

## 第1学年 学級活動(2) 指導案

平成30年7月6日(金) 第2校時 1年教室 指導者 宗森 彩香

- 1 題材名 はの おうさまを まもろう  
 内容 (2) 日常の生活の学習への適応及び健康安全  
 (カ) 「心身ともに健康で安全な生活態度の形成」

2 児童の実態と題材について

(1) 児童の実態

本学級の児童は、男子8名、女子14名の計22名の学級で、自閉情緒学級の児童が1名通級してくる学級である。

歯の生え変わり時期にきている児童が多く、抜けた児童、これから抜けそうな児童が多く見られ、抜けたところには新しい歯の萌出が見られる。生え変わりの歯とともに第一大臼歯の萌出も見られる。5月の歯科検診の結果では、むし歯と診断された児童が8名おり、そのうち永久歯(第一大臼歯)にむし歯があると診断された児童は5名であった。

給食後の歯磨きの様子を見ると、砂時計を使い、3分間みがけている児童がほとんどである。しかし、歯ブラシを細かく動かしたり隅々までみがいたりすることはできておらず、一本一本の歯に合わせて歯ブラシをあてたり、動かしたりしている児童は少ない。

(2) 題材設定の理由

低学年の児童は、乳歯が抜け始める時期で、生え変わる自分の歯について大変関心を持っている。

また、第一大臼歯が生え始める時期でもある。第一大臼歯は、位置及び生えて間もないことから、歯ブラシが届きにくく、むし歯になりやすい。しかし、歯並びや噛み合わせなど今後の口腔衛生に重要な役割を担っている歯でもある。そこで、このような第一大臼歯の特徴を知ること、歯を大切にしていこうとすることを自分の課題としてとらえ、正しい歯のみがき方を知り、自分に合った歯のみがき方を見つけ、実践していこうとする態度を育てたいと考え、本題材を設定した。

(3) 本題材の指導で工夫する点や手立て

○ 体験的な活動の工夫

手鏡を使い、実際に自分の目で第一大臼歯の有無を確認させ、自分の歯について関心を持たせる。第一大臼歯と第二乳臼歯の模型を使い、歯ブラシの当たり方、動かし方を考えさせ、実際にみがきにくさを体験させる。

○ 自ら考え学び合う場の設定

第一大臼歯と題に第二大臼歯の模型をみがく体験をペアで行い、話し合い活動が円滑に進むようにする。

3 評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自分の歯に関心を持ち、歯を大切にするために自分に合った歯のみがき方を進んでしようとする。	第一大臼歯の特徴を知り、自分の歯に合った歯のみがき方を考えることができる。	第一大臼歯の大切さや、むし歯になりやすい訳を知り、みがき残しがないようにみがくことの大切さが分かる。

4 事前の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月 26日(火)	「正しい歯のみがき方を覚えてつるつるの歯になろう」 ・ 切歯・犬歯・臼歯の名前を知る。 ・ 自分に適している歯ブラシの選び方や持ち方、みがき方を知る。	○ 歯の名前を知らせる。 ○ 歯の模型を使って、正しい歯のみがき方を知らせる。	自分の歯に関心を持ち、自分に合う歯のみがき方を進んでしようとする。 (行動観察) 【関心・意欲・態度】

5 本時のねらい

第一大臼歯の特徴を知り、自分に合った歯のみがき方を考え大切にしていこうという意欲を持つことができる。

6 本時の展開

	学習活動	教師の指導 (○)・支援 (◇)	学習評価
導入	1. 自分の口の中を見る。	○ 自分の口の中を探検させる。 ◇ 手鏡を使って自分の歯を見て、歯の大きさや歯の形がどのようなになっているか気付かせる。 ・ 大人の歯が生えている。 ・ 抜けている歯がある。 ・ ぎざぎざしている。 ・ 生えかけの歯がある。 ・ 小さい歯と大きい歯がある。	
展開	2. 第一大臼歯について知る。	○ 歯の生えかわりについて説明する。 ○ 第一大臼歯の特徴について説明し、その大切さを理解させる。 ◇ イラストを用いて、視覚的に特徴をとらえやすくする。 ① 大人の歯の中で一番に生えてくる。 ② かむ力が一番強い。 ③ むし歯になりやすい。	
	めあて はの おうさまを まもろう。		
	3. 第一大臼歯がむし歯になりやすい訳を考える。	○ 第一大臼歯がむし歯になりやすい訳を考えさせる。 ・ 奥にあるから。 ・ 背が低いから。 ・ 溝があるから。 ・ みがきにくいから。 ◇ 第一大臼歯がどこに生えているか、歯の地図を使って視覚的に捉えさせる。 ◇ 口腔写真を見せ、第一大臼歯の歯の背の高さや大きさの特徴に気付かせる。	
4. 第一大臼歯のみがき方を考える。	○ 第一大臼歯や第二乳臼歯の模型を使い実際にみがいてみて、ペアで正しいみがき方を考えさせる。 ◇ 正しいみがき方をしているペアを紹介する。  ○ 第一大臼歯の正しいみがき方を説明する。 歯の外側 (こちょこちょみがき) 歯のみぞ (しゃかしゃかみがき) 歯の内側 (くるんくるんみがき)	第一大臼歯の特徴を知り、自分に合った歯のみがき方を考えることができる。(発表) 【思考・判断・実践】	
5. 第一大臼歯のみがき方を練習する。	○ 自分のみがきにくい場所を確認し、歯の外側・みぞ・内側・横みがきの順にみがかせる。 ◇ みがいている様子を観察し、必要に応じて支援する。		

終末	6. 本時のまとめをする。	○ 第一大臼歯を大切にするために、歯みがきをするときに気をつけることや、第一大臼歯をみがくときに気をつけることを発表させ、意識付けをする。	第一大臼歯に関心を持ち、自分に合った歯のみがき方を進んでしようとする。(発表) 【関心・意欲・態度】
----	---------------	---	---

7 事後の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
7月 9日(月) ～13日(金)	○ 「歯磨きカード」に取り組む。	・ 給食後に学習した歯のみがき方を意識してできたら、歯磨きカードに色を塗らせる。	・ 自分の歯に合った歯のみがき方をしようとしている。 【関心・意欲・態度】

## 第2学年 学級活動(2)指導案

平成30年6月19日(火) 第4校時 2年教室 指導者 山下 肇

### 1 題材名 「子どもの歯・大人の歯」

学級活動(2) ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

### 2 児童の実態と題材について

#### (1) 児童の実態

本学年の児童は17名である。5月の歯科検診の結果では、永久歯虫歯はほとんど無かったものの、乳歯虫歯が全体の3分の1程度の児童で見つかっている。また、処置歯の数が多い。給食後の歯みがきはしているが、1年生の時に教えてもらったみがき方ができていない児童や歯みがきにかかる時間が短い児童がいる。乳歯から永久歯に生え替わる課程で歯と歯の間が空いている児童が多い。

#### (2) 題材設定の理由

本学年の児童は永久歯に生え変わっていく時期にある。生えたばかりの歯は虫歯になりやすく、その大切さを本人達が知らないまま歯みがきしては、清潔に歯を守っていくことはできにくい。永久歯を大切にしていこうという意識を高め、この時期に自分の口にあったみがき方を身に付けることが必要であると考え、本題材を設定した。

#### (3) 本題材の指導で工夫する点や手立て

##### ○体験的な活動の工夫

クッキーを食べ、いつも通りのみがき方でみがく場面では、うがいでだけでは汚れが落ちないことや自分のみがけていない所を目で見て分かるようにし、どうやったら汚れが取れているかも分かるようにしたい。

##### ○自ら学び合う場の設定

汚れが残った所を話し合うことで、自分と他の子では気を付ける事が違うことを知り、自分でめあてを考える必要性が持てるようにしたい。

### 3 評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
歯みがきの後にみがき残しているところを見つけ、学習に取り組もうとしている。	話し合い、学級生活を楽しくするために自分の歯のみがき方を考え、判断し、実践している。	自分の口の中をよく観察し、歯の位置や生え方について理解している。

### 4 事前の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月14日 (木)	給食後の歯みがきを振り返る。歯みがきに対する意識を高める。	給食後の歯みがきの様子を思い出させ、本時で考える手立てを作る。	【関心・意欲・態度】 歯みがきの後にみがき残しているところを見つけ、学習に取り組もうとしている。 (ワークシート)

5 本時のねらい

永久歯の大切さや自分の口にあった歯のみがき方を知り、きれいに歯をみがくことができる。

6 本時の展開

6月19日4校時 2年生指導案

	学習活動	教師の指導・支援	学習評価
導入	1 子どもの歯、大人の歯について考える。	○大人の歯に生え替わってきている実態を話し、子どもの歯や大人の歯がどのような歯か、大切さやみがき方を資料を見せながら意識させる。	
展開	2 自分の口の中を知る。	めあて 自分の口を知って、きれいにみがこう。	自分の口の中をよく観察し、歯の位置や生え方について。 【観察・ワークシート】 【知識・理解】
	3 歯の位置や本数を観察して、ワークシートに書く。	○生え替わりの進み具合や生え方によって自分と他の児童とが違っていることが気付くよう声かけをする。	
	4 クッキーを食べ、いつも通りのみがき方でみがく。	○みがく前にうがいでし、では汚れが取れないことを感じさせる。 ○鏡を見ずに、いつも通り磨いて汚れが残ったところをペアで話し合う。 ・すき間にまだ残っている ・奥の方にも残っている	
	5 きれいになるように磨く。	○残っている所を見ながらみがかせる。	自分の口に合わせた磨き方ができる。 【思考・判断・実践】
終末	5 まとめをする	○自分に合った歯磨きの目標を立てられるように、「つ」の字磨きをして汚れが残っている所に着目させる。 ○自分が決めた目標を発表し、気を付けてみがく意識を高める。	

