



みまちゃん

平成29・30年度 一般社団法人日本学校歯科医会委嘱

生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業

～望ましい生活習慣の形成を目指す歯・口の健康づくりと歯・口の外傷の防止～

研究紀要

**自ら課題を見つけ互いに関わり合って、進んで健康
づくりに取り組もうとする子の育成
～歯・口の健康づくりを通して～**



おさっち

平成30年10月31日（水）

岡山県美作市立江見小学校



はじめに

本校は、全児童数134名、学級数8の小規模校です。江見小学校は、近隣の3小学校を吸収統合し現在に至っておりますが、過疎化・少子化に伴い毎年10人規模での児童数の減少が起こっております。

美作市のめざす子ども像は「ふるさとの自然と人を愛する子ども」「夢や希望を持って将来の夢に向けて前進できる子ども」です。豊かな自然環境に恵まれたこの作東の地で、地域の温かい支えをいただきながら、子ども像へ近づける活動を日々続けております。また、児童、職員の共通の合い言葉として「元気に！ 笑顔で！ 一生懸命!!」を掲げ、挑戦する心や自主性を大切にした教育を進めています。

平成28年度後半、美作市教育委員会から「生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業」の研究指定を受けてもらえないかというお話をいただきました。歯と口の健康については、むし歯の罹患率や治療率、歯みがきの習慣化を高めるといような表面的な理解しかありませんでしたが、お話を伺ううちに歯や口にとどまらずに、生活の仕方の課題であり、自分の健康に関心を持ちコントロールする力の育成であると感じました。また、このことは学力の向上も含めた「生きていく力」の基礎を養う取組であることが分かりお受けすることとしました。

組織づくりでは、歯科医師会、行政、地域・PTA、教職員で「地域推進委員会」を組織しました。この組織と江見小学校学校保健委員会がタイアップして活動していくことにより、より地域や保護者と協働できる体制ができあがりました。

研究主題を「自ら課題を見つけ互いに関わり合って、進んで健康づくりに取り組もうとする子の育成」としました。さらに、研究の重点には、①体験的な活動の工夫 ②児童の意識を高める ③家庭・地域との連携をあげました。実際に体験することによる意識や習慣化の高まり、そして、学校、保護者・地域ぐるみの取組にすることが児童の「生きる力」を育てることにつながると考えたからです。実践を続ける中で児童の気づきや習慣の向上が見られる場面も多くあり、研究の励みとなりました。また、保育園も含めた中学校区での取組となっていたことも嬉しいことでした。2年間という短い研究で十分でないところも多くあります。引き続き、ご助言やご指導をいただけたら幸いです。

尚、本研究の推進に当たり、ご多用中の中、ご講演をいただき多くのご示唆を与えてくださったモンゴル医科大学歯学部客員教授岡崎好秀先生、研究の方向性や内容についての的確なご指導と励ましをいただきました岡山県教育庁保健体育課山本圭司先生、平井宏之先生、阿部さやか先生に心より感謝申し上げます。また、地域推進委員会では、岡山県歯科医師会黒住正三先生・黒木祐二先生・柴田宏先生、勝英歯科医師会会長駿河充城先生、学校保健会美作市英田支部、美作市教育委員会の諸先生方にご指導、ご協力いただき研究を進めることができました。また、歯科衛生士の皆様には実際の歯みがき指導を丁寧に分かりやすく行っていただきました。最後になりましたが、学校歯科医の赤堀純二先生にはたびたび授業や集会に参加していただき、直接児童と関わってくださる中で、歯口の健康に関する知識や意識の向上に大きく貢献していただきました。また、校内研修にも数多く参加をいただき、職員の力量の向上のみならず研究を進める上で心の支えにもなっていました。

学校内外の多くの皆様のご支援により研究実践を進め、今日の日を迎えることができました。関係者の皆様には心よりお礼を申し上げます。ありがとうございました。

今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしく願いいたします。

平成30年10月31日

美作市立江見小学校

校長 河野雅彦

目 次

はじめに

I 研究の概要

1	研究主題	1
2	研究主題設定の理由	1～2
3	研究主題について	2
4	研究の重点	2
5	めざす児童像	2
6	研究仮説	2～3
7	研究組織	3
8	研究全体構想図	3～4
9	研究の経過	5～10

II 研究の内容

1	授業実践	1 1
2	評価規準	1 1～1 2
3	日常活動	1 2～1 3
4	学校行事や児童会活動	1 3～1 4
5	環境整備	1 4
6	家庭・地域・関係機関との連携	1 4
7	歯・口の指導計画表と実践計画表の作成	1 5～1 6

III 研究実践

1	各学年の授業実践	1 7～4 0
2	食に関する指導	4 1～4 5
3	日常活動	4 6～4 9
4	学校行事や児童会活動	5 0～5 2
5	環境整備	5 3～5 4
6	家庭・地域・関係機関との連携	5 5～5 8

IV 成果と課題

1	授業実践	5 9～6 0
2	日常生活	6 0～6 2
3	家庭・地域・関係機関との連携	6 2
4	児童・保護者アンケートから	6 3～6 6

V 資料

1	アンケート用紙	6 7～7 2
2	地域推進委員会会則・構成員氏名等	7 3～7 6

おわりに

研究同人

I 研究の概要

1 研究主題

自ら課題を見つけ互いに関わり合って、進んで健康づくりに取り組もうとする子の育成
～歯・口の健康づくりを通して～

2 研究主題設定の理由

(1) 社会的課題から

わが国は、世界の中でも有数の長寿国である。しかし、長期にわたる不適切な生活習慣が原因となる生活習慣病の増加や寝たきりなどの状態を防止し、生涯にわたってセルフ・コントロールを可能とする「健康寿命」を伸ばしていくことが求められている。生活習慣病につながる生活習慣は学齢期から始まると言われている。教育によって一人一人の生涯にわたる健康づくりの基礎を培うことが極めて重要で、学校における適切な学習や指導によって健康観の育成や健康行動の確立が求められる。

特に、歯や口は鏡を見ることによって自分の体の状態や変化を直接的に観察することができ、適切な歯みがきやよく噛むこと・間食の摂り方など、日常生活の改善で結果も実感しやすく、学齢期の子どもたちにとっては極めて有効な学習材である。そのため、歯・口の健康づくりを通して、今日の教育的課題である「生きる力」をはぐくむためにも、ヘルス・プロモーションの理念を取り入れ、児童自ら進んで健康づくりに取り組む子どもを育成していくことについて、研究することとした。

