

ごあいさつ

阿蘇市立内牧小学校

校長 筑紫 聖文

本校は、令和元・2年度の2年間、一般社団法人日本学校歯科医会及び一般社団法人熊本県歯科医師会から「生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業」の推進学校として委嘱されるとともに、熊本県教育委員会より「歯・口の健康づくり研究推進校」の指定を受けました。

一昨年度の児童の実態は、う歯の罹患率が高く、治療率が低いという非常に厳しい状況でした。また意識調査においても、自己肯定感や自己有用感が低く、自分を肯定的に評価できない児童が多いという結果が見られ、健康教育の基盤となる自分自身を大切にすの心の育成が求められます。あらためて一人一人の児童が自分自身の健康に目を向け、健康を自己管理できるように、その知識や価値観、スキルなどの資質や能力の育成が喫緊の課題として明らかになりました。

昨年度は、保健学習の工夫改善を図るとともに、歯みがきタイムの時間帯を変更したり、児童会活動の活性化等に取り組みながら、児童の意識の高揚と自ら行動する態度の育成を目指しました。また、「学校・学級通信」や「保健通信」等で取り上げたり、学校歯科医による講演会を実施する等、保護者への啓発も行ってきたことで、治療率も伸びてきました。さらに、保護者や地域の理解と協力を得るために、PTAや学校運営協議会等に協力を得ながら、地域で取り組めることはないか、熟議を重ねてきたところです。

本年度は、児童会活動の更なる充実を求め、総合的な学習の時間とのリンクを図りながら、探求的な学びの実現を目指しました。その結果、児童自らが各委員会の課題を整理し、その解決に向けて取り組む姿をよく目にするようになりました。更に、計画的に発表の場を設けていくことで、児童が周囲から認められる機会が増え、ひいては、自己有用感の高揚につながっています。まだ、スタートしたばかりの取組で、試行錯誤の段階ですが、学校の実情を踏まえながら、持続可能で効果のある取組について、引き続き研究を重ねていく必要があると考えます。

本文では、「歯・口の健康づくり」について授業の工夫改善や委員会の活性化、環境整備など、多方面にわたる研究の成果と課題をまとめました。是非、課題や改善点をご指摘いただくとともに、本校の研究が今後さらに充実したものになりますように、どうか、忌憚のないご指導とご助言を賜りますよう、よろしく願います。

研究の概要

【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 ～

I 研究の意義と構想

◇世界保健機構では人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし改善できる力の育成を図るとともに、学齢期からの取組の必要性をうたっています。

◇健康教育に「歯」「口」を教材として取り扱う学習的価値

1 「歯・口の健康づくり」の意義

今日、子ども達を取り巻く状況は、新しい消費形態とコミュニケーションの形態、商業化、環境の悪化、都市化などにより、社会環境や生活環境が急激に変化しています。こうした変化は、子どもたちの心身の健康状態に大きく影響を与えています。また、わが国は、世界に冠たる長寿国ですが、継続的な医療・介護に依存せず、自立した生活を送る健康寿命の延伸が求められています。しかし、昨今の実情をみてみますと、不適切な生活習慣が引き起こす生活習慣病は、国民病とまで言われるような大きな課題となっています。このような生活習慣病は、学齢期に起因していると言われており、学校における健康教育の推進が求められています。

健康教育の展開を図る上で、実体が見えにくい生活習慣病を子ども達に理解させることは難しいものです。その点、「歯」の疾病（う歯や歯周病）は、その状態や変化を直に観察できる、極めて貴重な教材となり得ます。歯垢が付着して発生した歯肉炎は、適切な歯みがきで短期間に改善します。染め出し液を活用したプラークチェックは、子ども達自身でブラッシングの効果を検証できます。このような経験は、自己の体を分析し、コントロールしていくことの大切さを気づかせてくれます。また、口腔及び口唇、歯から形成される「口」は、豊かな健康を維持していくために欠かせない器官です。人の健康づくりは、乳児期のように保護者（他者）から支援される時期から、自ら考え、行動できる時期へと移行します。その転換期でもある学齢期に、歯・口の健康づくりの研究を推進していくことは、健康で文化的な生活を送るために必要な資質・能力の育成に寄与する、意味あるものだと考えます。

