

# 「歯・口の健康づくり」研究推進校

## ■ 研究主題

未来の健康のために、自ら考え、行動する子どもの育成  
～歯・口の健康についての学びを通して～

### 「自ら考える子ども」とは



★自分の生活を見つめ、自分の課題を  
客観的に捉え、解決方法を考える子ども



★学んだ知識・技能を、次の学習や  
日常生活などで活用する子ども



### 「行動する子ども」とは

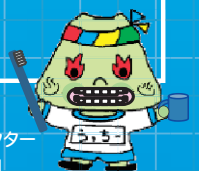


★歯みがきをする・歯医者に行く・よくかむ  
安全に行動するなどの習慣が身に付いた子ども

★学習したことや考えたこと、伝えたいことなどを、  
学級や集会などで発信する子ども

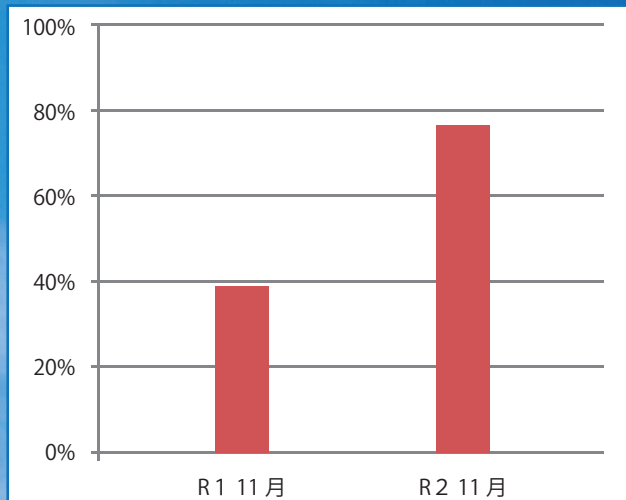


「自ら考え、行動する子ども」の育成には、その根幹に自分自身のことを大切にしたいという思いが必要です。そこで本校では、「知識・技能」の習得を図り、その知識・技能を活用して、身近な問題を解決していく力（「問題発見・解決能力」）を健康教育の学習基盤と位置づけて実践を重ねながら、様々な成功体験を経験させていくことで、児童の自己肯定感・自己有用感を高めてきました。自己肯定感・自己有用感の高揚は、次への学習意欲を喚起し、さらなる質の高い学習への転換が図られます。このような好循環を生み出していくことで研究主題に迫りたいと考えました。



## ■児童の変容と研究の成果

### 歯科受診率

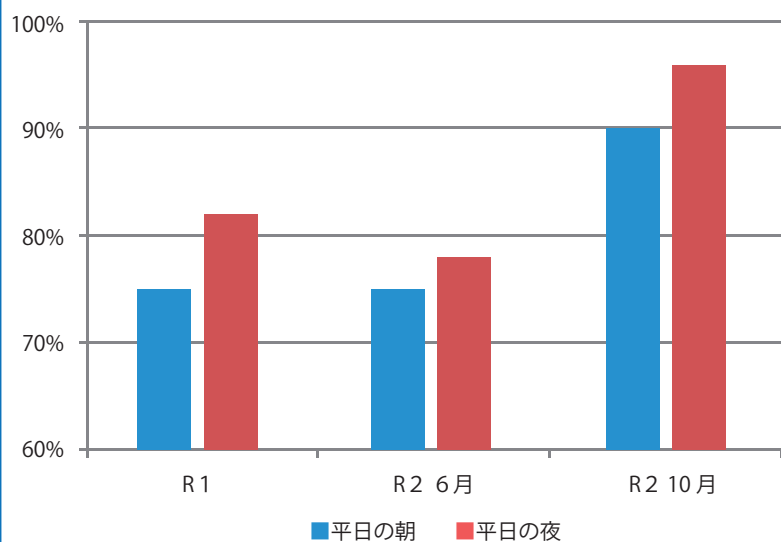


昨年度と今年度の2年間を比較すると、歯科受診率が約2倍に上昇しました。これは、未来の健康を守るためには、日々の歯みがき（セルフケア）だけでなく、歯科での治療やクリーニング（プロケア）の両方が大切だという意識が、児童・保護者ともに向上してきた成果だと考えます。