## 7 事後の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月19日 ～ 6月25日	頑張りカードを行い、振り返りをする。	学級通信で学習内容をお知らせし、家庭との連携を図る。	【関心・意欲・態度】 学習したことに気を付けてみがこうとすることができる。 (頑張りカード)

(板書計画)

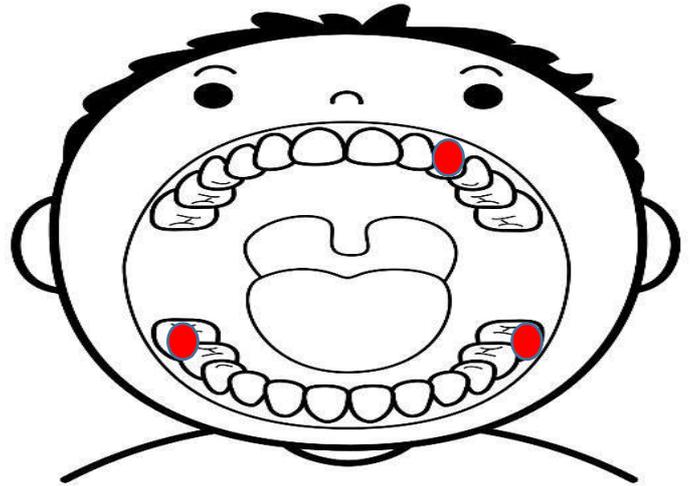
めあて  
自分の口を知って、きれいにみがこう。

どんなところがよごれているか

- ・すき間にまだ残っている
- ・奥の方にも残っている

じぶんのめあて

- ・おくばは時間をかけてみがく
- ・まえばはたてにみがく



## 第3学年 学級活動(2)指導案

平成30年6月19日(火) 第4校時 3年教室 指導者 石原 直人

1 題材名「おやつの食べ方について」  
学級活動(2)エ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

2 児童の実態と題材について

(1) 児童の実態

本学級の児童は男子13名、女子6名、計19名である。2年生のときに歯の役割とみがき方の指導をしている。しかしながら、アンケート調査の結果から、3年生の過半数の児童はあまいものを多く摂ることや間食をしていること、食べる時間を決めていないことがわかった。このような実態から自分の歯を大事にしようとする意識があまり高くないことが把握できた。

(2) 題材設定の理由

児童の実態から、日頃おやつを食べる時間を考える習慣がないと思われる。そこで、むし歯の怖さを理解し、むし歯にならないようにするために、おやつをどのように食べればよいか、おやつを食べる時間に焦点を絞って児童に考えさせたいというねらいで、この授業を設定した。

(3) 本題材の指導で工夫する点や手立て

○体験的な活動の工夫

酸に卵の殻を入れて卵の殻が溶ける様子を見る場面では、卵の殻を自分の歯だったらとしっかり意識づけさせてから観察させたい。

○自ら学び合う場の設定

むし歯になりにくい、おやつの食べ方をグループで考えることで、自分では気付かなかった方法を知ることや、より取り組みやすい方法を考えることで、授業後に実践しようとする意欲が高まると考える。

3 評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
むし歯とおやつの関係に興味を持ち、意欲的に学習に取り組もうとしている。	むし歯になりにくいおやつの食べ方について話し合い、自分に合ったよりよい解決方法を考え、実践できる。	むし歯になりにくいおやつの食べ方の大切さについて理解している。

4 事前の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
5月16日 (水)	アンケート	児童のおやつに関する生活の実態を調べる。	自分のおやつの食べ方を振り返り、反省点を見つけようとしている。 【関心・意欲・態度】

5 本時のねらい

むし歯の原因を知り、むし歯になりにくいおやつを食べ方を考え、これから気をつけていこうとする意識を持つことができる。

6 本時の展開

	学習活動	教師の指導・支援	学習評価
導入	1 むし歯について知る。	○クラスのおやつに関する内容（あまいものが多い、ジュースをよく飲む、食べる時間を決めず、だらだら食べている）の実態を知らせ、危機意識を高めさせる。 ○むし歯になっている歯の写真をみせる。 ○むし歯は歯が溶ける病気であるということを押さえる。	
展開	2 学習のめあてを提示する。	めあて むし歯の原因を知り、むし歯とおやつについて考えよう。	
	3 実験や動画をみて、むし歯のでき方を知る。	○歯も卵の殻もカルシウムであることから、酸（酢）に卵の殻を入れ、卵の殻が溶ける様子を見せる。 ○動画を見て（7分程度）むし歯菌が砂糖を食べて酸ができる。歯+むし歯菌+さとう（カイスの輪）でむし歯ができることをクイズ形式で押える。 ・むし歯菌はプラークの中において、1g（1円玉）に最大1兆個いる。	むし歯とおやつの関係について理解できる。 【知識・理解】 （発言・ワークシート） ・理解が難しい子には、動画を流している間に机間指導し、助言する。
	4 むし歯になりにくいおやつを食べ方を考える。（話し合い活動）	○むし歯になりにくい要点をおさえる。（食べる時間・回数） ○むし歯になりにくいおやつを食べ方について、食べる時間に焦点を絞って考えさせる。 ○既に気をつけている児童には、グループの人に紹介するように助言する。	むし歯になりにくいおやつを食べ方について話し合い、積極的に意見を出している。 【関心・意欲・態度】 （発言） ・動画の中で得た情報をホワイトボードに書き残し、子どもたちが、いつでも振り返られるようにしておく。
終末	5 今後の目標を立てる。 6 本時のまとめをする。	○グループで話し合った内容をもとに、おやつの食べ方の目標をたたせて、『がんばりカード』の目標の欄に記入させる。	

準備物 ビーカー（1つ）、赤玉卵（1個）、酢、ワークシート、DVD

7 事後の活動

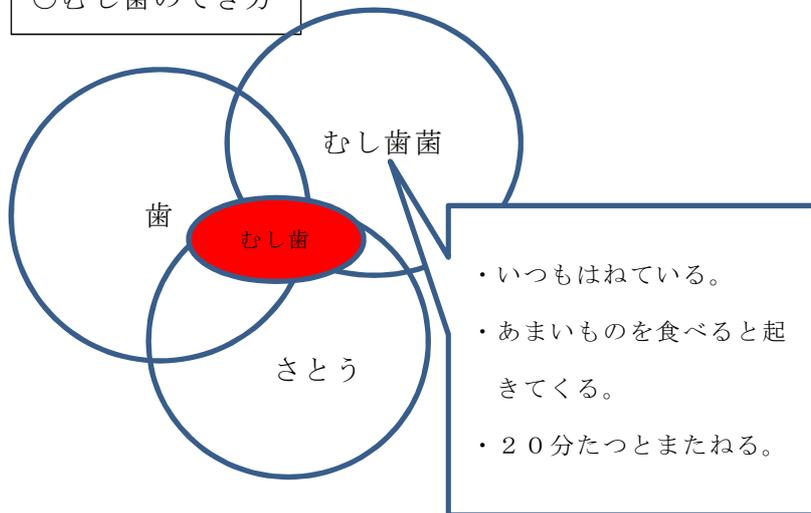
日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月26日（水）～ 7月3日（火）	がんばりカードを1週間行い、ふりかえりをする。	児童がチェックしたカードに、お家の人にもがんばっていることを伝えてコメントをもらい、児童の励みとする。	むし歯になりにくいおやつを食べ方を考え、実践することができる。 【思考・判断・実践】

## <板書計画>

めあて

むし歯のげんいんを知り、むし歯とおやつについて考えよう。

○むし歯のでき方



○どうしたらむし歯菌の活動を少なくできるだろうか。

- ・だらだらおやつを食べない。
- ・おやつを食べる時間をきめる。
- ・おやつの回数を少なくする。

まとめ

むし歯にならないように、気をつけておやつを食べなければならない。

## 第4学年 学級活動学習指導案

平成30年6月19日(火) 第4校時 4年教室 指導者 T1 難波 淳子

T2 矢代 顕子養護教諭

1 題材名           むし歯のないピカピカの歯をめざそう  
学級活動(2)   ウ 「心身ともに健康で安全な生活態度の形成」

### 2 児童の実態と題材について

#### (1) 児童の実態

本学級の児童は31名である。そのうち3名の児童が特別支援学級に在籍している。犬歯や小臼歯への生えかわりの時期を迎えている児童が多い4月の歯・口の健康診断の結果では、乳歯にむし歯がある児童は5名、永久歯にむし歯がある児童は9名いた。

5月に実施した歯・口に関するアンケートでは、歯をみがく時間は3分以下と答えた児童が9名おり、また1日に3回歯みがきできていない児童が3名、歯みがきをしたあとに間食をとると答えた児童が10名いた。むし歯の予防について具体的にどのようなことをすれば良いのかと、考えることができていない児童が多い。歯の生えかわりには関心を持っているが、大切にしようと考えている児童は少ない現状である。

#### (2) 題材設定の理由

児童は前学年の3学期の学級活動で、歯の構造やむし歯の原因について学習し、歯科衛生士から歯みがき指導を受けるなどしている。自分の歯・口に関する課題に気づき、それをよりよく解決する方法を理解し、実践するとともに、生涯にわたって健康の保持増進を図ることができるような資質や能力を育てていきたい。