2 研究の構想

【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 ～

本校が目指す「自ら考える子ども」とは、健康を維持していくために必要な知

識・技能を活用し、身近な問題を発見して、試行錯誤しながら解決していく児童です。「行動する子ども」とは、歯みがきをする、歯科に行く、歯及び口腔の安全に気を付けて行動するなどの習慣を身に付けた児童であり、そこには、自分の健康を維持するために、進んで行動できる児童を描いています。

「自ら考え、行動する子ども」の育成では、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。自分のことを大切にしたいと思わない児童が、自分の健康を考えて行動することはできないからです。しかしながら、本校の調査（平成30年度：指定を受ける前年度）では、児童の自己肯定感・自己有用感が低いという結果から、自分の存在を肯定的に受け止めることができない児童の姿が見えてきました。

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・自己有用感を高めようと考えました。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。

以下は、研究の構想図です。

【構想図】



◇質問紙調査
東京書籍株式会社
I-CHECK（総合質問調査）→結果：リーフレット参照

◇実践の柱
・「知識・技能」の習得
・「問題発見・解決能力」の育成
・「自己肯定感・自己有用感」の育成

◇本校の教育目標
自ら学び、考え、行動するいのち輝く子どもの育成～地域とともに～

◇本校は、平成25年度に学校運営協議会制度を導入し、「地域とともにある学校づくり」に取り組んできました。

II 具体的な実践

◇共有できる知識・技能は、次の学習にも活かせる知識・技能（転移する知識・技能）であり、学習した集団の中で一般化されるものです。

◇「生きる力」を育む学校での歯・口の健康づくり（令和元年度改訂）公益財団法人日本学校保健会

◇学校歯科医講師招聘の実績
令和元年
・5年授業2回
・PTA研修1回
令和2年
・5年授業2回
・職員研修1回

1 「知識・技能」の習得

本校が考える知識・技能とは、児童が共有できる知識・技能です。共有された知識・技能は、効果的な情報として、協働活動や学び合いの場面で機能します。共有できる知識・技能の習得には、教師の手立てが重要です。本校では、次の3点について取り組んでいます。一つ目は、授業者は、（1）知識・技能の精選が必要です。学年の系統性を踏まえた上で、その知識・技能にどんな意味や学習内容が内包されているか、吟味することが重要となります。二つ目は、（2）知的好奇心をくすぐる手立てが必要です。養護教諭や学校歯科医との連携、委員会の活用など学習環境を工夫することが求められます。三つ目は、知識・技能の（3）定着を図る手立てです。日課を工夫することで常時活動の実践の場と活動内容の充実が確保できます。

（1）知識・技能の精選

児童に身に付けさせたい知識・技能は、「歯・口の健康づくり学年別年間指導計画(DVD：chapter2-2)」に整理しています。この指導計画は、日本学校保健会の資料をもとに作成しています。昨年度（指定1年目）末には、再度、知識・技能の内容や系統性を見直しました。このことで、各学年の指導内容が重複したり、学年間の学習内容の難易度が逆転してしまうという問題点は改善され、児童の発達段階に応じた計画に再構築されました。実践を重ねる毎に新たな修正箇所が見えてきますが、「修正は成長である」と前向きに取り組んでいます。

（2）知的好奇心をくすぐる手立て

専門的な見識を持つ養護教諭や学校歯科医の言葉には説得力があります。委員会が企画する集会（DVD：chapter1-3）は、笑顔で参加する児童の姿が見られます。TT授業や講師招聘、児童会活動の充実を図る取組は、「知識・技能」の習得に欠かせない取組です。