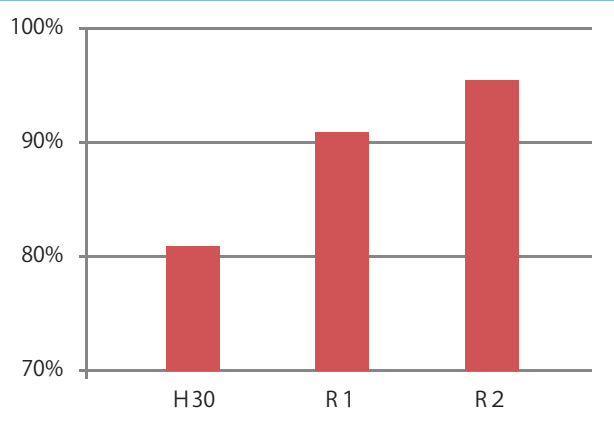


### 歯みがきの習慣化

平日に、歯みがきをする習慣は定着してきました。これは、寝ている間にむし歯菌が増えることを学習し、「特に、夜の歯みがきが大切だ。」という意識が向上した成果だと考えます。しかし、休日の朝と昼の歯みがきの習慣が定着していないので、今後は休日の歯みがき習慣の定着を図って行きたいと思えます。



### フッ化物洗口実施率



フッ化物洗口の実施率が年々上昇してきました。これは、歯・口の健康に関する学習や啓発を継続してきたことで、児童・保護者双方の意識が向上してきた成果だと考えます。今後も実施率向上に向けて、継続して取り組んでいきたいと思えます。



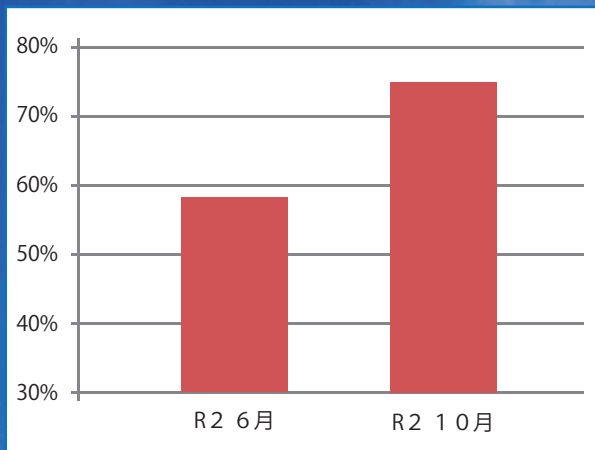
## 課題の客観視

定期的に染め出しを行い、みがき残し箇所をチェックすることで、自分の課題を客観的に捉えることができました。低学年はチェックシートだけでなく、写真でも確認しました。

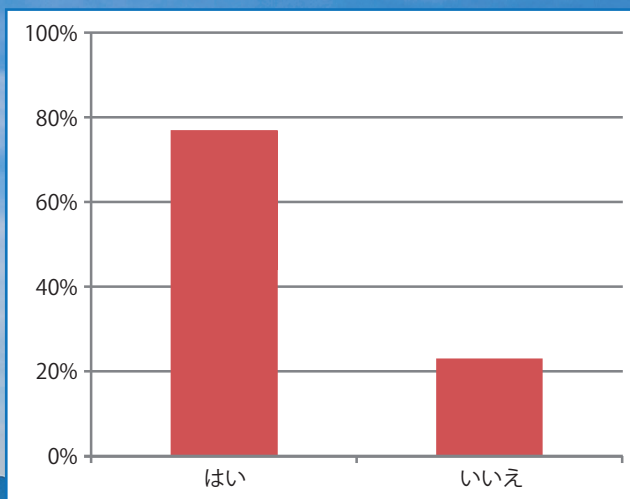
また、歯みがきタイムでも、前回のチェックシートや写真を見ながら歯みがきをして、自分の課題をふり返り、再確認できた成果だと考えます。



みがき残しが多い箇所を知っている。



みがき残しが減ってきている



## ブラッシング技能の向上

みがき残しの箇所を意識してみがくことで、ブラッシング技能が高まり、多くの児童が技能の向上を実感しました。また、みがき残しが少なくなったことや、丁寧にみがけていることなどを、歯医者さんや家族・先生からほめられたり、認められたりした経験がある児童は45%いました。まだ半数以下ですが、このような経験を積み重ね、自己肯定感・自己有用感をさらに向上させたいと思います。



## 研究の課題と今後の志向

### ●授業づくり

「可視化」できる教材の工夫や、自他を比較し、自己を客観的に分析する機会を設けることで、メタ認知能力の育成は図れてきたと感じます。しかし、表現力の育成と同様に、その質の変容をどのように見取り、今後の手立てにつなげていくかについて検討が必要です。

### ●日常指導

児童会活動では、総合的な学習の時間（いきいきプロジェクト）とリンクすることで、活動時間の確保と探究的な活動が実現しました。今後は、更なる躍動を目指し、カリキュラムの修正に取り組みます。また、高学年が低学年に歯みがきの仕方を教えたり、歯・口の機能を高める「あいうべ体操」に一緒に取り組んだりする予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響により実施できませんでした。異学年の交流や、歯・口の機能を高める取組も実践していきたいと思えます。