児童自身が話し合い活動をもとに自分の生活で永久歯を大切にするための目標を決め、実践の習慣化を図ることができるようにするために、この題材を設定した。

#### (3) 本題材の指導で工夫する点や手立て

##### ○体験的な活動の工夫

MIHARUくんを使って自分達の歯を見せる場面を通して、実際に乳歯と永久歯の違いを見つけさせたい。

また、「永久歯を大切にする方法」を考えさせる際に、付箋を使うことで多くのアイデアを出させ、その後のグループでの交流を効果的にやりたい。

##### ○専門的な知識を生かしたT・Tの指導

養護教諭に専門的な立場から、永久歯についての話を聞かせてもらったり、写真を見せてもらったりすることで、「永久歯を大切にしていきたい」という意識を持たせたい。また、自分や友だちの歯を実際に見ることで、自分自身のこととしてとらえ、乳歯と永久歯の違いについて気づかせたい。

##### ○自ら学び合う場の設定

「永久歯を大切にする方法」を考える際に付箋を使うことで、多くの考えを書くことができる。また、グループで交流する際に自分の考えと同じものをまとめる活動で、意見を交流しやすくなると考える。

### 3 評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自分の生活上の問題に関心を持ち、自分の考えを發表し、友達の考えを聞いて質問するなど積極的に話し合いに参加しようとしている。	永久歯を大切にするために、生活の中でできることを話し合い、自分に合ったよりよい方法などについて考え、判断し、実践している。	むし歯になる原因を知り、むし歯にならないためのよりよい生活や適切な歯の磨き方について、理解している。

4 事前の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月15日 (金)	「むし歯の原因について 知ろう」	むし歯になる原因について 学習させる。	【知識・理解】 むし歯の原因について理 解し、適切な歯の磨き方 について理解している。

- 5 本時のねらい  
歯の生えかわる秘密を知ることによって、一生に一度しか生えかわらない歯を大切にしていこうとする意欲を持ち、実践できるようにする。

6 本時の展開

	学習活動	教師の指導・支援	学習評価
導 入	1. 体の成長する過程 で歯も生えかわる ことに気づく。	○ 4月に保健の授業で行った「育ちゆく からだ」を振り返る。小さい頃とくら べて身長や体重が増え、からだが大き くなったことを確認する。 ○ 身長や体重だけではなく、歯も生えか わったことに気づかせる。	
展 開	2. 学習のめあてを確認 する。	めあて 一生使う永久歯を大切にする方法を見つけよう。	
	3. 乳歯と永久歯の違いについてペアで 話し合いをする。	○ 乳歯と永久歯の違いを書かせる ・乳歯は小さく白い。 ・永久歯は大きく少し黄色っぽい。 ・ギザギザしている。 ○ 乳歯と永久歯の違いを気づくように助 言する。	ワークシートにめあ てを書く。 事前の活動で学習した 時の、乳歯と永久歯の 写真を掲示する。
	4. 「生えかわりの時 期の歯の様子」を 聞く。	○ 乳歯の特徴、永久歯の特徴 (T2) ○ 歯は2段階でかたくなる。1段階→あ ごの骨の中にいるときは、血液中のカ ルシウムがくっついて、もっとかたく なる。2段階→歯が生えた後、だ液中 のカルシウムがくっついて、さらにか たくなる。生えかわりの時期は、歯の 背丈がそろわず、でこぼこしていると 食べ物が歯と歯の間につまりやすく、 歯もみがきにくくなる。また、生えた ての歯は柔らかくむし歯になりやすい 。(T2) ○ 乳歯から永久歯に生えかわるしくみ、 長い時間をかけて、少しずつ生えかわ っていく。一生の中でたった1回しか 生えかわらない。(T2) ○ MIHARUくんを使って、児童の歯 の様子をみる。(T2) ○ 歯のけがをしないように気をつける。 (T2)	自分の考えを発表し、 友達の考えを聞いて質 問するなど、積極的に 話し合いに参加しよう としている。 【関心・意欲・態度】 ワークシートに書く。
5. 永久歯を大切にす る方法を班で考え る。	○ 付箋を使って、一生使う永久歯を大切 にする方法を考えさせる。 ○ アイディアの仲間わけをする。	各自書いた付箋を紙 に貼り、班ごとに整 理して、アイデアの 仲間分けをする。	

	6. 各班の考えを確認する。	一生使う歯を大切にするためには、はみがきをする、バランスよく食べる、歯をけがから守ること、おやつをだらだら食べないこと、など。	むし歯にならないためにできることを多面的に考えることができる。【思考・判断・実践】
終末	7. 本時のまとめをする。 8. ふりかえりをする	○ ワークシートに授業のふりかえりを書かせる。 ○ 自分に合ったよりよい方法を選ぶ。	【思考・判断・実践】 むし歯にならないためにできることを考えることができる。

7 事後の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月21日(木)～6月27日(水)	がんばりカードを5日間行い、振り返りをする。	児童がチェックしたカードを持って帰り、お家の方へがんばりを伝え、コメントをもらい、児童の励みとする。	【思考・判断・実践】 むし歯にならないために選んだめあてを守って、歯みがきができています。(がんばりカード)

<板書計画>

めあて

にゆう歯

えいきゆう歯

小さい  
白い

大きい  
はえかけ  
黄色っぽい  
ギザギザしている

小学生(生えかわりの時期)の歯の様子

★

- ・生えたてでやわらかい。
- ・カルシウムがくっついてかたくなる。
- ・歯の背丈がそろわない。
- ・でこぼこになる。
- ・(でこぼこしていると)食べ物が歯と歯の間につきやすい。
- ・歯もみがきにくい。
- ・むし歯になりやすい。(あまいおやつやくっつくおやつに注意。回数も注意)

一生の中でたった1回体の成長に合わせて  
にゆう歯からえいきゆう歯にはえかわる。

歯のはえかわりはせい長のしるし!



体のせい長にあわせて  
「にゆう歯」から「えいきゆう歯」にはえかわる



### 口歯の生えかわりの様子

- 歯を大切にやる方法を見つけて
- 歯みがきをする
- じかむに気をつける。
- 好き嫌いしない。
- あまいものを食べすぎない。
- 歯医者に行くのを覚える。

### まとめ

歯は大切な臓器です。歯を大切にすることが、健康な生活を送るために大切です。

正しい歯みがき方法

① 歯ブラシを濡らす

② 歯ブラシの毛先を歯と歯ぐきの境目に当てる

③ 歯を磨く

④ 歯をすすぐ

⑤ 歯を乾かす



歯を大切にすることが、健康な生活を送るために大切です。

歯を大切にすることが、健康な生活を送るために大切です。

歯を大切にすることが、健康な生活を送るために大切です。

歯を大切にすることが、健康な生活を送るために大切です。

第5学年 体育科 学習指導案

平成30年1月24日(水) 第2校時 5年教室 指導者 真野 茂

1 単元名 「けがの防止」

2 単元の目標

- ・けがの防止やけがの手当てについて、資料を調べたり、進んで課題解決に取り組んだりすることができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ・けがの防止やけがの手当てについて、課題を見つけたり、解決の方法を考えたり、判断したりすることができるようにする。(思考・判断)
- ・交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断のもとに安全に行動すること、環境を安全に整えることが必要であること。また、けがの簡単な手当ては速やかに行う必要があることについて理解できるようにする。(知識・理解)

3 単元の評価規準

	健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
単 元 の 評 価 規 準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けがの防止について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。</li> <li>・けがの防止について、課題の解決に向けての話合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けがの防止について、教科書や資料をもとに課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。</li> <li>・けがの防止について、学習したことを自分の生活と比べたり、関係を見つけたりするなどして、それらを説明している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止について理解したことを言ったり、書いたりしている。</li> <li>・けがの手当てについて理解したことを言ったり、書いたりしている。</li> </ul>
学 習 活 動 に 即 した 評 価 規 準	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校や地域のけがについての資料を基に、意欲的に学習に取り組んでいる。</li> <li>・けがの防止についての話合いに積極的に参加している。</li> <li>・交通事故や犯罪について資料を基に隠れた危険を進んで探そうとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けがの事例について、その原因を考えている。</li> <li>・事故の起こりそうな場所の原因や解決方法を考えて説明している。</li> <li>・交通事故や犯罪を防ぐためのくふうについて事例をもとにその理由や役割について考えて説明している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・けがや事故は「人の行動」と「環境」が原因で起こることを理解している。</li> <li>・交通事故や犯罪にあわないための行動について理解している。</li> <li>・自分でできる簡単な手当てについてその正しい方法を知っている。</li> </ul>

4 指導と評価の計画（全7時間）

時	主な学習活動	評価規準			評価方法
		関心意欲 態度	思考 判断	知識 理解	
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>教科書や資料をもとに自分の生活をふり返り、けがの発生や原因について調べる。</li> <li>けがや事故の発生は「人の行動」と「環境」が関わっていることを知る。</li> <li>けがや事故の発生原因について「人の行動」と「環境」にあてはまるかを考えて説明をする。</li> </ul>	○	○	○	発表 話し合い・観察 発表・ワークシート
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>学校や地域で起きるけがを防止するにはどうしたらよいか話し合う。</li> <li>例の場面に潜んでいる危険、予測されるけがや事故について考える。</li> <li>けがを防止するために、どのように環境が整えられているかが分かる。</li> </ul>	○	○	○	ワークシート・話し合い 発表・ワークシート ワークシート・観察
3 本時	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯の大切さや、本校の歯や口のけがの発生状況について感じたことを話し合う。</li> <li>歯や口のけがが起こりそうな場面を見つけて話し合い、対策を考える。</li> <li>歯や口を守るために、自分にもできることや処置の仕方について知る。</li> </ul>	○	○	○	発表・観察 話し合い・ワークシート ワークシート・観察
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>交通事故の原因を「環境」と「人の行動」から考えると共に、対策について話し合う。</li> <li>役割演技を通して、自動車の運転手の立場になり、自分自身の行動を実感する。</li> <li>交通事故の原因とその対策についてまとめる。</li> </ul>	○	○	○	話し合い・観察 発表・観察 ワークシート・発表
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>教科書の2枚の絵を比べて気づいたことを発表し合う。</li> <li>周辺地図を使い、身近にある危険な場所について話し合い、安全マップを作成する。</li> <li>本時の学習を踏まえて、犯罪被害にあわないように被害を防ぐ行動を考える。</li> </ul>	○	○	○	発表・観察 マップ・話し合い 観察・ワークシート