養護教諭は、授業者への情報や教材の提供だけでなく、時には、授業の補足説明やスキル指導、関係機関との調整等も行います。右の写真は、新入生説明会で保護者を対象に給食センター配置の栄養教諭が、歯と口の健康について「食育」の視点で講話をしている様子です。

5年生は、学校歯科医による講師招聘授業(DVD：chapter1-2-7)を行って

【養護教諭の指導】



【栄養教諭の指導】



ます。事前に養護教諭が習得させたい「知識・技能」の確認を行います。学校歯科医から「なぜ、歯間ブラシは必要なのか」「なぜ、そのような使い方をするのか」など、その根拠を示しながら説明していただいています。授業後、学校歯科医の先生から、子ども達への手紙を頂きました。

◇本校の教育目標のサブテーマは、「～地域とともに～」です。内牧小は、地域に支えられて成長する学校であると実感しています。

5年生の皆さんへ （一部抜粋）

～慣れないフロスを使って、「どうやったらうまく汚れが落ちるかな？」と考えながら手を動かしてくれましたね。先生もとてもうれしかったです。みんなは、しっかり磨かないと歯に汚れが残ることが分かったと思います。これからは、6歳臼歯の後ろにもう一本永久歯が生えてきていますので、むし歯や歯肉炎（はぐきの病気）にならないよう歯みがきを頑張ってください。

各委員会は、児童集会で取組を紹介(DVD：chapter1-3)します。そこには、発表の内容を工夫する児童の姿があります。写真は、給食委員会が、クイズ形式でプレゼンする「食育集会」の様子です。参加した児童は、噛むことで唾液が出ること、唾液がむし歯を予防することを学びました。集会の「振り返り」の場面では、低学年の児童が学んだことを元気に発表する姿が見られました。

【食育集会】



(3) 定着を図る手立て

令和元年度（指定1年目）から、給食後の歯みがきタイムを、午後の授業の開始前に移動しました。それは、給食の後片付けと歯みがき指導が同時進行になりやすく、どちらの指導も思うようにできないという先生方の声を受けたからです。歯みがきタイムを移動したことにより、一斉指導が容易となり、個別指導も対応できるようにしました。写真は、動画を視聴しながら歯みがきを行っている児童の様子(DVD：chapter1-3)です。

【歯みがきタイム】



◇日課表	
給食	12:25～
(歯みがきタイム)	
昼休み	13:10～
↓	
そうじ	13:55～
↓	
歯みがきタイム	14:10～
5校時	14:25～

2 「問題発見・解決能力」の育成

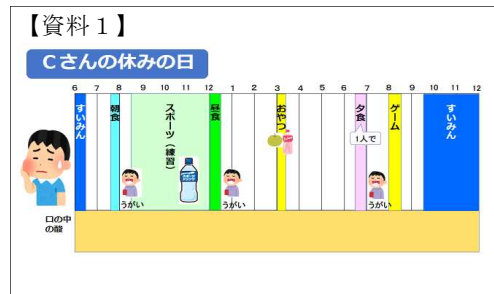
「問題発見・解決能力」とは、自己の課題を明らかにし、その解決に向けて筋道を立てて解決の方法を考えたり、修正の方法を工夫したりしていく力のことです。児童は、「自分の課題は何か」「効果的な解決方法は何だろうか」「取組をどのように広げていこうか」など、試行錯誤しながら学習を進めていく中で、この力を身に付けていきます。この能力の育成には、様々な事象を客観的な視

