする姿が見られた。また、5年生の社会科では、地元の農家の方に支援していただき、バケツ稲作りに取り組んだ。



04 保・小・中連携

●ひめっこすくすく週間

毎月第2週目をひめっこすくすく週間とし、早寝早起き、朝ごはん、歯みがき、メディアルールなどの基本的生活習慣の振り返りを保・小・中で取り組んでいる。本校では、令和5年11月の取組において、歯みがきの項目にしばらく、実施した歯みがきを点数化し、歯みがきへの意識をより高めた。



●かみかみメニュー(保・小・中共通献立)の実施

毎月第2週目に保・小・中でかみかみメニュー(かむ回数を増やすことのできるメニュー)の共通献立を実施している。また、「ひめっこすくすく献立募集」として、咀嚼などをテーマにした給食献立の募集を夏季休業期間中に保・小・中で行っている。1学期に学習した内容をもとに家族で考えることで、家庭への啓発につなげている。応募された献立のうち、毎月2～3献立が給食で提供され、考案者の献立紹介の動画を作成し、給食実施日に小・中で視聴している。



●食育指導の実施

小学校所属の栄養教諭が毎月第2週に、保育園や中学校を訪問し、保育園や中学校の食育担当者と内容を検討しながら、歯・口の健康を中心とした食育指導を行っている。小学校の取組を紹介しながら、発達段階に合わせて、歯・口の健康へとつなげられるよう、計画的に指導している。