6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地震によるけがを防ぐにはどうしたらよいか話し合う。</li> <li>・大きな地震が起きたときに、その危険を減らすために何ができるのかを考え対策を立てる。</li> <li>・自然災害によるけがを防止するための日頃の備えを確認する。</li> </ul>	○	○	○	<p>話し合い・観察</p> <p>ワークシート・話し合い</p> <p>ワークシート・発表</p>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今までにしたけがを思い出し、その時どうしたかを話し合う。</li> <li>・教科書のけがの仕方をもとに、けがをした人と手当をする人に分けて実習をする。</li> <li>・けがをしたときの手当の仕方についてまとめる。</li> </ul>	○	○	○	<p>話し合い・観察</p> <p>実技・観察</p> <p>ワークシート・発表</p>

## 5 指導上の立場

### ○単元観

この単元の目標は、けがの防止について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てることである。学習指導要領においては、「G 保健（2）けがの防止」にあたる。単元は、けがや事故の原因を見つけるところから始まり、学校、地域、交通事故、犯罪被害、自然災害と展開していき、最後はけがの手当についても学習する。その中で、「歯や口のけが」についても学習させたい。そして、いずれの場合でも、けがの原因には「人の行動」と「環境」が潜んでいて、それを予測することが大切になってくることに気づかせたい。

### ○児童観

本学級は、女子11名・男子9名（計20名）のクラスである。元気で運動がとても好きなこともあり、けがをする児童が比較的多い。また、不注意な行動も見られるので、けがの原因や予防については意識があまり高くないと言える。この単元を通して、けがの原因を分析的に捉え、予測できる力を身につけ、これからの学校生活を安全に過ごせるようになってほしい。

### ○指導観

交通事故や自然災害、犯罪被害については、命が危険にさらされることもあり、また、永久歯は失ったら一生もどらない。これらのことを踏まえて、自分の体や命は自分で守る態度が身につくような指導を心がけたい。そして、けがの防止のためには、児童自身が危険を予測する能力を高め、学習したことが日常につながるような指導をしたい。

### ○研究主題との関連

本校の研究主題は、「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～歯と口の健康づくりを通して～」である。本校では、学習に意欲的に取り組める児童が多い中、主体性がやや欠けていたり、学習内容を自分のこととしてとらえられていなかったりする児童も見られる。したがって、ペア学習・グループ学習で友だちと関わることや、ユニバーサルデザイン教育を取り入れ「わかる・できる授業」に改善していく中で、自らの健康づくりに目を向けさせていくのがねらいである。本単元でも、ペア学習や話し合いなどの活動を多く取り入れたり、視覚化・焦点化・共有化を生かした授業の展開を工夫したり、役割になって演じる等の動作を伴う理解のさせ方を意図的に取り入れたりといろいろな手法を使い、児童が身の回りのけがに課題意識をもち、進んでけがの防止に取り組んでいけるようにしたい。

6 本時案 (第3時)

(1) 本時の目標

歯と口のけがについて知り、けがが起こりやすい場所と原因を考え、予防できるようにする。また、歯や口のけがをしたときの処置の仕方を知る。

(2) 展開

主なねらい・学習活動	教師の指導 (○) ・支援 (◇)	評価規準及び評価方法
<p>1. 江見小のけがの発生状況を知る。</p> <p>その中で歯と口のけがに注目する。</p> <p>2. 歯や口のけがについて考える。</p> <p>歯の働きについて知る。</p> <p>3. 江見小の歯や口のけがの発生状況を知り、けがや事故を防ぐには何が大切だったか思い出す。</p> <p>4. 挿絵の中の危険なところについてペアやグループで考える。</p> <p>【見つける】</p> <p>↓</p> <p>【話し合う】</p> <p>↓</p> <p>【対策を立てる】</p>	<p>○江見小ではどれくらいけがが起きているのか資料を基に調べさせる。</p> <p>◇事前にデータをまとめて、分かりやすくしておく。</p> <p>○その中でも、歯や口のけがのデータに絞って詳しく見させる。</p> <p>◇けがの数から、わりと起きていることを押さえる。</p> <p>○歯や口のけがにはどのようなものがあるか考えさせる。</p> <p>・歯が欠ける・折れる ・歯が抜ける</p> <p>・口の中や唇をけがする。</p> <p>◇普段の生活と結びつけて考えられるように助言する。</p> <p>○歯には次のような働きがあることを知らせる。</p> <p>・噛む(食べる) ・話す ・顔の形を作る</p> <p>◇「永久歯は失ったら取りもどせない大切なもの」ということを押さえる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>めあて</p> <p><b>歯や口のけがの予防の仕方を考えよう。</b></p> </div> <p>○再び、江見小の歯や口のけがの発生状況を提示し、確認させる。</p> <p>○これまでの保健の学習で、けがや事故を防ぐには何が大切だったか思い出させる。</p> <p>◇「人の行動」「環境」「予測すること」をキーワードとして児童から引き出す。</p> <p>○危険なところについて、「人の行動」と「環境」の両面から考えさせる。</p> <p>○ペアで歯や口のけがが起きそうな危険なところを見つけさせる。</p> <p>◇活動が進まないペアには見つける視点を助言する。</p> <p>○グループで、どうして危険なのか話し合わせる。(原因)</p> <p>◇原因が「人の行動」と「環境」につながることを押さえる。</p> <p>○グループでけがが起きないための対策を立てて発表させる。</p> <p>◇歯や口のけがも、「予測すること」が大事な</p>	<p>【関心・意欲・態度】</p> <p>本校の歯や口のけがの発生状況を知り、歯の働きや大切さについて進んで考えようとしている。</p> <p>[発表・観察]</p> <p>【思考・判断】</p> <p>歯や口のけがが起こりそうな場面を見つけて話し合い、対策を考え表現することができる。</p> <p>[話し合い・ワークシート]</p>

<p>5. 歯や口を守るために自分でできることを考えてまとめる。</p> <p>6. もし歯や口のけがをしたらどうすればよいか知る。</p>	<p>ことを押さえる。</p> <p>○大切な歯や口を守るために自分でもできることをワークシートに書かせる。 ◇何人か発表させて共有する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>まとめ <b>歯や口のけがも、人の行動や環境に気をつけて予測すると、防ぐことができる。</b></p> </div> <p>○出血したり、歯がぐらぐらしているときには、止血したり冷やしたりする方法を指導する。 ○歯が欠けたり折れたりしているときには、抜け歯や破折片をすぐに見つけて拾い、保存液に入れる対処の仕方を指導する。 ◇けがや事故は必ず周囲の人に知らせ、出血が無くても歯に負担がかかった時には先生や保健室の先生に伝えることを確認する。</p>	<p><b>【知識・理解】</b> 自分にもできることや処置の仕方がわかる。 〔ワークシート・観察〕</p>
--	--	--

◎「おおむね満足できる」状況（B）と判断する児童の姿の例

歯や口のけがの実態が分かり、それを防ぐために「人の行動」と「環境」の両面から危険を予測して自分の行動の仕方につなげることができる。また、歯や口のけがの基本的な処置の仕方が分かる。

## 第6学年 学級活動(2)指導案

平成30年1月31日(水) 第3校時 6年教室 指導者 T1 福田 宏美  
GT 遠藤義孝 歯科医

1 題材名 「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。」  
学級活動(2)カ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

2 児童の実態と題材について

(1) 児童の実態

本学年の児童は38名である。5月の歯科検診の結果では、比較的むし歯の罹患率は少ないものの、治療率に関しては100%ではない。また、給食後の歯みがきはしているが、自分の歯並びに合ったみがき方や、歯科衛生士に教えてもらったみがき方など、今まで学習してきた丁寧な歯みがきを実践しようとする意識を持っている児童は多くない。

(2) 題材設定の理由

むし歯や歯肉炎、歯周病は、小学生にとって身近な生活習慣病の1つである。むし歯や歯肉炎になってしまうと永久歯の喪失につながり、健康な生活を送ることができなくなると考えられる。歯の病気で歯を失ってしまうと、「食べる」「話す」などに支障をきたすだけでなく、毎日の生活が充実したものにならない。

むし歯や歯肉炎の予防をすることは将来の健康な生活に大きく影響する。つまり、永久歯が生えそろうこの時期に、歯や歯肉の健康に関心を持ち、大切にしていこうという意識を高め、この時期に歯や歯肉を健康に保っていく生活習慣を身に付けることが必要であると考えられる。