点で分析する力(1)メタ認知能力と、円滑な情報交換のために必要な力(2)表現力が求められます。

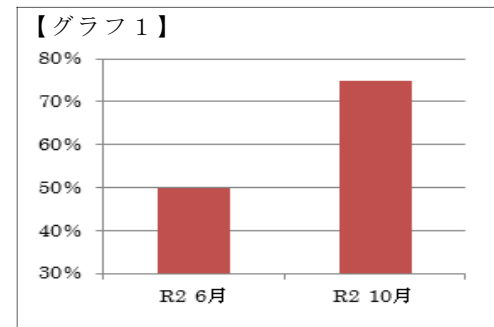
(1) メタ認知能力の育成

メタ認知能力とは、自分自身を客観的に認知する能力のことです。自分は何ができていて、何ができていないのか、どんなことが得意であり、どんなことが苦手なのか客観的に分析できる力です。メタ認知能力の育成には、自己の学びを客観的に捉える場面を設定します。例えば、模範となるもの(資料等)と自己の表現(回答やノート、レポート、行動)を「比較」させたり、教師の声かけ(評価)により自己の学びの変容に気づかせたりします。また、その効果を高めるために、児童が直接「見る」ことができない事象や関係性を「見る」ことができるようにする(可視化)教材の工夫(DVD: chapter6-1)が必要です。

高学年は、私生活を振り返ることで自分の行動を見直す授業を行います。私生活の「行動パターン」を頭の中で整理していくことは難しいことです。そこには、行動を可視化した資料が有効に機能します。【資料1】は、ある子どもの行動を可視化したものです。児童は、他者の「行動パターン」と、自分の行動を「比較」しながら、自分の生活スタイルを考えます。



【グラフ1】は、「磨き残しが多い場所を知っているか」の問いに対する結果です。染め出しチェックを定期的に行い、その都度評価を返していくことで、児童は、自分の磨き方の偏りや、その変容に気づきます。自分の予想に反する思いがけない結果から、「意外と前歯が磨けてないなあ。」「まだ、磨き残しがあるんだ。」という声が聞かれますが、この気づきが自己分析を確かなものにしていき、ひいてはメタ認知能力の育成につながると考えます。



(2) 表現力の育成

表現力とは、単に「書く」「説明」できる力ではなく、思考力の一部と捉えています。つまり、表現力の育成のためには、思考力の育成も同時に考える必要があります。

思考力は、自他との関わり合いの中で、試行錯誤しながら深まります。それは、対話を通して、自分の考えと異なった考えと出会い、自分の中で完結していた考えが揺さぶられて、新たな見方や考え方ができるようになるということです。しかし、対話を通して、自分の考えを、正しく伝えることは難しいことです。そこには、教師の関わり(①根拠や理由を明確にした対話)が必要です。また、授業では、児童から授業者の期待する回答が得られないことがあります。

◇メタ認知能力
小学校学習指導要領
(平成29年度告示)
解説参照

◇可視化とは、人が
直接「見る」ことが
できない現象・事象・
関係性を「見る」こと
のできるものにする
ことです。

◇思考力
思考力とは、「思考
力・判断力・表現力
等(文部科学省)」
と捉えています。

表現力は、試行錯
誤しながら導き出し
た考えを、表現する
力と捉えています。

そこで、児童の回答（ゴールの姿）を先に予測し、その回答をどのように引き出していくのか（②「ゴールを見据えた授業展開」の工夫）考える授業づくりに取り組んでいます。

①根拠や理由を明確にした対話

対話には、伝えたい内容の根拠となる情報と、その情報をもとに、自分の考えを主張するための理由づけが必要です。しかし、「自分の考えを整理して説明してください。」と指示を出したとしても、「どう説明すればいいのだろう…」と、悩む児童がいるのではないのでしょうか。そこには、児童への手立てが必要です。

本校では、児童に対して、説明や対話の仕方にルールを決めています。右表の「せ

つめい言葉」「つなぎ言葉」は、全教室に掲示してあります。教師は、思うように説明ができなかったり、考えが整理できない児童には、このツール「言葉」を活用させています。

②「ゴールを見据えた授業展開」の工夫(DVD：chapter1-1)

「ゴールを見据えた授業展開」とは、児童のゴールの姿をイメージして、その姿を目指すために授業を「逆向きに設計」することです。この考えを取り入れたことで、授業者は、児童の知識・技能の理解度や生活様式の把握が自ずと必要となり、そのことが授業展開の工夫につながります。