(2) 児童の実態から

平成 29 年度のむし歯被患率を県平均、全国平均と比較すると、本校児童は 17.6%と下回っている。また、むし歯のある児童の治療率は、平成 29 年度は 75 %となっており、歯肉炎などの歯周疾患を持つ児童はほとんどいないという状況である。

実態把握のために平成 29 年 2 月に実施した歯・口に関するアンケート結果によると 1 日 3 回の歯みがきできていない児童がおり、1 回の歯みがきにかかる時間も 3 分未満という児童が多かった。また、鏡を見て自分の歯や口を観察しながらみがくことができていない児童も半数ほどで、児童にとって歯みがきが主体的なものになっていないようである。

また、食事について好き嫌いがあると答えた児童は半数を超えていた。しっかり噛んで食べている児童も半数ほどだった。

間食について、1 日の間食の回数は 1 回と 2 回が多かったが、夜歯みがきをした後に食べることもあるという児童も少数いた。間食の内容については、果物・チョコレート・グミ・ジュースなどが多くなっており、間食の摂り方についても家庭によって様々だった。

このように、歯・口に関連した生活習慣の課題は多くあり、子どもたちがそれらの課題を自ら見つけ健康づくりに取り組んでももらいたいと考えた。

(3) 保護者の実態から

もし、児童のむし歯が見つかったら「すぐに治療に連れて行く」という家庭が 8 割ほどだったが「痛がるようなら連れて行く」、「歯医者に行く時間が取れない」という家庭もあった。仕上げみがきを行っている家庭は全体の 3 割で、1・2 年生の保護者がほとんどだった。

保護者が児童の歯・口への関心の高かったものは、むし歯の有無や歯並びだった。

また、食事のことや間食のことを気にかけている保護者は半数ほどで、家庭によって「食」についての関心にも差があるようだ。

(4) 学校教育目標の具現化から

本校の教育目標は、『自ら学び、かかわり合って伸びようとする子どもの育成』である。この教育目標に向けて、「元気に!」「笑顔で!」「一生懸命!!」という3つの児童像を設定し、すべての教育活動の中で具現化に努めている。

今回の研究指定を受け、「自ら課題を見つけ互いに関わり合って、進んで健康づくりに取り組もうとする子の育成」と研究主題を設定し、歯・口の健康づくりを通して、目指す教育目標にせまりたい。

3 研究主題について

『自ら課題を見つけ』とは、自分の生活をみつめ、自分の体や健康に興味・関心を持ちながら、健康づくりのためにどのような課題があるか自ら見つけ出す力を持つことだととらえる。

『進んで健康づくりに取り組む』とは、むし歯や生活習慣病の予防という視点だけでなく、さらに健康の良さに気付いて自ら実践していく児童を意識している。よりよい健康づくりに目を向け、他律から自律、協同して働きかけができる子どもの育成を目標とする。

4 研究の重点

(1) 授業の充実(学級活動、総合的な学習の時間、保健体育、家庭科など)

○体験的な活動を工夫することで、児童の主体的・意欲的な学習を促すとともに、発達段階を考慮して児童が歯や口の健康状態を理解し、それらの健康を保持増進する態度や習慣を身につけることができるようにする。

○学校歯科医や歯科衛生士などの専門的な知識を生かした G・T 指導を行うことで、「歯・口の健康」、「食育」、「生活習慣」に関する理解を深め、実践できるようにする。

(2) 日常生活の充実及び環境整備

○「歯と口の健康週間」の取組で、カミカミ調べや歯みがき点検カードの実施、給食後の歯みがきの徹底を図ることで、自分の歯や歯ぐきに関心をもたせるとともに今の状態に気づかせる。

○児童会活動で歯・口について毎学期取り上げ、集会活動や掲示物の充実などの様々な活動を通して歯・口の健康づくりに対する意識を高め習慣化を図る。

(3) 家庭・地域との連携

○学校での取組を「たより(歯っぴーで笑)」,「学校だより」,「学校保健委員会だより」などを通して家庭などに伝え、PTA や学校保健委員会などの活動を通して将来にわたる健康づくりを考えた望ましい生活習慣の定着に向けて、家庭との協力を図る。

5 めざす児童像

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">① 自分に合った課題を見つけることができる子② 自ら進んで実践し、健康づくりに取り組む子③ 自分自身を大切にし、将来にわたる健康づくりを考える子 |
|--|