### ●家庭・地域との連携や協働

8020運動の達成者の方々にゲストティーチャーとして話していただいたり、児童が学んだことを地域の方々に発信したりする機会を予定していましたが、これも、新型コロナウイルス感染症の影響により実施できませんでした。今後は、地域学校協働活動と学校運営協議会を軸に、連携・協働を更に深めていきたいと思えます。

### ①知識・技能の習得

#### 「人工プラークを落とすための、歯ブラシのあて方は...」

歯のよごれを落とすには、歯ブラシの「向き」を意識し、「わき」や「つま先」などを使いながら、「ちょこちょこ」みがけばよいことを、人工プラークを落とす体験活動を通して学びました。



2年学活「正しい歯ブラシの使い方」

歯ブラシをたててあててみたら



授業前



授業から1週間後

自分の歯でもよごれをきれいに落とせたよ

### ②メタ認知能力の育成



きちんとみがいたはずなのに、まだ、みがき残しがあるな。

定期的に染め出しを行い、みがき残しの箇所をチェックしました。丁寧にみがいたつもりでもみがき残しがある箇所を確認するとともに、前回のチェックシートと比較し、自己のブラッシング技能の課題や変容を客観的に捉えることができました。



高学年は、自己の生活習慣全般をふり返りました。その際、児童の実態から「改善すべき課題」を意図的に取り入れた「可視化」できる資料を提示しました。その資料を基に自分の課題を客観的に捉えられたことができました。また、自分の生活習慣と比較して類似点や相違点に気づき、解決方法を考える活動に活かすことができました。



6年保健「病気の予防」



Cさんは、休みの日の昼に歯みがきをしていないな。そこがぼくと似ているな。

### ③表現力の育成

ペア・グループ・学級全体などの対話活動の中で、これまでの学習で習得した知識・技能を活用して表現したり、つなぎ言葉をつかい、理由や根拠を明確にして解決方法を表現したりしました。



● 拡大模型を使って、説明する様子



歯ブラシのわきを使い、ななめ45度にしてみがけば、歯肉炎を予防できると思います。

「夜、寝ている間にむし歯菌が増える」ということから、これからは歯みがきの時間がゆっくりとれる夜に、時間をかけて、ていねいにみがこうと思います。



● 5年学活「もっと健康な歯肉」

## 「日常指導」

### 日常指導 ①歯みがきタイム

#### 日課表

給食	12:25 ~ 13:10
昼休み	13:10 ~ 13:55
そうじ	13:55 ~ 14:05
<b>歯みがき</b>	<b>14:10 ~ 14:20</b>
5校時	14:25 ~ 15:10

動画を見ながらだと、みがく順番も分かるし、歯ブラシの使う部分も意識しながらみがけるよ。

昨年度から、そうじ終了後に歯みがきタイムを実施し、全員が一斉に歯みがきに取り組みました。学習したことを再確認したり、これまでの学習シートを見たりしながらみがきました。また、養護教諭や担任が個別指導することで、知識・技能の更なる定着を図ることができました。



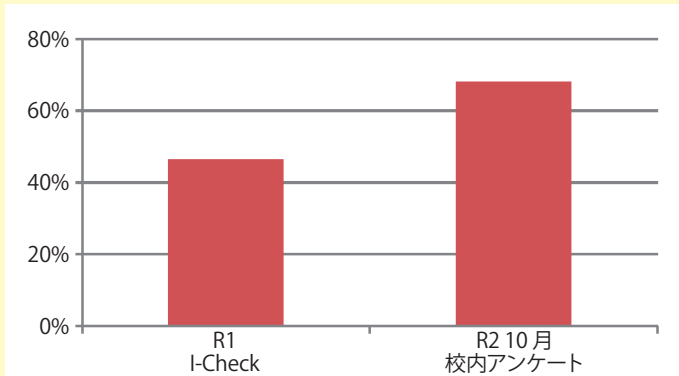
## 特別活動 ①総合的な学習の時間(内小いきいきプロジェクト)と児童会活動とのリンク

### 主体的で質の高い児童会活動を目指して!

5・6年生の総合的な学習の時間の一部を児童会活動とリンクさせ、「内小いきいきプロジェクト」として位置付けました。活動時間を保障することにより、目指す学校像を共有し、課題を洗い出すことができました。そして、各児童会で解決方法を話し合い、様々な活動に主体的に取り組みました。また、質の高い情報発信の実現に向けて、時間をかけて発表(表現)のあり方を吟味してきました。さらに、全職員が、本プロジェクトの意義を理解した上で児童一人一人に関わることで、認められる機会が増加し、自己肯定感や自己有用感の向上につながりました。



### 自己有用感



### R2 10月アンケートの記述

- 集会後の感想交流で、「知らなかった事を知ることができてよかった。」と言われました。
- 自分たちがつくったプレゼンを使って、集会で発表することができました。
- あいさつ運動をして、今まであいさつをしていなかった人があいさつをするようになりました。

## 特別活動 ②集会・縦割り班活動

各委員会が、劇・クイズ・プレゼン・絵本の読み聞かせなどの方法で、分かりやすく伝えました。



### 歯・口の健康集会 「8020 運動について」



歯と口の健康に関するクイズや絵本の読み聞かせ、カルタがためになったし、楽しかった!