高学年の研究授業で話題になったのが、児童から引き出したい思考の質です。授業の振り返りの場面では、「食事の後には歯みがきをします。」「甘いものは食べないようにします。」など、どの学年でも答えられるような回答しか得られませんでした。そこで、さらに一步踏み込み、「自分の行動における課題を深く見つめた言葉を引き出すためにはどうすればよいか」を考えて授業を再構築しました。そして、そのために「必要な教材は何か」「どのような実態把握が必要か」「どのような発問が有効か」等を考えるようにしました。

③「問題発見・解決能力」の育成の評価

「問題発見・解決能力」の育成は、思考の変容から評価します。思考の変容は、学習シートや児童の発言をもとに、児童が、自己の課題を明らかにし、その課題を解決していく過程を見取りました。本校の高学年は、児童一人一人が、既習の学習内容を活かし、よりよい家庭での過ごし方を考えていくことで、健康的なライフスタイルを創造していく授業に取り組んでいます。そこでは、自己の生活を振り返りながら、「歯みがきをどの時間に設定しようか。」「お風呂の時間にゆっくりみがこうか。」などの、効率性や利便性を追求した会話の中で、思考の深まりが見られました。しかし、授業で創造したライフスタイルも、いざ実践につなげていくと思うようにはいかないものです。そこで、再度、ライ

【せつめい言葉（低学年用）】

- ・まず、
- ・つぎに
- ・それから、
- ・さいごに、
- ・1つめは、
- ・2つめは、
- ・なぜならば

【つなぎ言葉（高学年用）】

- ・～にていて（比較）
- ・～ちがって（比較）
- ・～から（関連）
- ・ようするに（一般）
- ・例えば（具体）
- ・まとめると（統合）

◇「せつめい言葉」「つなぎ言葉」は、平成30年度阿蘇市教育委員会指定の学力充実の取組で発表したものです。また、「つなぎ言葉」を活用することで、多様な見方、多面的な見方を誘発すると考えます。

◇西岡加名恵（京都大学教育学研究科：教授）「『逆向き設計』論」から引用しています。

◇本研究は、「成果に関する評価の方法（要項）」の研究も求められています。そこで、児童の思考を読み解く評価に取り組みました。

フスタイルの修正が行われましたが、「思うようにいかない要因」という新たな情報をもとに、思考の再構築が行われました。そのような児童の姿から、問題発見・解決能力の育成が確実に図られてきていると考えます。今後は、思考の変容の見取りをどのように行い、どう高めていくかについて継続的な検証が必要だと考えます。

3 「自己肯定感・自己有用感」の育成

(1) 「自己肯定感・自己有用感」の育成について

自己肯定感の高い児童とは、自己を肯定的に捉えることができる児童です。自己肯定感、機を捉えて「褒める機会」を設けていくことで高まると考えます。自己有用感、人の役に立った、人から感謝された、人から認められたなど、自他との関係の中で、肯定的に受け入れられる経験を積み重ねていくことで高まります。

「自己肯定感・自己有用感」の育成には、児童の発達段階に応じて、「褒めて（自信を持たせて）育てる」という指導から、「認められて（自信を持って）育つ」という指導への移行を大切にしています。それは、単によいところを認めるのではなく、児童なりのこだわりで努力したり、工夫したりしたことを評価することで「もっと認められたい」という欲求を駆り立てるものです。

(2) 「内小いきいきプロジェクト(DVD：chapter2-4)」

今年度（指定2年目）から、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(DVD：chapter2-3)させて、その時間を「内小いきいきプロジェクト」として位置づけています。「内小いきいきプロジェクト」は、「探求的な学び」の先にある達成感を児童に経験させることもねらいの一つです。

右の写真は、「歯と口の健康フェスタ」の様子です。保健委員会が作成したクイズやカルタを使って縦割り班で活動しました。委員会のメンバーは、楽しく知識を身に付けてほしいというねらいを持って作成に取り組み、スムーズな運営を目指して工夫しながら幾度も運営計画を練り直しました。