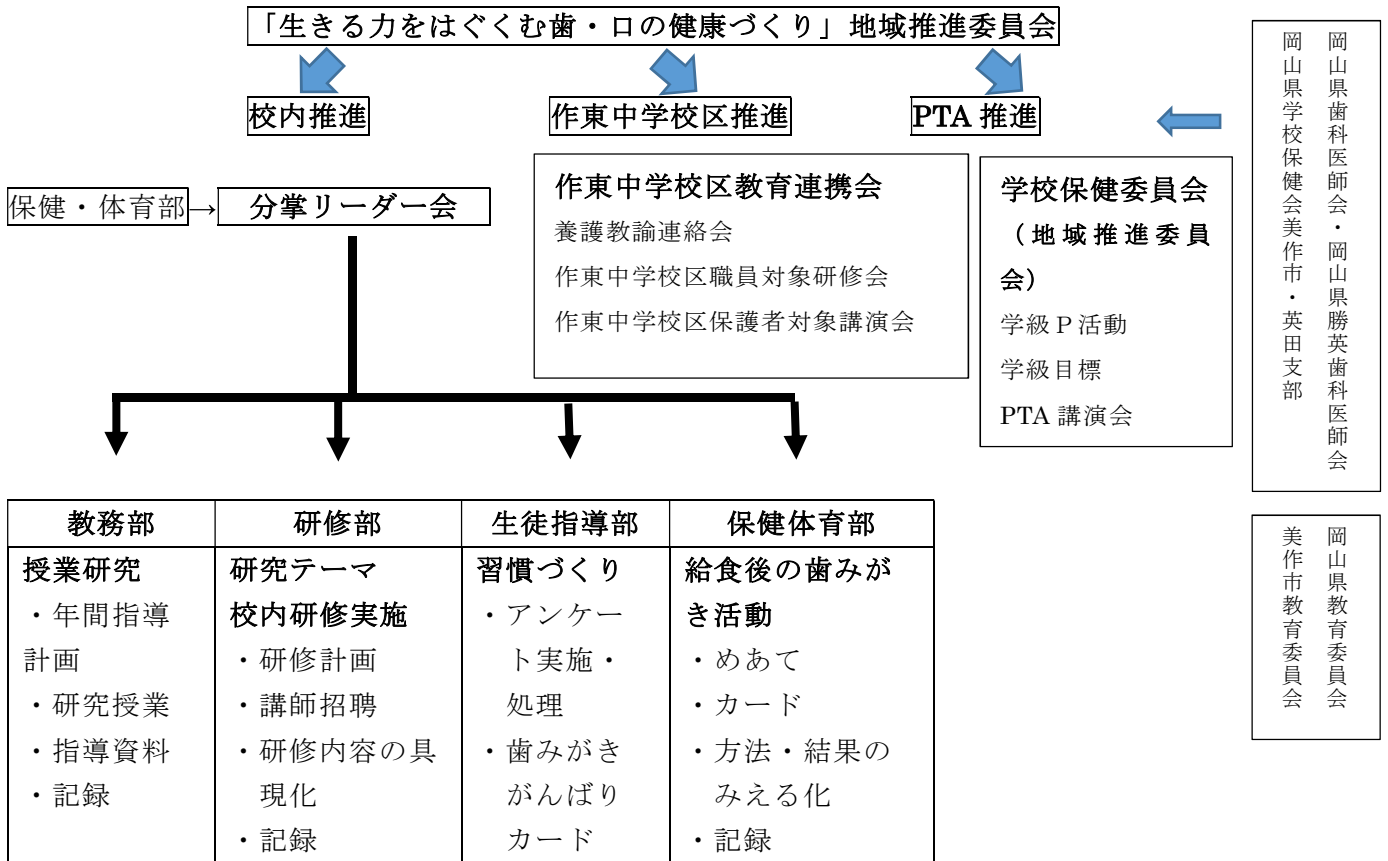
6 研究仮説

仮説 1 体験的な活動を工夫したり、専門的な知識を生かした T・T 指導を行ったりすることで、歯・口の健康づくりについての理解を深め、児童の主体的・意欲的な学習に繋がり、歯・口の健康を保持増進する態度や習慣を身につけることができるであろう。

仮説 2 日常生活の指導や児童会活動，行事などの取組の充実や環境整備を行うことで，歯・口の健康づくりについての意識を高め，習慣化を図るとともに進んで健康づくりに取組ことができるであろう。

仮説 3 家庭・地域と連携することによって，児童が将来にわたって歯・口の健康づくりを考えた望ましい生活習慣の定着に向けて実践できるであろう。

7 研究組織



教務部	研修部	生徒指導部	保健体育部
授業研究 ・年間指導計画 ・研究授業 ・指導資料 ・記録	研究テーマ 校内研修実施 ・研修計画 ・講師招聘 ・研修内容の具現化 ・記録	習慣づくり ・アンケート実施・処理 ・歯みがきがんばりカード	給食後の歯みがき活動 ・めあて ・カード ・方法・結果のみえる化 ・記録

学校教育目標
自ら学び、かかわり合って伸びようとする子どもの育成 ～元気に！笑顔で！一生懸命！！～

児童の実態
<ul style="list-style-type: none"> ・う歯の被患率は県目標より高い、歯垢2、歯肉炎がある児童は少ない。 ・治療率は県目標より低い。治療の声かけをすると治療率は7割台になるが、永久歯の治療率は6割台である。 ・給食後の歯みがき、夜のはみがきはほとんどの児童ができているが、ていねいな歯みがきができている児童は少ない。

地域の実態
<ul style="list-style-type: none"> ・保護者は、学校教育に協力的である。 ・学級のPTAで健康づくりの実践をしているが、継続には結びついていない。

めざす児童像
<ul style="list-style-type: none"> (1) 自分に合った課題を見つけることができる子 (2) 自ら進んで実践し、健康づくりに取り組む子 (3) 自分自身を大切に、将来にわたる健康づくりを考える子

研究主題
自ら課題を見つけ互いに関わり合って、進んで健康づくりに取り組もうとする子の育成 ～歯・口の健康づくりを通して～

研究の重点		
(1) 体験的な活動を工夫し児童の主体的・意欲的な学習を促す授業づくり	(2) 児童の意識を高め、継続できる日常生活の指導	(3) 家庭・地域との連携
仮説1 体験的な活動を工夫したり、専門的な知識を生かしたT・T指導を行ったりすることで、理解を深め、児童の主体的・意欲的な学習につながり、歯・口の健康を保持増進する態度や習慣を身につけることができるであろう。	仮説2 日常生活の指導や児童会活動、行事などの取組の充実や環境整備を行うことで、歯・口の健康づくりについての意識を高め、習慣化を図るとともに進んで健康づくりに取り組むことができるであろう。	仮説3 家庭・地域と連携を深めることによって、児童が将来にわたって歯・口の健康づくりを考えた望ましい生活習慣の定着にむけて実践できるであろう。
研究の内容		
授業実践	日常活動・環境整備	

<p>◇さまざまな授業を通して、児童の意欲と実践力の向上を図る。</p> <p>◇意欲的・主体的な学習を促す。</p> <p>◇「歯・口の健康」「食育」「生活習慣」「歯や口のけが」に関する理解を深め実践する。</p> <p>◇体験活動の工夫、専門的な知識を生かした T・T 指導の工夫。</p>	<p>◇全体の取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯と口の健康カード（カミカミ調べ） ・歯みがき点検カード（長期休業中） ・歯科衛生士による歯みがき指導 ・体の健康ファイル ・每学期歯みがき強化週間 <p>◇日常指導</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食後の歯みがき ・みがき方指導 <p>◇児童会活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保健委員会の取組（お話読み聞かせ・歯ブラシ点検 歯みがきのめあて・歯みがきカレンダー・保健集会） <p>◇環境整備</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教室・廊下掲示（1～4年生の歯みがきポスター、標語、キャラクターづくり、歯のクイズ）
---	--

家庭・地域・関係機関との連携

<p>【関係機関】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業での G・T 指導（学校歯科医、県歯科衛生士会、勝英歯科医師会） ・美作市教育委員会、保健福祉課 	<p>【家庭】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種たより、通信 ・フリー参観日、講演会 ・PTA 活動、給食試食会 ・保健集会に参加 ・家族と歯みがきがんばるカード 	<p>【地域】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・中学校区研修 ・保健集会に保育園児参加 ・保育園ピカピカ教室参加
---	---	--