### けがの予防集会



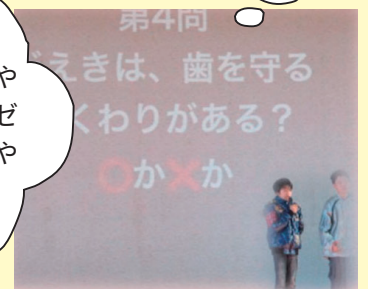
よくかむとだ液がたくさん出て歯がきれいになるんだ。

年をとっても、自分の歯がたくさんあることで、ずっと健康に生活できるんだね



歯と口の健康フェスタ

自分たちで写真や動画を使ってプレゼンをつくり、分かりやすく伝えました。



食育集会

# 「連携・協働」

## ① 専門機関との連携と協働



PTA講演会



職員研修

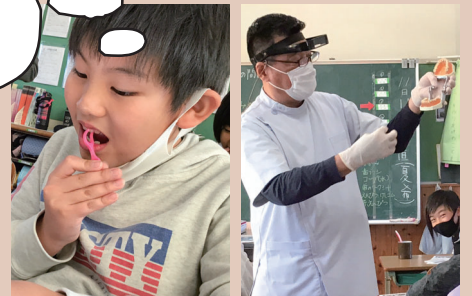
専門的な知識を学び、職員の意識も向上しました。

### 保護者の感想

私は、子どもの頃からむし歯が多く悩んできたので、今日はお話が聞けて本当によかったと思いました。毎日の生活の中、子どもの歯についてよく考えて、過ごしていきたいと思いました。

さっそく今日、子どもの口の中、そして、自分の口の中を見てみようと思います。

フロスを使うと  
歯と歯のよごれが  
とりやすいぞ!



5年学活「歯みがき補助具の使い方」

## ② 保護者との協働



4年学活「歯みがき上手」

### 保護者の感想

- ・みがけていると思っていたが意外とみがき残しが多いことが分かりました。
- ・家でも定期的に染め出しをしてみがき残しをチェックしようと思いました。
- ・自分でみがく力も大切なので、仕上げみがきをしようと思いました。

お母さんと一緒に  
みがいてきれい  
になったよ!



特別支援学級「自立活動」

## ③ 家庭・学校運営協議会との連携

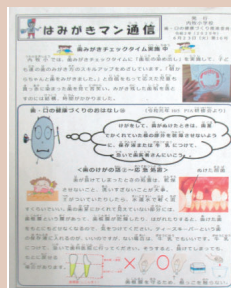
### 「はみがきマン通信」

学校での取組の紹介とともに、学校歯科医による PTA 講演会の内容を、「歯・口の健康づくりのお話」と題して連載し、家庭に配付しました。校内の掲示板や学校のホームページにも掲載することで、講演会に参加していない保護者や地域の方にも、歯・口の健康づくりについての啓発を行いました。

### 「内小キラキラはみがき隊」



学校運営協議会では本研究について説明し、どのような取組ができるかを熟議しています。



学校運営協議会

■ 資料DVD「通信関係」参照

# 学校教育目標

自ら考え、  
行動する子ども

自己肯定感も 自己有用感

知識・技能・問題発見・解決能力



## 望ましい学級・学校経営

**授業づくり**  
基礎的・基本的な知識・技能を活用し、主体的に課題解決を目指す学習過程を工夫することで、自らの課題を明確にし、個に応じた行動目標を立てることができる児童の育成を図る。

**日常指導**  
日常活動や児童会活動を中心とした特別活動を充実させることで、自己有用感や自己肯定感を高め、継続的に実践していこうとする態度の育成を図る。

**連携・協働**  
学校と家庭・地域、専門機関等と連携し、地域人材を活用したり、児童が学んだことや取組を発信したりすることで、健康の保持増進への意識の向上を図る。

**視点1**  
①専門性を生かした指導による知識・技能の習得  
②メタ認知能力（自らの課題を明確にする力など）の育成  
③表現力の育成

**視点2**  
①歯みがきタイムなどの日常活動の充実  
②総合的な学習の時間とリンクした児童会活動の充実  
③異学年との交流の機会を設定

**視点3**  
①学校と家庭・地域、専門機関等との連携や協働  
②地域人材の発掘と活用