【歯と口の健康フェスタ】



体育委員会は、昨年度、ケガによる保健室利用者が多かったという課題を受け、「危険予測能力」の育成を目指す企画を考えました。児童集会では、ケガの多かった場所を紹介し、「この場所で、どのような事故が起きたのか」「ケガを防ぐにはどうしたらよかったのか」考えさせる工夫を行っていました。場面が変わる毎に一喜一憂する児童の姿に、進行役の6年生が自信を付けていく様子が見られました。

自己肯定感と自己有用感の関係については、自己有用感に裏付けされた自己肯定感が大切だと考えます。つまり、他者から認められる経験によって自分を

◇自己肯定感・自己有用感の認識は、国立教育政策研究所 生徒指導リーフ18 参照

◇「内小いきいきプロジェクト」は、委員会の活性化が学校を元気にするという信念のもとスタートしました。

◇自己肯定感のアンケート調査（5・6年対象）では、96%の児童が「自分を大切にしたい」と回答しています。

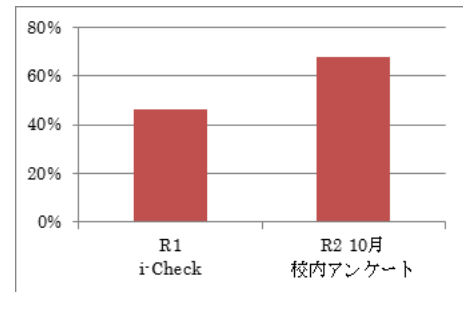
（DVD：chapter5）

◇自己有用感調査の質問事項

「あなたは、委員会や授業において、友達や先生方から認められた経験がありますか」

好きになり、自分を大切にしたいという心情につながります。今年度から、児童会活動と総合的な学習の時間をリンクさせて、探求的な活動に力を入れてきました。そこでは、身近な課題に目を向け、じっくりと課題解決に向けて取り組んでいます。その成果については、発表する機会を設けています。時間をかけて吟味していくことで、質の高い調査、分析が実現し、発表のクオリティーも高めることができました。先生方の評価も高く、児童集会後、校長先生の「原稿に頼らず、自分の言葉で言えたことがよかったよ！」の声かけに、笑顔で応じる子ども達が印象的でした。【グラフ2】は、自己有用感の調査結果です。

【グラフ2（5・6年対象）】



※ 資料関係

「授業づくり」部、「日常指導」部、「連携・協働」部の取組をリーフレット及びDVDに掲載しています。DVDには、実践の展開例及び構想案、児童会活動等の写真・動画を掲載しております。