研究の経過

【平成 29 年度】

月 日	全体会・部会	各種連携	月 日	授業研究・日常活動他	各種連携
3月28日(火)	P T (保健体育部と分掌リーダー会合同) (保小打合会)	保育園			
5月8日(月)	第1回校内研修(研究の進め方, 学習指導案の書き方)	県保健体育課 阿部先生	(毎月)	児童保健委員会「はみがきカレンダー」	
15日(月)	第2回校内研修(部会, 6月学習指導案検討)		(毎月)	児童保健委員会歯みがきのめあて	
17日(水)	第3回校内研修(6月1月授業の内容について)			児童保健委員会歯ブラシ点検	
24日(水)	第4回校内研修(ブラッシング指導学校歯科医)	学校歯科医		歯みがき強化週間	
24日(水)	歯・口健康診断	学校歯科医			
29日(月)	第5回校内研修(指導案検討)				
31日(水)	第6回校内研修(指導案検討)				
31日(水)	歯・口健康診断	学校歯科医			
6月2日(金)	全国学童歯みがき大会参加(5年生)			歯と口の健康週間カード 歯・口・食生活アンケート	
5日(月)	第7回校内研修(学習指導案交流, 模擬授業)		20日(火)	参観日授業公開	
12日(月)	第8回校内研修(模擬授業)			1学年「いろいろな食べ物」	担任・栄養教諭(T・T)
14日(水)	第1回学校保健委員会 (健康診断結果, 生活アンケート結果, 学校歯科医講話「歯科検診について, 歯と口のパンフレット説明」, 栄養教諭「フレッチャーさんの大発見, かむ健康法」)	学校医 学校歯科医 学校薬剤師 保健師 教育委員会 保育園 P T A		2学年「歯の形, 自分にあったみがきかた」	担任
26日(月)	第9回校内研修(授業反省)			3学年「むし歯の原因とおやつのととり方」	担任・養護教諭(T・T)
				4学年「未来につなげよう! かむことの力」	担任
				5学年「歯科検診の記号」	担任・養護教諭(T・T)
				6学年「めざせむし歯1本以内」	担任
				家族と歯みがきががんばるカード(1回)	P T A
7月10日(月)	作東中学校区教育連携会 講演会 「歯・口・食の健康」	教育委員会 保育園 小学校 中学校	10日(月)	第1回児童保健集会 スタンプラリー(歯がとけたらどうなるのかな? コーナ, 歯ッピークイズコー	教育委員会 保育園 小学校 中学校

20日(木) 31日(月)	<p>養護部会講話 「養護教諭が取り組む 歯・口・食育の視点」 講師 モンゴル医科大学 客員教授 岡崎好秀 先生</p> <p>第10回校内研修(研究 の進め方, 今後の取組)</p> <p>P T (研究テーマについ て)</p>			<p>ナー, どっちが強いかな? コーナー, カミカミ体験コ ーナー, つりコーナー, 食 や生活リズムの坊主めくり コーナー, あいうべ体操)</p>	P T A
8月21日(月) 24日(木)	<p>P T (研究組織につい て)</p> <p>P T (研究体制につい て)</p>			<p>生活点検「正しいリズムで 1・2・3!!」(夏休み, 2学期始め)</p>	
9月20日(水)	<p>第2回学校保健委員会 (学校歯科医講話「歯・ 口けがの予防」, 学校薬 剤師「タバコの話」, プレ スト会議)</p>	<p>学校医 学校歯科医 学校薬剤師 保健師 教育委員会 保育園 P T A</p>			
10月16日 (月) 30日(月)	<p>P T (1月授業, 中間発 表, 講演会演題につい て)</p> <p>分掌リーダー会(今後の 研究について)</p>		<p>19日(木) 23日(月) 30日(月)</p>	<p>6年生給食試食会「いろい ろな食べ物をよくかんで食 べよう」 親子歯みがき「歯肉炎, 歯 の汚れを取ろう(前歯)」 1学年「3つのなかまのた べものがそろったカナッペ をつくろう」 歯みがき強化週間 第2回児童保健集会 お話, 実験</p>	<p>栄養教諭 県歯科衛生士 担任・栄養教 諭(T・T)</p>
11月				<p>歯と口の健康週間カード 家族と歯みがきががんばるカ ード(2回) 歯・口・食生活アンケート</p>	P T A
12月1日(金)	<p>講演会(対象: PTA, 4~ 6年児童他) 「親子で実践, かんで, みがいて, 歯^{しょう}っぴーで笑 ~口は命の入り口, こ^{エミー} ろの出口~」</p>		1日(金)	<p>1・4年生試食会「いろい ろな食べ物をよくかんで食 べよう」 1年生親子歯みがき「第1 大白歯のみがきかた, 仕上 げみがき」</p>	<p>栄養教諭 県歯科衛生士</p>

	講師 モンゴル医科大学客員教授 岡崎好秀先生			4年生親子歯みがき「永久歯のみがきかた、歯みがき点検の大切さ他」 生活点検「正しいリズムで、元気にすごそう」(冬休み)	県歯科衛生士
5日(火)	P T (中間発表資料づくり分担, 進め方, 研究発表会の日程内容)				
11日(月)	分掌リーダー会 第7回校内研修(今後の取組)				
1月10日(水)	第11回校内研修(中間まとめ検討)		17日(水)	部会内公開授業 1年生 歯の話と歯みがき指導	学校歯科医
17日(水)	第12回校内研修(学習指導案について, 指導案交流)		22日(月)	2学年「よくかんで食べよう」	担任・養護教諭(T・T)
18日(木)	P T (1月歯口の授業について)		23日(火)	3学年「よくかんで味わって食べよう」	担任・栄養教諭(T・T)
22日(月)	第13回校内研修(授業公開の共通理解)		24日(水)	支援学級「ブランクをやってしよう!」	担任・養護教諭(T・T)
24日(水)	第14回校内研修(授業反省)		31日(水)	5学年「けがの防止」(公開授業)	担任
31日(水)	第1回地域推進委員会(第3回学校保健委員会)(平成29年度研究の報告)			1学年「歯によいおやつのとおり方」(公開授業)	担任
				4学年「むし歯のないピカピカの歯をめざそう」	担任・勝英歯科医(G・T)
				6学年「歯周病について知り、健康な生活を見直そう」	担任・勝英歯科医, 歯科衛生士(G・T)
2月7日(水)	第15回校内研修(授業反省)		13日(火)	参観日	県歯科衛生士
20日(火)	P T (研修について, 研究紀要について)			2年生親子歯みがき「第1大臼歯, 前歯のみがきかた, 仕上げみがき」	
26日(月)	第16回校内研修(来年度研究にむけて)			3年生親子歯みがき「永久歯のみがきかた, 歯みがき点検の大切さ」	県歯科衛生士
28日(水)	第17回校内研修(来年度研究にむけて)			5年生「歯肉炎, 歯のみがき方, フロスの使い方」 歯みがき強化週間 家族と歯みがきががんばるカード(3回)	県歯科衛生士
3月23日(金)	P T (来年度に向けて)				
28日(水)	分掌リーダー会				