そこで、永久歯を失う原因の1つである歯周病について理解を深め、自ら健康な歯や歯肉を保つための方法を知り、習慣化するために本題材を設定した。

(3) 本題材の指導で工夫する点や手立て

○体験的な活動の工夫

歯周病について専門家の話を聞く場面では、歯垢に潜んでいる細菌を実際に見たり、臭いをかいだりすることで、自分のこととして考えることができるようにしたい。

また、歯肉炎になった歯肉と健康な歯肉の違いについてペアで考えさせたり、歯周病の原因を班で考えさせたりする、場の設定を行うことにより、いろいろな考えに気づき、自分のこととして取らえることができるようにしたい。

○専門的な知識を生かしたT・Tの指導

歯肉炎の人の口の中の様子や原因を写真や絵を見ることにより、理解することができるようにする。また、児童の歯の汚れから、そこに潜んでいる菌を電子顕微鏡で実際に見たり、歯周病の臭いを嗅いだりして、専門的な資料を児童に提示することで、自分自身のこととしてとらえと共に、歯周病にならないための学習への意欲付けにもしたい。

○自ら学び合う場の設定

歯肉炎にかかった歯肉と健康な歯肉との違いをペアで見つけることでその違いを確認できたり、歯肉炎になる原因を班で考えたりすることで多くの意見や原因に気付くことができ、健康な生活を送るために大切なことを考えやすくすることができるように考える。

3 評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自分の歯みがきの様子を思い出し反省点を見つけようとしている。	歯周病予防のために、歯肉炎の原因と気を付けることを考え、班で話し合い、自分に合った健康な生活を送るための工夫について考え、判断し、実践しようとしている。	歯周病の写真から、その様子や進み方を理解している。

4 事前の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
1月29日(月)	給食後の歯みがきを振り返る。歯みがきに対する意識を高める。	給食後の歯みがきの様子を思い出させ、改善する点考えさせる。	自分の歯みがきの様子を思い出し、反省点を見つけようとしている。 (ワークシート) 【関心・意欲・態度】

5 本時のねらい

歯周病の原因について知り、歯周病予防のための歯のみがき方を考え、習慣化することができる。

6 本時の展開

	学習活動	教師の指導・支援	学習評価
導 入	1 永久歯を失う原因について考える。	○永久歯を失う原因について考え、むし歯だけでなく、歯周病でも失うことに気付かせ、本時の学習の方向性を意識させる ・むし歯・事故・歯周病	
展 開	2 歯周病について知る	歯周病について知り、健康生活を見直そう。	
		○歯周病で抜けてしまった歯を見て、歯肉炎の病気が原因で歯を失うことがあることに気付かせる。 ○ペアになって、健康な歯肉の写真と歯肉炎になった歯肉の写真を比べて違いを見つける。	歯周病の写真から様子を理解している。 (観察・ワークシート) 【知識・理解】
	3 健康な歯肉と歯肉炎になった歯肉との違いを発表する。	○歯周病について遠藤学校歯科医の話聞いて歯周病の人の口の中の様子を知って理解を深める。(GT) ・歯肉からの出血 ・歯肉の腫れ ・歯が長くなっている ・歯と歯肉の境目の汚れ	
	4 歯周病の原因を考える	○歯周病の原因を、各班で原因を考え発表する。 ・歯垢 ・歯肉炎 ・歯みがきをしない ・甘い物の食べ過ぎ ・菌の存在	
	5 歯周病の進み方について知る。	○歯周病の進み方について遠藤歯科医の話聞いて知る。(GT) ・歯周病の原因は、歯垢の中にある細菌であること。 ・歯肉炎にかかりやすい年代であること。 ・出血があっても歯みがきで歯垢を取り除けば歯肉炎を治すことができること。	歯周病の写真からその様子や進み方を理解することができる。 (観察) 【知識・理解】

終末	6 本時まとめをする。	○将来にわたって健康な生活を送るために歯や歯肉の病気に罹らない工夫を考え、きれいに歯をみがくことが大切で、続けていこうとする気持ちを持たせる。	歯周病予防のため に、歯肉の炎症の原因として、歯垢を除去し、歯をみがくことが大切である。また、歯垢を除去するために歯ブラシの正しい使い方や、歯垢の除去に役立つ歯磨き粉の選び方などについて説明した。【思考・判断・実践】
----	-------------	---	---

7 事後の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
1月31日 ～ 2月6日	頑張りカードを行い、振り返りをする。	学級通信で学習内容をお知らせし、家庭との連携を図る。	【思考・判断・実践】 (頑張りカード)

(板書計画)



たんぼぼ・ひまわり学級 学級活動学習指導案

平成30年6月19日（火）第2校時 ひまわり教室 指導者 T1 藤本 由美子教諭  
 T2 春名 静美教諭  
 T3 矢代 顕子養護教諭

1 題材名 「はみがきめいじんになろう」  
 学級活動（2）ウ「心身ともに健康で安全な生活態度の形成」

2 児童の実態と題材について

(1) 児童の実態

ひまわり学級の児童は、3年生1名、4年生1名、5年生2名、6年生1名の5名である。そのうち3名の児童は、家庭での生活習慣が徹底しておらず、歯みがき習慣等も十分に身につけていない。4月の歯・口の健康診断の結果では、むし歯がある児童は2名、むし歯がない児童は3名いた。また、歯垢が付着していた児童もいた。

たんぼぼ学級の児童は、1年生1名、2年生2名、4年生2名、5年生2名、6年生1名の8名である。4月の歯・口の健康診断の結果では、むし歯がある児童は3名、処置をしている児童を含め、現在、未処置歯がない児童は5名いた。歯みがき習慣の定着に向けては、家庭環境の影響が大きい。

学校生活に於いては、給食後の歯みがきが定着しており、全員が取り組んでいる。しかし、みがく時間は短く、みがき方も良いとは言えない。この学習を通して、正しい歯みがきの仕方や歯みがきの必要性をしっかりと学ばせ、家庭での習慣化もほかりたい。

(2) 題材設定の理由

児童は昨年度の学級活動で、むし歯の原因について学習し、実際に、プラークを取り除く体験活動をしました。透明コップで歯ブラシをすすぐと、取れたプラークで水が白く濁り、自分の歯・口に関する課題に気づくことができました。本年度は、実際に歯の汚れを染め出すことにより、汚れを目で見て実感し、正しい歯みがきの仕方を学習させたい。

そして、児童自身が、この学習をもとに自分の生活でむし歯にならないための目標を決め、実践の習慣化を図ることができるようにするために、この題材を設定した。

(3) 本題材の指導で工夫する点や手立て

○体験的な活動の工夫

染め出しを使って、実際に、自分達の歯の汚れている場所を確認させ、自分たちの歯のみがき方をふりかえらせたい。

また、「正しい歯みがき方法」を学習し、実際に実践させることで、技能を身につけさせたい。

○専門的な知識を生かしたT・Tの指導

養護教諭に専門的な角度から、「むし歯の原因」や「正しい歯みがき方法」の指導してもらうことや、写真を見せてもらうことで、「永久歯を大切にしていきたい」という意識を持たせたい。

○自ら学び合う場の設定

染め出し体験の学習では、2人ペアになり、上学年が下学年の世話をしながら、みがき方のアドバイスをして、共に学び合う学習を進めたい。特に、1、2年生は、初めての経験で戸惑うことも考えられるので、安心して取り組めるように配慮したい。

そして、ふりかえりの場面では、めあてに沿って一人一人が、意見を述べ、お互いが認め合い家庭での実践意欲につながるように配慮したい。

3 評価規準

集団活動や生活への 関心・意欲・態度	集団の一員としての 思考・判断・実践	集団活動や生活についての 知識・理解
自分の考えを发表或 り、進んで体験活動に参 加したりしようとしてい る。	汚れを残さずに歯をみがく方 法を考え、判断し、実践してい る。	歯の役割や正しい歯のみが き方を理解している。

4 事前の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月 5日（火）	「歯の役割を考える。」	3つの歯の役割に気づかせる。（特に、かみ砕く事にポイントを置く。）	噛むことの大切さを理解し、意識してよく噛んで食べようとする。（チェック表） 【知識・理解】
6月 12日（火）	「歯みがき実態アンケートとむし歯の状況から考える」	なぜ歯みがきをしなければならぬのかを学習させる。	歯みがきの役割を知る。（ワークシート） 【知識・理解】

5 本時のねらい

むし歯の原因について知る。

正しい歯のみがき方を知り、実生活でも進んでいねいにみがこうとする気持ちをもつ。

6 本時の展開

	学習活動	教師の指導・支援	学習評価
導 入	1. むし歯の原因について、話を聞く。（紙芝居を見ながら）	○ むし歯ができるわけについて、絵カードを提示しながら、説明していく。 ○ 「プラーク」のかくれがについて考えさせる。 ○ 歯みがきは、いつするのが良いか考えさせる。	
	2. 学習のめあてを確認する。		
展 開	3. 正しい歯のみがき方を学習する。	○ 歯の模型を使って、わかりやすく説明する。（T3）	
	4. 「はみがきめいじん」になるためのめあてを決める。	○ 自分に合った歯のみがき方のめあてを決められるように声かけをする。	
	5. 歯のみがき方を練習する。	○ 2人ペアになって、前歯の染め出しを行い、朝の歯みがきで汚れが残っていないかを確認させる。（T1 T2）  ○ 自分の歯のみがきにくい部分を確認し、再度みがかせる。  ○ 自分のめあてを意識させ、歯みがきさせる。	進んで体験活動に参加しようとしている。 【関心・意欲・態度】
	6. 歯みがきの実践から気づいたことを発表する。	○ 歯の外側・歯と歯のあいだ・歯の内側に汚れが残しやすいことに気づかせる。	