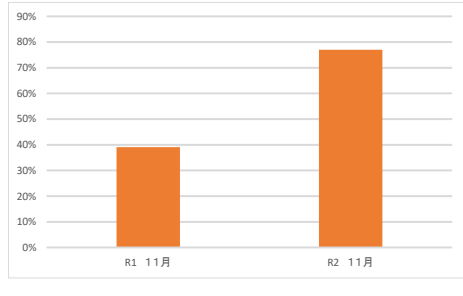
Ⅲ 成果と課題

◇フッ化物洗口は、地域のボランティア、保護者の協力で実施しています。学校運営協議会との連携及び継続的な啓発活動の成果です。

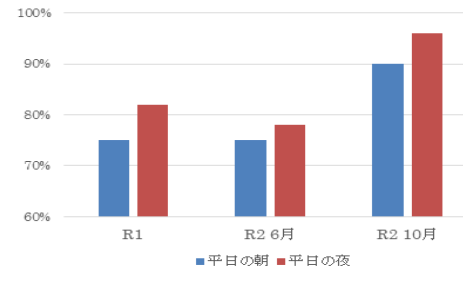
◇定期的なプロケアの必要性についても指導しています。

【グラフ3】から【グラフ5】は、歯科受診率及び歯みがき習慣の定着度、フッ化物洗口の実施率です。どれも上昇の傾向が見られます。本年度フッ化物洗口の実施率は、95.2%とアップしていますが、学校で実施するフッ化物洗口を受けていなくても、定期的に通院しフッ化物治療（予防的な処置）を行っている児童もいます。健康を保持増進していくためには、生活を振り返り生活習慣から見直していくセルフケアと、専門医を受診し適切な処置を行っていくプロケアが大切ですが、グラフの結果から、児童及び保護者の意識は、どちらも高まっていると言えます。しかし、本年度、う歯罹患率については、今のところ大幅な改善は見られません。新型コロナウイルス感染症の影響から本年度の歯科検診が大幅に遅れたことや、【グラフ4】の6月の落ち込みからも読み取れるように臨時休校期間中（令

【グラフ3】 歯科受診率



【グラフ4】 歯みがき習慣の定着度

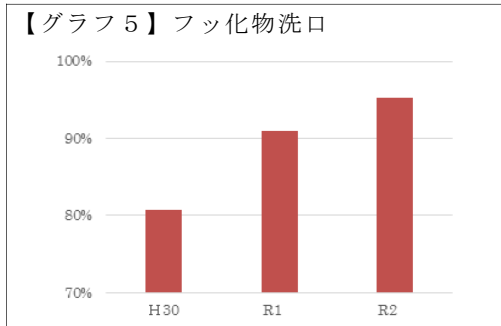


◇本年度（指定2年目）は、歯科検診が3ヶ月遅れたことや、新型コロナウイルスの影響から、受診のための予約が取れにくい状況があったことも影響していると考えます。（学校歯科医の見解から）

和2年3月～5月）の生活の変化も要因と考えます。児童の声に「朝と夜は歯みがきしたけど、昼はしていなかった。」とありました。普段学校で行っている歯みがきができなかったことも考えられます。生活の変化によって歯みがきが疎かになる

ことは、児童が自分の健康のことを考えて行動できていないという点で課題だと捉えています。これまでの取組の検証を行い、今後も、う歯罹患率の改善に向けて取組を継続していきたいと思っています。

保護者には、公開授業やPTA講演会の参加の呼びかけ、通信による啓発（DVD：chapter4）、家庭での歯みがきチェックの協力をお願いしてきました。



【保護者の感想】

私は、子どもの頃からむし歯が多く悩んでいたもので、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。

◇プロケア「8020運動」の取組参照：平成元年厚生省（現・厚生労働省）及び日本歯科医師会提唱

今後は、セルフケアだけでなく、さらにプロケアへの意識付けを一層図っていききたいと思います。セルフケアだけでは、う歯（歯周病）等を予防することは、難しいという見解からです。定期的に通院する必要性についても学習内容に取り入れたいと考えています。

本校は、平成25年度に学校運営協議会制度を導入し、「地域とともにある学校づくり」に取り組んでいます。今年度は、学校運営協議会会員の支援のもと、昨年度までの取組に加えて、健康教育の授業公開や、「子ども達の学び」を地域に発信するという企画をしていましたが、新型コロナウイルス感染症の影響により



実践が思うように推進できていません。しかし、学校運営協議会の皆様から、「健康教育は、研究の指定が終わっても、継続して子ども達のために取り組んでほしい。しっかりバックアップするから。」という力強いお言葉を頂きました。来年度は、更に地域学校協働活動（DVD：chapter2-1）との連携を強化し、新しい一歩を踏み出したいと考えています。

◇児童会活動でまとめた内容を、地域に出向いて発表する機会を設定していました。

◇地域学校協働活動の連携は、来年度から年間計画に位置づけて取り組みます。

最後に、本校の研究に対し、温かいご指導、ご助言、ご協力を頂きました皆様に心よりお礼申し上げますとともに、今後とも先生方のご指導を心よりお願い申し上げます。

