

すすんで歯と口の健康に関する正しい知識と望ましい生活習慣を身に付ける児童の育成

～学校・家庭・地域が協同的に取り組む生涯にわたる健康の素地づくり～

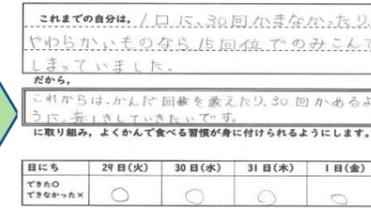
【研究内容1】 学級活動を核に、他の教育活動との関連を図った体系的指導



◆事前指導
養護教諭が「歯が溶ける仕組み」を卵の殻を代用して簡単に分かりやすく説明しました。また、児童が学級活動の中で必要とする知識を事前指導で説明し、理解させるようにしました。



◆第5学年 学級活動「よくかんで食べよう」
食パンを口に含んで、30回かむことを体験しました。食べ物がだ液と混じり合っ、かめばかむほどドロドロになっていくことに気付きました。



◆事後指導
授業の終わりに給食や家庭での食事と関連付けて、自分の目標をつくり、「チャレンジ週間」として1週間程度目標が達成できるように取り組みました。

【第5学年担任】学級活動では、事前指導で学んだ「だ液の働き」などの知識と総合的な学習で調べたり体験したりして学んだ知識を土台に、学級活動で「肥満予防・味覚の発達」などの新しい知識について学んだことで、よくかむことと将来の自分の健康へとつなげることができました。

他教科・領域との関連を意識した指導計画の作成

学年	領域等	題材名	内容	家庭・地域・専門機関との連携	月	他教科領域等との関連
5年	学活③ 2(エ)	よくかんで食べよう	・自己の生活を振り返る中で、咀嚼回数が30回より少ないことに気づき、給食でよく食べる食パンを咀嚼する体験を通して、「咀嚼」が健康にもたらす効果に気付いたり、交流したりして、咀嚼の大切さを実感し30回以上の咀嚼を意識して食べる生活習慣を身に付けることができる。	歯科衛生士	11月	総合「米作り」

・食後には必ずみがこう 大事な歯
・歯みがきは大切な時間 しっかりと！
・守り抜こう 将来のため 大事な歯

◆図画工作科(第1・2・4学年「ポスター」)

◆国語科(第5・6学年「標語」)

教育活動全体を見直し、歯と口の健康づくりに関わってカリキュラムを再構成しました。各教科の取組については、それぞれの学年に応じたねらい(教科・単元)を達成できるよう配慮しました。



東明小(歯と口)キャラクター「歯っぴー歯かせ」

歯科医、歯科衛生士、栄養教諭等専門家と連携することで、知識や技能を高めることができました。また、PTA 総会等では保護者に対し、学校歯科医がフッ化物洗口の効果や安全性を説明しました。保護者の納得のもと、フッ化物洗口を実施することができました。

歯科衛生士・養護教諭・栄養教諭等との連携



保護者との連携

家庭での取組…歯みがきカードを活用し、歯の染め出し
親子活動…歯科衛生士によるブラッシング指導(第1学年)
PTA 総会…学校歯科医の講話
PTA 行事…「スマイルフェスタ」で校長による講話とクイズ

【保護者】

・家庭では、「食べたらみがくよ」を合言葉に、欠かさず食後の歯みがきに取り組むようになりました。
・ジュースを飲むとき「これたくさん砂糖が入っているんだよね」という言葉が子どもから自然とでてくるようになりました。

児童主体の活動

執行部&歯科衛生士…歯と口の健康づくり集会
情報委員会…健康クイズ、健康についての情報紹介
運動委員会…東明小ギネス大会(縄跳びの取組)
保健委員会…キャラクター募集、けが0キャンペーン

【保健委員長】委員会の仲間と一緒に調べたり情報を集めたりして歯と口の健康について新しく学ぶことができました。キャンペーン後も、進んで取り組む仲間の姿があったので、うれしかったです。

関連

実感



◆他教科との関連(総合 米作り)
第5学年では、総合的な学習「米作り」で、地域の講師を招いて「田植え」、「稲刈り」、「糲摺り見学」を行う中で、米を育て収穫することの大変さを知りました。玄米と白米の硬さや栄養の違いについて調べたり、自分たちで米を炊いて試食したりして、かめばかむ程甘くなることを体験したりしました。



◆給食後の活動(帯活動)
手鏡をもって歯みがきの実施



◆朝活動(帯活動)
全校児童(希望者)に対するフッ化物洗口を実施

事前指導を丁寧に行い、むし歯を予防する活動であることを理解して臨むことができました。

【研究内容2】 問題解決と体験を重視した指導の充実



◆第1学年
「なんでもかんで、よくたべよう」
あごの関節に手を当てて、かむと耳の下の関節が動くことを体験しました。

給食の献立表に「かんちゃんマーク」がいっぱいあってびっくりしました。これからは、かんちゃんマークを見たら、しっかり30回はかんで食べたいです。



◆第3学年
「歯と口によいおやつとり方」
「りんご」と「クッキー」を食べて、どちらが歯に付きやすいか体験しました。

◆第4学年
「自分で考えて、健康な体をつくろう」
第3学年で学習した「むし歯ができる仕組み」を生かして学習しました。むし歯によって引き起こされる「脳・心臓・肺」などの病気について図を見ながら理解し、歯や歯肉の病気をどのように防いだらいいのか、具体的に考えました。

・おやつを買うときには、歯のことを考えておやつを買いたいです。
・食べた後 10 分以内に、歯みがきやうがいをしたいです。
・歯にくっつきにくいおやつを、自分で選べるようになりたいです。



◆第2学年
「けがをふせぐには」
体育館で廊下の安全な歩き方についてマットを使って体験しました。授業後は、チャレンジカードで廊下の右側歩行に取り組みました。

◆第6学年
「野菜の働きを知り、もっと食べよう」
インドフェノールを使って、野菜にはビタミン C が含まれていることを確認しました。

・野菜にはビタミン C がたくさん含まれているから、朝食には、しっかり野菜を食べて、赤や黄の食べ物もバランスよく食べたいです。
・給食の時、今まで野菜をたくさん残していたけど、今度からはがんばって残さず食べようと思います。今食べたものが、10年後の自分の体をつくることになるのだからと思うからです。



【研究内容3】 児童主体の活動と保護者や地域と連携した活動の推進