めあて はみがき めいじんになろう。

			体験をもとに、正しい歯のみがき方を理解している。 【知識・理解】
	<p>まとめ</p> <p>はみがき名人になるためには、</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・かるく、ちょちょみがく</li> <li>・みがきにくいところをちゅういしてみがく</li> <li>・みがきおわったら、つるつるをたしかめる</li> </ul>		
終末	7. 本時のまとめをする。	○	
	8. ふりかえりをする	○	ワークシートに授業のふりかえりを書かせる。

7 事後の活動

日時	児童の活動	教師の指導・支援	学習評価
6月20日（木）～6月26日（水）	はみがきカレンダーを7日間行い、振り返りをする。	児童がチェックしたカードを持って帰り、お家の方にごんぱりを伝え、コメントをもらい、児童の励みとする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・はみがきめいじんのルールを意識して丁寧に歯をみがく。</li> <li>・はみがきカレンダーを毎日記録する。</li> </ul> <b>【思考・判断・実践】</b>

<板書計画>

めあて はみがきめいじんになろう

はみがき写真  
①

はみがき写真  
②

はみがき写真  
③

2. はみがきをして、きづいたこと

- ・はのねばねばがなくなった。
- ・力を入れなくてもきれいになる。

まとめ

はみがきめいじんになるためには

- ・かるく、ちょちょみがく
- ・みがきにくいところを、ちゅういしてみがく
- ・みがきおわったら、つるつるをたしかめる

1. じぶんにあっためあてをきめよう

- ① はぶらしをこまかくうごかして、はを1本1本みがく。
- ② えんぴつをにぎるようにもって、かるいちからでみがく。
- ③ みがきにくいところをちゅういしてみがく。
- ④ はみがきがおわったら、つるつるしているかたしかめる。

## 2 食に関する指導

給食時指導や学級担任と栄養教諭のT・Tによる学級活動は年間計画に沿って行っている。

給食時指導は実物や紙芝居、スライドなど視覚的に分かり易い教材を用い、児童が理解しやすいよう工夫している。

[2年生：紙芝居を用いた給食時指導の様子]

### 【給食時指導】

- 1年「はしの持ち方」
- 2年「よくかんで食べよう」
- 3年「正しい姿勢」
- 4年「正しい配膳」
- 5年「感謝して食べよう」
- 6年「はしの取り方」「献立の立て方」



### 【学級担任と栄養教諭のT・Tによる学級活動】

- 1年「いろいろなたべもの」(2時間), 「おたのしみ会でどんなカナッペをつくるかかんがえよう」
- 2年「やさいのはたらき」
- 3年「よくかんで味わって食べよう」
- 4年「地域の産物のよさ」
- 5年「みそ汁のよさ」
- 6年「朝ごはんと生活リズム」

3年生の学級活動では、味には種類があることを知ることで、味わってよくかんで食べることの大切さに気づき、実践できるよう指導した。甘味(砂糖)・塩味(食塩)・酸味(米酢)・苦味(カカオ86%チョコレート)・旨味(かつおと昆布の合わせだし)を実際に味わった後、味の付いた豆を食べながら手鏡で口の中の様子や唾液の出方を観察した。よくかむことで唾液がよく出て味が口の中に広がり、よく分かるようになることを実際に感じる事ができた。また、事後の活動で「がんばりカード」に取り組むことで、普段の食事もよくかんで味わうという実践につながった。

[3年生：学級活動の様子]



5年生の学級活動では、昆布だし・煮干しだし・かつおだしの試飲を行い味わった。また、だしを混ぜ合わせて飲むことで旨みが増すことも実感した。だしの試飲の後、切り方の違う大根の入ったみそ汁も食べ比べ、切り方によってかみごたえが異なることも体験した。試飲・試食の後に班に分かれて話し合い、みそ汁のだしの種類や具、みその種類を決めた。ほとんどの班が黄・赤・緑のなかまの食べ物のそろった具のみそ汁を考えており、1年生からの食育や家庭科での既習事項が定着しつつあることも分かった。事後の活動として、各グループの考えたみそ汁を給食に登場させた。実際にみんなで食べることで和食に興味を持ち、よくかんで味わって食べることにもつながった。

〔5年生：学級活動の様子〕



〔5年生が考えたみそ汁を取り入れた給食〕

だし：かつおぶし  
 具：じゃがいも・牛肉・  
 油あげ・わかめ・だ  
 いこん・もやし・ね  
 ぎ  
 みそ：中みそ



だし：煮干し・かつおぶし  
 具：もち・さつまいも・  
 牛肉・とうふ・にん  
 じん・だいこん・た  
 まねぎ  
 みそ：白みそ・赤みそ



だし：かつおぶし  
 具：鶏肉・とうふ  
 ・わかめ・に  
 んじん・オク  
 ラ・だいこん  
 ・なめこ  
 みそ：中みそ

【カミカミメニュー 6月・11月実施】

毎月1回以上、また6月と11月には「歯と口の健康献立」として5日間、カミカミメニューを取り入れた。スルメや大豆、小魚、茎わかめなど、よくかまないと飲み込みにくい食材も使っている。

【歯と口の健康カード 6月・11月実施】

カミカミメニュー(歯と口の健康献立)の日に「歯と口の健康カード」に取り組んだ。自分のめあてを決めて、ひとくち何回かんだか調べることで、意識しながらかむことができていた。

歯と口の健康カード				
年 月 日				
※11月8日は「いい歯の日」です。 よくかんで食べるために自分のめあてを決めてとりくみましょう。				
自分のめあて				
	6日 月曜日	7日 火曜日	8日 水曜日	9日 木曜日
カミカミメニュー	ごぼうの かみかみサラダ	いかの かりんとうあげ	てっこつサラダ	ごさかな
めあてがまもれたら 色まぬらう	☆	☆	☆	☆
ひとくち何回かんだか 調べてみよう				
よくかむためにがんばれそうなことを1つかきましょう！				
かんだ回数 調べた感想	( )回 より少なかった	( )回 より多かった	( )回 より多かった	( )回 より多かった



6月と11月のひとくちのかんだ回数を学年ごとに比較すると、どの学年も6月よりも11月の方がよくかんで食べていた。ひとくち30回、やわらかいものもかたいものもよくかんで食べようという指導を続けている。

〔6月のひとくちの平均回数〕



〔11月のひとくちの平均回数〕



## 【カミカミメニューの調理の様子の掲示】

給食センターでのカミカミメニューの調理の様子を知らせることで、調理の仕方や工夫について分かり、感謝してよくかんで食べようとする意欲付けになった。



かめばかむほど  
おいしいのを  
野菜とあえます



油で揚げた大豆を  
ごはんに乗せます



ちりめんじゃこは  
焼くことで  
かみごたえが  
増します

## 【給食献立ひとくちメモ】

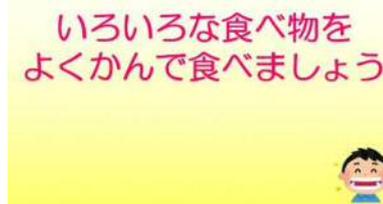
毎日、給食時間に報道委員がひとくちメモを放送している。カミカミメニューの日には、かむことについての内容にした。

給食献立ひとくちメモ 6月 No.2	ひとくちメモ
5 (月) 【歯と口の健康週間】 しごはん 牛乳 <sup>※</sup> 煎餅のしょうが焼き まわかめのおひたしの梅 切り干し天婦羅のみそ汁	6月4日から10日までは歯と口の健康週間です。よくかんでたべると体にいいことがあります。歯や舌が丈夫になると、味がよく分かるようになります。また、歯の歯垢がよくなり、口臭もよくなります。よくかんで食べることを心がけましょう。
6 (火) 【歯と口の健康週間】 カレーうどん 牛乳 <sup>※</sup> ずしめと野菜のかきたま あえ 味噌スープ	今日は歯と口の健康週間です。今日のあえ物はずしめと野菜のかきたまです。ずしめはよくかんで食べると、しっかりと噛めないと飲み込みにくい食べ物です。また、野菜には食物繊維が多いので、歯をきれいにする効果もあります。しっかりと食べてみましょう。
7 (水) 【歯と口の健康週間】 バナナ・りんご 牛乳 <sup>※</sup> フォンデュ(煎餅と野菜のあんかけ) ササゲの揚げ(揚げがかり) ナタデココ入りのもろこし	今日は歯と口の健康週間です。今日のデザートはりんご・バナナ・りんごはよくかまないといけない食べ物が入っています。よくかんで食べましょう。歯の歯垢は、歯みがきで落とすことができます。甘いものやスナック菓子などの食べかすが、口の奥に残っている時間が多いほど、歯垢が増えやすくなります。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。
8 (木) 【歯と口の健康週間】 おだんごごはん 牛乳 <sup>※</sup> さばのピリ辛焼き 野菜のあんかけのみそ汁	今日は歯と口の健康週間です。今日は、カミカミ大豆ごはんがあります。油で揚げた大豆のあんかけごはんです。よくかんで食べると、だ液がたくさん出て、消化を助けてくれます。歯の健康をよくなります。かたいものはもちろんですが、かたいものだけでなく、やわらかいものも、よくかんで食べましょう。
9 (金) 【歯と口の健康週間】 クリームスパイダー 牛乳 <sup>※</sup> かき氷のコーナード フルーツポンチ	今日は歯と口の健康週間です。今日のデザートはかき氷のコーナードです。かき氷は、氷の塊が多いため、よくかんで食べないと飲み込みにくい食べ物が入っています。よくかんで食べましょう。また、歯の健康には、歯みがきや歯垢の除去が大切です。歯垢が増えれば、歯の健康を害します。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。