【平成 30 年度】

月 日	全体会・部会	各種連携	月 日	授業研究・日常活動他	各種連携
4月5日(木)	P T (今年度の取組について)				
16日(月)	第1回校内研修(学習指導案作成)				
20日(金)	平成30年度生きる力を育む歯・口の健康づくり推進事業今年度の進め方について	県保健体育課 阿部先生			
5月9日(水)	歯・口健康診断	学校歯科医		児童保健委員会「はみがきカレンダー」	
・16日(水)					
21日(月)	第2回校内研修(学習指導案書き方指導)	県総合教育センター 久次先生 県保健体育課 阿部先生	(毎月)	児童保健委員会「歯のお話」	
			(毎月)	児童保健委員会歯ブラシ点検	
23日(水)	第3回校内研修(保健指導について, ブラッシング指導 学校歯科医)	学校歯科医		歯みがき強化週間	
28日(月)	第4回校内研修(部会, 6月学習指導案検討)				
6月4日(月)	第5回校内研修(指導案交流)		4日(月)	歯と口の健康週間カード	
8日(金)	全国学童歯みがき大会参加(5年生)			江見保育園に訪問(保健委員会「お話とあいうべ体操」	
13日(水)	低学年部会(指導案検討)		19日(火)	参観日授業公開	
15日(金)	P T (研究会学習指導案に向けて)			1学年「歯の王様を守ろう」	担任
25日(月)	第6回校内研修(授業反省)			2学年「こどものは おとなのは」	担任
27日(水)	第1回学校保健委員会(健康診断(歯科)結果, 歯・口・食アンケート結果, 学校歯科医講話「糖尿病と歯周病の関係」, ブレスト会議)	学校医 学校歯科医 学校薬剤師 保健師 教育委員会 保育園 P T A		3学年「おやつを食べ方」	担任
				4学年「むし歯のないピカピカの歯をめざそう」	担任・養護教諭(T・T)
				5学年「全国はみがき大会を通して」	担任・養護教諭(T・T)
				6学年「歯周病の原因や炎症のメカニズムについて理解を深め, 健康な生活をしよう」	担任・県歯科衛生士(G・T)
				歯・口・食生活アンケート	
				家族と歯みがきがんばるカード(1回)	P T A

7月2日(月) 9日(月) 19日(木) 26日(木)	第7回校内研修(研究会 学習指導案準備) 第8回校内研修(紀要作 業) P T (研究会にむけて) 第9回校内研修(部会, 研究会学習指導案検討)		18日(水)	第1回児童保健集会 ウォークラリー(カミカミ クイズコーナー,「はぶらし のひみつ」コーナー,「ふい てとばして」コーナー, 標 語コーナー, R Dテストコ ーナー,「歯によいメニュ ー」コーナー, カミカミ体 験コーナー	学校歯科医 小学校 中学校
8月6日(月) 17日(金) 23日(木)	第10回校内研修(部会, 研究会学習指導案検討) P T (研究会にむけて) 第11回校内研修(学習 指導案検討)	県総合教育セ ンター 久次先生 県保健体育課 阿部先生		生活点検「正しいリズムで 1・2・3!!」(2学期始 め)	
9月26日(水)	第2回学校保健委員会 (児童保健集会,各学級 の取組について,学校歯 科医講話)	学校医 学校歯科医 学校薬剤師 保健師 教育委員会 保育園 P T A			
10月3日(月) 15日(月) 17日(水) 22日(月) 24日(水)	第12回校内研修(研究 会準備) 第13回校内研修(部会, 模擬授業) 第14回校内研修(部会, 模擬授業) 第15回校内研修(各自, 授業準備) 第16回校内研修(学習 指導案交流)		31日(水)	研究発表会 1 学年「しっかりかんで 歯っぴーになろう」 2 学年「しっかり歯みがき をしよう」 3 学年「よくかんで食べよ う」 4 学年「ピカピカの歯を保 つには」 5 学年「けがの防止～歯や 口を守るために～」 6 学年「自分の健康な生活 を考えよう」 歯みがき強化週間	担任 担任・勝英歯 科医(G・T) 担任・栄養教 諭(T・T) 担任・勝英歯 科医(G・T) 担任 担任
11月5日(月)	第17回校内研修(研究発 表会反省)			歯と口の健康週間カード 家族と歯みがきがんばるカ ード(2回)	P T A

12月				生活点検「正しいリズムで、 元気にすごそう」(冬休み)	
1月30日(水)	第3回学校保健委員会 (平成30年度歯と口研 究取組の報告, PTA取組 経過と結果の報告)	学校医 学校歯科医 学校薬剤師 保健師 教育委員会 保育園 P T A			
2月	第18回校内研修(取組 のまとめ)			歯みがき強化週間 家族と歯みがきがんばるカ ード(3回)	
3月	第19回校内研修(来年 度計画)				

II 研究の内容

1 授業実践

(1) 意欲と実践力の工夫

将来の自分の歯・口の健康について考え行動（予防・治療等）できるように、体験的な活動の充実を図っていく。学習したことを、学校生活（保健委員会等の取組と連携）や家庭生活（PTAとの連携）に生かしたり、振り返って改善したりできるようにする（歯みがきカード等の取組、保護者の協力等）。

(2) 意欲的・主体的な学習の工夫

児童が自分の歯・口に興味や関心をもち、教材（画像・映像等）や ICT 機器を用いたり、体験的な活動を積極的に取り入れたりしていく。教材については、外部講師等の専門的な知見を聞きながら準備し、授業に取り入れていく（授業のどこで、何を、どのようにしようするか）。

(3) 理解を深める工夫

歯・口の健康づくりに関係した授業で学んだ知識を相互に関連付けながら、理解が深まるように「授業の最初に既習事項の確認」「個人で考えた意見を基に、ペア、グループや全体での話し合い活動（話し合いのポイント提示）を行い「まとめや振り返りの充実」に取り組む。