給食献立ひとくちメモ 11月 No.2	ひとくちメモ
6 (月) 【歯と口の健康週間】 おもちとちりめんじゃこのチャーハン 牛乳 <sup>※</sup> ごぼうのかき揚げ サラダ たまごスープ	今日は歯と口の健康週間です。今日は、ごぼうのかき揚げがあります。ごぼうは、繊維が豊富で、よくかまないといけない食べ物です。よくかんで食べると、消化を助けてくれます。また、ごぼうは、腸の健康を助けてくれます。よくかんで食べましょう。また、歯の健康には、歯みがきや歯垢の除去が大切です。歯垢が増えれば、歯の健康を害します。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。
7 (火) 【歯と口の健康週間】 もちもちごはん 牛乳 <sup>※</sup> いちのかりんとう揚げ 野菜のおかかあえ 青元果汁	今日は歯と口の健康週間です。今日は、もちもちごはんがあります。もちもちごはんは、よくかまないといけない食べ物です。よくかんで食べると、消化を助けてくれます。また、もちもちごはんは、腸の健康を助けてくれます。よくかんで食べましょう。また、歯の健康には、歯みがきや歯垢の除去が大切です。歯垢が増えれば、歯の健康を害します。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。
8 (水) 【歯と口の健康週間】 いじりごぼう 牛乳 <sup>※</sup> 凍粉のクリームシチュー チキンナゲット 豚骨スープ	今日は歯と口の健康週間です。今日は、いじりごぼうがあります。いじりごぼうは、よくかまないといけない食べ物です。よくかんで食べると、消化を助けてくれます。また、いじりごぼうは、腸の健康を助けてくれます。よくかんで食べましょう。また、歯の健康には、歯みがきや歯垢の除去が大切です。歯垢が増えれば、歯の健康を害します。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。
9 (木) 【歯と口の健康週間】 おだんごごはん 牛乳 <sup>※</sup> 切り干し天婦羅のオムレツ(揚げ) もずくスープ 牛乳	今日は歯と口の健康週間です。今日は、おだんごごはんがあります。おだんごごはんは、よくかまないといけない食べ物です。よくかんで食べると、消化を助けてくれます。また、おだんごごはんは、腸の健康を助けてくれます。よくかんで食べましょう。また、歯の健康には、歯みがきや歯垢の除去が大切です。歯垢が増えれば、歯の健康を害します。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。
10 (金) 【歯と口の健康週間】 きのこの霜降スパイダー 牛乳 <sup>※</sup> フルーツサラダ ナタデココ入りヨーグルトゼリー	今日は歯と口の健康週間です。今日のデザートはきのこの霜降スパイダーです。きのこの霜降スパイダーは、よくかまないといけない食べ物です。よくかんで食べると、消化を助けてくれます。また、きのこの霜降スパイダーは、腸の健康を助けてくれます。よくかんで食べましょう。また、歯の健康には、歯みがきや歯垢の除去が大切です。歯垢が増えれば、歯の健康を害します。歯垢はなるべく早く歯みがきをしましょう。

## 【給食試食会 1・4・6年】

10月に6年生、12月に1・4年生の給食試食会を行った。「いろいろな食べ物をよくかんで食べよう」という話をスライドを使って児童と保護者にしたことで、家庭でもいろいろな食べ物をよくかんで食べようという意識が高まった。





### 3 日常活動

#### (1) 全体の取り組み

##### 1) 歯と口の健康カード・点検カード

6月の歯と口の健康週間、夏休み・冬休み期間の始業式前、11月の4回実施した。

6月に行った歯と口の健康週間には、給食にカミカミメニューを取り入れてもらい、しっかり噛むことを意識させ、自分の立てためあてが守れたか、一口何回噛んだかをチェックするようにした。

また、児童が目的意識を持って取り組めるように「家族と歯みがきががんばるぞカード」にも取り組んだ。このカードは、1・2年生・3年以上と分かれており、それぞれ「しあげみがき」「透明コップで歯みがき点検」の欄をもうけ、おうちの方と連携をとりながら取り組んだ。めあてを自分で考えたことや連携をとることで、意欲を持って望めた。児童の感想にも「毎日3回みがけた」「休みの時にも歯みがきをがんばりたい」などがあつた。保護者の感想にも「朝と夜はほぼ仕上げみがきをしています。その効果か、まだむし歯になっていません。仕上げみがきは大切だと思うのでこれからも続けていきたいと思います。」「しっかりみがけたピカピカ、ツルツルの歯は気持ちよいことがわかったね。毎日ツルピカの歯ですごそう。」などの感想がみられた。一日3回の歯みがきの習慣やおうちの方の仕上げみがき学習した内容について意識しながら取り組むことができた。

また、新学期が気持ちよく迎えられるように、「正しいリズムで、元気にすごそう」のカードでは、「一日3回の歯みがき」「家族と歯みがき」「仕上げみがき」の項目をチェックするようにした。児童自身が、健康な生活を送るための生活習慣を身につけることができるよう、意識し実行することへのつながるのではないかと思う。

カミカミメニューの一口30回を目標に調べています。

おうちの方の感想や励ましの言葉が添えられ、低学年の児童は、意欲的に取り組むことができました。

1学期の活動で大切なことは、楽しく活動することです。楽しく活動することで、2学期はよいスタートが切れるようになります。おともの人と一緒に、「コツコツ」の響きを楽しみましょう。2学期は笑顔で迎えてみましょう。

学年	活動	例	1学期	2学期	3学期	4学期	5学期	6学期	7学期	8学期	9学期	10学期	11学期	12学期
1年生	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動												
2年生	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動												
3年生	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動												
4年生	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動												
5年生	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動												
6年生	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動	1. 1学期の活動 2. 2学期の活動 3. 3学期の活動												

「家族といっしょに」「かがみをみながら」等、家庭との連携や一人で確認しながらみがく意識付けの項目が入っています。

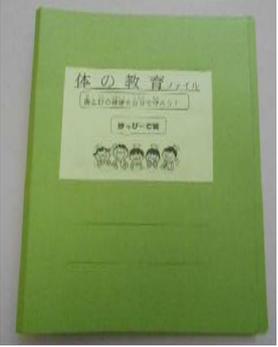
2) 歯科衛生士による歯みがき指導

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。全学年が同じ学校保健目標で取り組んだので、家庭での話題に上ることも多く、学級 PTA での活動が家庭で生かされた。また、専門的な知識を得ることができ、高学年では理論的に学習することもできた。活動の中で、自分の歯の汚れなどを実際に見ることができたので印象深く、その後の活動の意欲へと結びついた。



3) 体のファイル

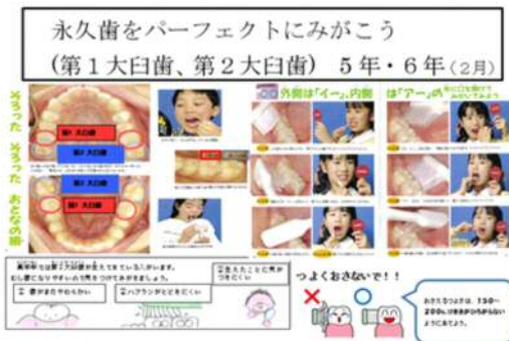
全児童に歯・口のファイルを配布し、学習したことを綴じるようにしている。歯みがきチャレンジカード、学級活動や授業で使ったワークシートやクイズ参加カードを綴じ、振り返りや見直しの参考になるように教室で保管している。ファイルは学年が上がっても引き続き使用して学習に継続性を持たせている。また、教員は系統的な指導を続けるために、指導の参考している。個人的に取り組んでいるクイズや表彰状などもこのファイルに貼ったり綴じたりする児童もおり、活動を振り返って見ることにより、知識・理解や自分の努力が視覚化され、意欲を持って取り組むことができた。



#### 4) 毎学期歯みがき強化週間

1学期は「歯と口の健康週間」の頃、2学期は「いい歯の日」の頃、歯みがき強化週間として、各学年で月の歯みがきのめあてを守り、歯みがきに取り組んだ。

また、めあての説明と気をつけることなどを、金曜日の朝の学習の時間に保健委員が各学級に説明いき、意識して歯みがきに取り組めるよう声かけをした。



めあてについて、写真や保健委員会の人の説明を聞くことで、何に気をつければいいのかがよくわかりました。

強化週間のめあてについて、保健委員会の人が各学級で説明しています。

#### (5) 日常指導

##### 1) 給食後の歯みがき

歯科衛生士の方から、透明コップを使うことで歯の汚れをみることでできると教えてもらい、給食後、歯みがきをしたブラシを透明コップで洗って、汚れが取れた様子を子ども達自身が確認した。透明できれいだったコップの水が濁ると、汚れが取れたとわかるので、児童の歯みがきに対する意欲を高めた。

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、継続化、習慣化を目標に、担任を中心に児童に声かけをし、すみずみまで丁寧にみがく意識を持たせた。



透明なコップを使って、歯をみがいた歯ブラシを洗い歯の汚れを確かめています。



給食後、3分砂時計を使って、時間いっぱいはみがきをしています。

## 2) 給食後の指導

保健委員会が行う歯ブラシ点検で、歯ブラシの毛先が広がりやすい児童については、給食後保健室で歯みがき指導を行った。歯ブラシの当て方や、力の入れ具合など、養護教諭の細かい指導を受け、正しいみがきかたを確認した。



#### 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 年度と平成 30 年度全国小学生歯みがき大会に 5 年生が参加した。DVD 教材を視聴しながら学習した。歯ぐきを観察し歯肉のサインの確認と、歯肉炎予防の歯ブラシやデンタルフロスの使い方の実践を行った。