(4) 体験活動や専門的な知識を生かした T・T の工夫

外部講師（歯科医や歯科衛生士ら）の専門的な知見を生かした T・T 指導による授業を行う（講話・実験・観察・グループワークのコーディネート等）。また、栄養教諭と連携して、給食メニューに、五感を使って食材そのものの味を感じることができるよう旬の食材を取り入れてもらう（栄養教諭による栄養指導等）。

2 評価規準（歯・口に関わる）

ふれあい関わる力	自ら考え学ぶ力	自己を見つめ 共により良く生きる力
<p>1 五感で感じる力</p> <p>○給食の食材やメニューについて、給食に関する食育指導を通して関心をもつことができる。</p> <p>○自分の口の中を観察し、歯や歯肉の様子を見たり、舌で歯を触ったりして、自分の歯の状態を感じることができる。</p> <p>2 ふれあいよさを感じる力</p> <p>○自分の歯・口の健康について考えるために、外部講師（歯科医や歯科衛生士）らと触れ合うよさを感じることができる。</p>	<p>1 自ら探究する力</p> <p>①課題を設定する力</p> <p>○「みがき残しがないか」「むし歯や歯肉炎になっていないか」「よく噛んで食べているか」「間食のとり方」等について、自らの課題を明らかにすることができる。</p> <p>②情報を収集する力</p> <p>○課題から設定した目的のために必要な情報を収集することができる。</p> <p>（例）第一大臼歯のみがき方、歯と歯肉の間のみがき方、よく噛んで食べるには、上手に間食をとるには等</p> <p>③情報を分析する力</p>	<p>1 自己を見つめる力</p> <p>○歯みがきの回数やみがき方、食事のとり方について生活を見直し、考えることができる。</p> <p>2 問い直す力（批判する力）</p> <p>○歯みがきがなぜ必要なのか、食後にみがくことの意味、むし歯になったら治療がなぜ必要なのか、なぜ嘔むことが必要なのかについて等、問い直すことができる。</p> <p>3 協力・協同し高め合う力</p> <p>○給食後の歯みがき等で、お互いに声掛けができ、保健委員</p>

<p>3 他者と関わり交流する力 コミュニケーション力</p> <p>○外部講師（歯科医や歯科衛生士）らから、自分の歯・口の健康について意見を交流したり、質疑応答したりすることができる。</p> <p>4 他者をつながり重視する態度</p> <p>○外部講師（歯科医や歯科衛生士）らとの関わりをもととすることができる。</p>	<p>○集めた情報から歯・口の健康にとって大切なことや効果的なことは何かを整理することができる。</p> <p>④表現・発信する力</p> <p>○学級の中で調べたことを伝えることができる。</p> <p>○保健委員会等でまとめたことを給食時間や集会活動等を通して全校に伝えることができる。</p> <p>2 未来像を予測して計画を立てる力</p> <p>○「8020運動」について触れ、将来の自分の健康について考え、計画することができる。</p> <p>○むし歯や歯肉炎が進行しないように治療やセルフケアをすることができる。</p> <p>3 多面的・総合的に考える力</p> <p>○歯・口の健康が全身の健康につながっていることを考えることができる。</p> <p>（例）歯周病は全身の病であること、噛む力が及ぼす全身への影響等</p> <p>4 創意工夫して創り出す力</p> <p>○様々な視点から新たな考えを取り入れ、自分に合ったみがき方や間食のとり方等、よりよいものを考え出していくことができる。</p>	<p>会のむし歯予防の取組（読み聞かせ・点検カード等）や呼び掛けに賛同し、協力できる。</p> <p>○歯・口について、興味・関心を深め、お互いに意見を述べたり、聞いたりして話し合い活動ができる。</p> <p>4 進んで参加する態度</p> <p>○自分の健康意識を高め、自ら進んで歯みがきやよりよい食生活を実践できる。</p> <p>○学校だけでなく、家庭でも意欲的に取り組み、継続していくことができる。</p>
---	---	---

3 日常の活動

(1) 全体の取り組み

1) 点検カード

6月の歯と口の健康週間及び11月のいい歯の日の一週間で「噛むこと回数チェック」を実施した。

夏休み・冬休み中に「歯みがき点検」を実施した。

3 学期には 1・2 年生は保護者の協力を得て「しあげみがき」、3 年生以上は使用した歯ブラシをすすぐときに透明コップを使用して、歯垢のおち具合を確認しながら「歯みがき点検」に取り組んだ。

2) 歯科衛生士による歯みがき指導

学級 PTA 活動とタイアップして、歯科衛生士による歯みがき指導を行った。児童の発達段階に合わせて全学年で行い、専門的な内容も含まれ、わかりやすく教えてもらった。

3) 体の教育ファイル

全児童に体の教育ファイルを配布し、学習したことを綴じるようにしている。学級活動や授業で使ったワークシートを綴じ、学習内容を振り返ったり生活を振り返ったりすることに利用している。歯みがきチャレンジカードやクイズの参加カードも綴じることで、歯や口の健康に関心を持たせるようにしている。ファイルは学年が上がっても引き続き使用して学習に継続性を持たせている。

4) 毎学期歯みがき強化週間

1 学期は 6 月の「歯と口の健康週間」、2 学期 10 月か 11 月にかけて、歯みがき推進週間とし、各学年で月の歯みがきのめあてを決めて、歯みがきに取り組んだ。保健委員会の児童が中心となり、金曜日の朝、各学級にめあての説明を行った。

5) 歯・口の健康診断

定期健康診断歯科検診は 5 月に 1 回実施している。平成 29 年検診事前指導に検診記号について、児童への説明を加えたことで、児童は興味を持って検診に臨めた。また、1・2 年生は検診後、「歯科検診中の自分の顔」を題材に図画に取り組み、自分の歯や口の中に興味を持つことができた。

(2) 日常指導

1) 給食後の歯みがき

授業で学習した「つの字みがき」「ブラシの当て方」「力の加減」等に注意しながら、自分に合った歯みがきの継続化、習慣化を目標に、担任を中心に児童に声かけをした。また、歯ブラシの毛先が広がりやすい児童について、給食後保健室で歯みがき指導を行った。

4 学校行事や児童会活動

(1) 全国小学生歯みがき大会への参加

平成 29 年度、30 年度全国小学生歯みがき大会に 5 年生が参加した。

(2) 児童保健委員会の取組

1) 常時活動

保健委員会では、週 1 回のハッピータイムの時間に、本の読み聞かせや「あいうべ体操」をした。

毎月の歯みがきのめあてや説明、歯ブラシ点検をした。

5 月の終わりから 6 月の初めにかけて「歯みがきカレンダー」に取り組んだ。

2) 保健集会

平成 29 年 7 月に全校に「歯のことを知ってもらい、歯を大事にして欲しい」と第 1 回保健集会をした。江見保育園児や保護者も参加した。

10 月に「かむことの大切さを知らせたい」と第 2 回保健集会をした。

平成 30 年 7 月に「かむとよいことや歯みがきについてクイズで知ってもらいたい」

と保健集会をした。

5 環境整備

(1) 歯と口の健康ポスター・標語

歯と口に関連した図画やポスターや標語を募集した。図画やポスターは図画工作の時間に取り組んだ。各学級に掲示し、歯・口の健康づくりの意識を高めた。

また、平成 29 年度は歯と口、食について勉強したまとめとして標語の作品を各学年で取り組んだ。

(2) 掲示、歯のクイズ

毎月歯や口に関するコーナーに歯みがきに関するめあてやみがくポイントを掲示した。歯のクイズは、毎週問題を出した。歯や口や食の知識を楽しく学ぶことができた。

(3) カミカミ調べのまとめ

6 月に「歯と口の健康週間カード」、11 月に「歯と口の健康カード」を 1 週間取り組んだ。自分でめあてを決めて、かむことを意識して給食を食べた。

(4) 歯と口のキャラクターづくり

歯みがきやよくかんで食べることや「あいうべ体操」に意欲的に取り組めるように保健委員会ではキャラクターを考えた。委員達は、キャラクターに込めたいろいろな思いや考えを発表してから投票して決めた。

6 家庭・地域・関係機関との連携

(1) 家庭との連携

たより「歯っぴーで笑」や学校だより、学校保健委員会だよりなどを通じて、歯の正しいみがき方や、歯・口の学習で学んだことを知らせ、保護者の理解を深めた。

PTA 保健体育部と連携し、歯・口に関する学校保健目標を決定した。「家庭と歯みがきがんばるカード」を作成し、学年に合わせた目標を立てて取り組んだ。

学校保健委員会では、歯科検診の結果を知らせたり、歯・口の学習で学んだことの報告を行ったりした。また、歯・口・食に関するアンケートの結果と考察を知らせ、来年度の家庭での取り組み推進の意識へとつなげた。

学級 PTA の活動で、給食試食会を行ったり、歯科衛生士の方の話を聞く機会を設けたりして、仕上げみがきの大切さや、むし歯治療の重要性について知らせた。全国小学生歯みがき大会に 5 年生が参加した。

12 月にモンゴル医科大学 客員教授 岡崎 好秀先生を招いて 4 年生から 6 年生までの児童と全学年の保護者を対象とした講演会を開いた。

(2) 地域との連携

保健集会に保護者や江見保育園の年長児を招き、かみかみ体験をしたり、クイズに取り組んだりして、意識付けを図った。

(3) 関係機関との連携

勝英歯科医師会の先生を招き、4 年生と 6 年生の児童を対象に授業をしていただいた。4 年生では、歯の生えかわりについて学習を深めた。6 年生では、歯周病について学習を深めた。

また、岡山県の歯科衛生士会の方に、全学年授業をしていただくことで、仕上げみがきの大切さや、むし歯治療の重要性について学ぶことができた。

7 歯と口の指導計画表計画

	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
学級活動 (栄養教諭による食育指導を含む) ・歯・口の保健指導	・咀嚼について ・歯のみがき方 ・いろいろな食べ物 (4～6月) ・噛む練習	・自分の歯のみがき方を知る ・動物の歯から自分の歯の役割を知る。(6月) ・自分の一口の大きさを知る ・いろいろな歯を使う (1月)	・保健委員会と歯ブラシの毛先チェック (5月) ・つの字みがきのやり方について (6月) ・むし歯について	・むし歯について (6月) ・咀嚼について (6月)	・COの時にできることを考える (6月) ・全国児童歯みがき大会への参加 (6月) ・食物繊維の働き (11月)	・歯式表を各自で見、自分の様子を知り、むし歯予防に努めようとする態度を養う (6月) ・めざせむし歯1本以内
日常生活 ・給食後の歯みがき	・歯みがきカレンダー ・しあげみがきの大切さ (6月)	・歯みがき係が自分の班できていたか発表(帰りの会)(日常)	・つの字みがきを意識して1本10秒みがくようにした(日常)	・歯みがきカレンダー (日常)	・抜けた歯の処理について ・歯並びに合わせた歯みがきの仕方 (日常)	・ブラッシング調査 (10月)
保健学習および関連教科 (栄養教諭による食育指導を含む)	・好き嫌いなくおいしく食べる	・食べ物の役割と体でのたはらき (7月)	・おやつを食べ方について (5月) ・歯のみがき方について (6月)	・育ちゆく体とわたし (7月)	・むし歯や歯肉の病気の原因とその予防 (9月) ・スポーツや運動等と歯・口の健康 (11月)	・むし歯を防ぐための歯みがきの大切さを知る(歯科衛生士による指導)(6月) ・歯垢と歯周病について (9月)
総合的な学習の時間			・歯の溶け方について (6月)	・山の学校カレー作り(校外研修) (5月) ・高齢者理解(福祉) (2月)	・歯の形とその役割を知る(福祉・健康) (10月)	・昔の人の歯について(本数、歯みがき等)
道徳	・規則正しい生活 ・思いやり (年間)	・規則正しい生活 (5月) (食事をきちんととろう)	・節度ある生活 (5月)	・「おにぎりの味」 (6月) ・「おそば屋さんで」 (9月) ・「何かお手伝いできることは」 (2月)	・節度ある生活 (年間) ・思いやり (9月) ・生命の大切さ (11月)	・節度ある生活 (年間) ・規則正しい生活
給食指導 ・給食時(題材)	・配膳の仕方 (4月) ・食事のマナー ・噛むことの大切さ (5月)	・自分でよくかんだ回数を数え、できたか反省する(かみかみメニュー・バランスよく食べる)(日常)	・よく噛んで食べる(30回)(5・6月)	・食べ物をバランスよく食べる(食べ方の指導)(随時) ・食事のマナーについて知る(随時)	・よく噛むことの効果を指導する(5・10月)	・よく噛むことの効果を指導する(かみかみメニュー)(11月)
個別指導 ・健康相談 ・養護教諭による指導			・CO・GOの指導(随時)			
学校行事 ・歯科検診 ・歯と口の健康週間			・歯科疾患の発見、個別指導対象者の選出(5月)	・点検カード(6月)		
児童会	・歯みがきカレンダー(5～6月)		・保健集会(7月)	・毎日歯ブラシ点検、健口はなし(毎月)	・今月の歯みがき目標(毎月)	
組織活動 ・家庭との連携 ・学級部他 ・PTA保体部 ・学校保健委員会 ・教職員研修		・「家族ではみがきががんばるカード」実施(6月・11月・2月) ・家での歯みがきのチェック(9月) ・しあげみがきの取組(2月)		・親子でのブラッシング指導(12月)	・全国児童歯みがき大会への参加(6月)	・親子歯みがき指導(6月) ・給食試食会(10月)
			・学校歯科医の話(6月・9月)	・歯科保健講演(1月)		
	・冊子を使つての研修、指導案の書き方(5月)		・ブラッシング指導について(5月)		・歯科保健講演(授業のネタ)(7月)	

平成29・30年度 歯と口に関する実践計画表

		4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7・8月	9月	10月	
学級	学級活動	各学年「学校保健年間計画」「保健指導計画」「食育に関する指導計画」に基づいて、1年「いろいろな食べ物」2年「歯の形と役割」3年「むし歯の原因とその予防」4年「未来につなげよう！かむことの力」5年「C.O.の時にできること」6年「めざせむし歯1歯以内」5年生全国歯みがき大会参加						1年「歯によいおやつを選ぼう」2年「よくかんで食べよう」3年「よくかんで味わって食べよう」4年「むし歯のないピカピカの歯をめざそう」6年「歯周病の原因や炎症のメカニズムについて理解を深め健康な生活をしよう」						1年「歯の王様を守ろう」2年「こどものは おとなのは」3年「おやつの食べ方」4年「むし歯のないピカピカの歯をめざそう」6年「歯周病の原因や炎症のメカニズムについて理解を深め健康な生活をしよう」支援学級「はみがきめいじんにしよう」					
	日常生活（担任・養護教諭）	給食後の歯みがきの声かけ 6月歯みがき強化月間						1月歯みがき強化月間 2月歯みがき強化月間						給食後の歯みがきの声かけ 6月歯みがき強化月間					
	保健指導（養護教諭）	個別指導						個別指導 個別指導						個別指導					
	給食指導・食育（栄養教諭・担任）	1年「はしの持ち方」「いろいろな食べ物」6年「はしの取り方」		1年「好き嫌いをなく全部食べよう」「どんなカナッペを作るか考えよう」「3つの中間の食べ物そろったカナッペを作ろう」4年「地域の産物のよさ」6年「いろいろな食べ物をよくかんで食べよう」				1・4年「いろいろな食べ物をよくかんで食べよう」2年「野菜の働き」「よくかんで食べよう」3年「正しい姿勢」「よくかんで味わって食べよう」4年「正しい歯磨き」5年「みそ汁のよさ」「感謝して食べよう」6年「献立の立て方」「朝ご飯と生活リズム」				3年「味わって食べるおいしさをしよう」6年「かみかみ食材を知ろう」							
	体育科保健領域	3年「毎日の生活と健康」4年「育ちゆく体とわたし」5年「けがの防止(歯や口のけがを防ごう)」6年「病気の予防」												3年「毎日の生活と健康」4年「育ちゆく体とわたし」5年「けがの防止」6年「病気の予防」					
	総合的な学習の時間・生活科等	図工：1年「歯みがき」2年「歯科検診」 総合：6年「昔の人々の歯」 国語：1年「歯がぬけたらどうするの」												図工：1年「歯科検診」2年「歯みがき」総合：6年「昔の人々の歯」 国語：1年「歯がぬけたらどうするの」					
	理科	6年「食べ物の消化と吸収」												6年「食べ物の消化と吸収」					
学校	家庭科	5年「食べて元気に」6年「生活時間のくふう」「朝食のおかず」「バランスのよい献立」												5年「食べて元気に」6年「生活時間のくふう」「朝食のおかず」「バランスのよい献立」					
	児童保健委員会	「はみがき名人」「大切な歯」の読み聞かせ、あいうべ体操、正しい歯みがきのしかた、歯ブラシチェック 歯みがきカレンダー（5/30～6/5）												あいうべ体操、正しい歯みがきのしかた、歯ブラシチェック 歯みがきカレンダー（5/30～6/5）					
	食育	歯と口の健康週間カード かみかみ週間カード 毎月、献立にカミカミメニュー												歯と口の健康週間カード かみかみ週間カード 毎月、献立にカミカミメニュー					
	健康診断	歯科検診の受け方（保健のしおり、ほけんだより）		歯科検診		治療の状況を聞く		いい歯の日		歯科検診の受け方（保健のしおり、ほけんだより）		歯科検診		治療の状況を聞く					
	保健集会	スタンプラリー、あいうべ体操				読み聞かせ、どちらでかんでいる(実験)				保育園訪問				ウォークラリー					
	生徒指導	廊下歩行チェック		室内での遊び方		けがの防止		廊下歩行チェック		室内での遊び方		けがの防止							
	学校保健委員会	歯・口食アンケート		第1回学校保健委員会		第2回学校保健委員会		歯・口食アンケート		第3回学校保健委員会、中間報告等		第1回学校保健委員会		第2回学校保健委員会					
保護者・地域	P.T.A.、P.T.A保健体育部	学校保健目標の決定、「家族で歯みがきががんばるカード」(6月・11月・2月)、給食試食会や親子歯みがき												学校保健目標の決定、「家族で歯みがきががんばるカード」(6月・11月・2月)、給食試食会や親子歯みがき					
	学校歯科医（赤堀先生）	職員研修						1年歯みがき指導						職員研修		保健集会			
	モンゴル医科大学（岡崎先生）	保健集会、養護部会講話、職員講演						講演会：児童（4～6年）、保護者、養護部会（美勝英）											
	外部講師					10月県歯科衛生士会（6年）		12月県歯科衛生士会（1・4年）		1月赤堀先生（1年） 勝英歯科医師会（4・6年）		2月県歯科衛生士会（2・3・5年）		6月県歯科衛生士会（6年）					
	作東中学校区教育連携会 養護教諭連絡会	養護部会、保健集会参加、講話												養護部会、保健集会参加					