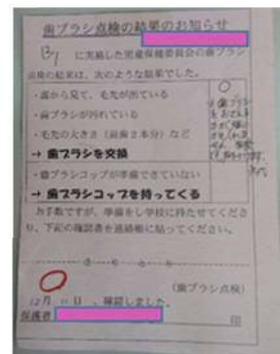


##### (2) 児童保健委員会の取組

###### 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」の説明、歯ブラシチェックもした。その後担任が再確認し点検の結果を保護者に知らせ、歯ブラシやコップを整えた。

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。昼の歯みがき時間に学級へ出向いて、歯みがきのポイントを伝えながら一緒に歯みがきをした。



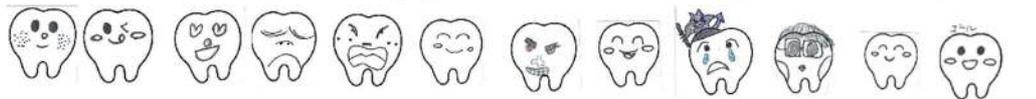
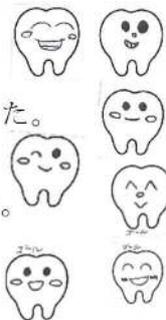
###### 2) 保健集会

平成 29 年度 7 月、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 回保健集会を開催した。江見保育園児や保護者も参加し、ウォークラリーで 6 つのコーナーを体験した。「歯がとけたらどうなるのかな？」では、むし歯は歯のエナメル質のカルシウムが酸で溶けることを卵が酢でとけて卵から泡が出ている様子を見た。「歯ッピークイズ」では、3 種類のクイズを用意した。動物の歯をあてるもの、歯や口に関する数字をあてるもの、江見保育園のピカピカ教室で教えてもらったことをあてるものです。「どっちが強いかな？」では、保育園児と 1 年生は体重計を使って、2～6 年生は握力計を使って、歯を食いしばったときとそうでないときの力を測定した。

「カミカミ体験」では、カミカミセンサーをつけて噛む回数を測定した。「つりコーナー」では、口の筋肉を使い紙でつくった魚をストローで捕まえて皿に入れた。「食と生活リズムの坊主めぐり」では、食と生活リズムのカードを使いグループで札をめくっていった。

[児童の感想より]

- ・歯ッピークイズでは、歯の形で動物をあてるのは簡単だった。
- ・食や生活リズムのぼうずめぐりで、よくかむことが大切と知った。
- ・カミカミ体験でドロドロになるまでかんだ。きびだんごがおいしかった。
- ・いろんなことをして、歯を大切にしようと思った。
- ・つりコーナーがたのしかった。軽いばかりとったら重いが残った。



<歯がとけたらどうなるのかな？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ぐりコーナー>

[保護者の感想より]

- ・「どっちが強いかな？」がよかった。ぼうずめぐりは、カードの枚数が多すぎた。毎日の歯みがきを徹底させたい。
- ・「カミカミ体験」がよかった。よく噛んで食べるように心がけたい。
- ・どれも楽しかった。食後の歯みがきをさせたい。
- ・「どっちが強いかな？」は、数値が目に見えてわかりやすかった。「奥歯の大切さ」も合わせて説明すればよりよかった。おやつのだらだら食いをしないようにさせたい。
- ・「歯がとけたらどうなるのかな？」「カミカミ体験」がよかった。ぼうずめぐりは引いたカードを声に出して読むのもいいなと思った。まず口の中に関心を持たせたい。
- ・「歯がとけたらどうなるのかな？」「歯ッピークイズ」「どっちが強いかな？」「つりコーナー」がよかった。カミカミ体験は多くてできなかった。食べたら、ていねいに、歯みがきをさせたい。

平成29年度10月に「かむことの大切さを知らせたい」と第2回保健集会を開催した。第1回学校保健委員会で栄養教諭がした題材の「フレッチャーさんの大発見」、「かむとよいこと4つ」を児童保健委員が全校児童に読み聞かせをした。実験「どっちを向いた？」では、片方だけかんでいると筋肉のバランスが崩れて、体の歪みにつながることを体験した。



平成30年度7月、全校に「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」と保健集会を開催した。7つのコーナーでクイズをしたり体験したりした。「カミカミクイズ」では、よくかむとどんなよいことがあるかの問題を出した。「はみがきのひみつ」では、歯のみがきかたや力の入れ方などについて問題を出した。かむとどんなよいことがあるかや保健委員がハッピータイムで説明していることがクイズに出されたので、楽しく考えることができた。「ふいてとばして」では、あいうべ体操の「う」の口で口の力を使って歯のキャラクターをどれくらい飛ばせるか体験した。「カミカミ体験」では、咀嚼チェックガムを使いよくかめているかどうかを調べた。「RDテスト」では、赤堀学校歯科医の先生に来ていただき液中の細菌が歯をとく酸をどれくらい作るかを調べた。その他に「標語」の投票をしたり保護者が応募した「歯によいメニュー」を見たりした。

 <p>・カミカミクイズ</p>	 <p>・「はぶらしのひみつ」コーナー</p>	 <p>・「ふいてとばして」コーナー</p>	 <p>・カミカミ体験</p>
 <p>・歯によいメニュー紹介（保護者の方が出してくださった物他）</p>	 <p>・RDテスト（5・6年希望者）</p>	 <p>・標語投票コーナー</p>	 <p>・標語投票コーナー</p>

## 5 環境整備（教室・廊下掲示）

### （1） 歯と口の健康週間ポスター・標語

歯と口に関連したポスターや標語を募集し、教室や保健室前に掲示し、歯・口の健康づくりの意識を高めた。また、標語については、たより「歯っぴーで笑」で紹介した。各学年で歯・口の学習にしたことや、歯・口に関する作品を作成し、他教科と関連づけて学びを広げた。



### （2） 掲示，歯のクイズ

毎週歯に関する保健室主催のクイズに答えたり，毎月の歯みがきに関するめあてを掲示したりして，意欲を高める工夫をした。



「だれの歯かな」のクイズと答えの掲示物。クイズに正解すると，正解シールがもらえます。

### <H30>クイズ「お菓子里に含まれる砂糖の量」



表彰：「クイズ参加カード1枚終了」



(3) カミカミ調べのまとめ

児童それぞれが一口を飲みこむまでに何回かんでいるか数え、学年ごとに平均した。一口の平均回数は、どの学年も6月より11月のほうがよくかんで食べていた。



(4) 歯と口のキャラクターづくり

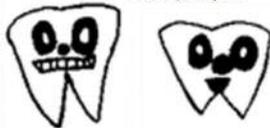
委員会の児童にキャラクターを考えてもらい、投票して決めた。自分たちで取組み意欲を高めることができた。



むしばすすむくん  
「虫歯進君」



は たいいん  
「歯っ隊員」



しょく  
「食キャラ」



は  
「歯のクイズシール」



まんかいエミーの「あいうべ体操」



## 6 家庭・地域・関係機関との連携

### (1) 家庭との連携

#### 1) 保健便り

たより歯っぴーで笑を通じて、歯の正しいみがき方や、歯・口の学習で学んだことを保護者に知らせ、歯・口の健康づくりの意識を高めた。歯（むし歯、おやつの食べ方、はみがきなど）、口（よくかんで食べる、口に入れすぎない、お茶や牛乳で流し込まない、ゆっくり味わって食べるなど）、食育（好き嫌いせずなんでも食べる、食事のマナーなど）、歯・口のけがについて授業や学校歯科医の話、歯科衛生士の話で学んだことを知らせた。各学年、今まで授業で学んだことを標語にし、全校児童の作品をおたよりで紹介した。



#### 2) 学校保健委員会の実施

本校 PTA 保健体育部や学校医，学校歯科医，学校薬剤師，PTA 会長などが集まり，年 2 回学校保健委員会を行っている。平成 29 年及び 30 年度は，年 3 回開催し歯・口の健康づくりをテーマにしており，学校保健委員会で話し合ったことを，各学年の P T A 保体部員がそれぞれの学年 P で報告をしている。

平成 29 年度第 1 回学校保健委員会では，PTA による学校保健目標を発表した。学校歯科医からは「歯科検診について」と岡山県美作保健所から出ているパンフレット「歯と口の健康づくり事業～キラッと輝く子どもの歯と笑顔～」を使い，よくかんで食べることの大切さやおやつは時間を決めて食べることが大切など話があった。栄養教諭からはよくかんで食べることが健康を維持するために大切ということ「フレッチャーさんの大発見」「フレッチャーさんのかむ健康法」の読み聞かせから伝えた。「歯と口の健康週間」の取組の報告があった。保育園長からは，園児の様子や保育園での取組についてと，保護者から手が離れる時期に注意が必要と意見をもらった。

第 2 回学校保健委員会では，学校歯科医から「歯・口のケガの予防」，学校薬剤師から「タバコの害」の話があった。その後グループに分かれて，「児童・家庭・学校・学校歯科医・学校薬剤師が一体となって取り組める歯・口・食に関する活動を考えよう！」をテーマにブレスト会議をした。

ブレスト会議では，「みんなで3分間歯みがきに挑戦しよう」とか「定期検診に行こう」とか「噛むパワーアッププロジェクト」の意見が出た。それを元に，給食後の歯みがきに各学年5個ずつ3分砂時計を配り，給食を食べた児童から数名で楽しく歯みがきをしている。歯科衛生士を招いて親子で歯みがきの仕方を教えてもらった。定期検診の大切さも教えてもらった。平成30年度に保護者から「歯によいメニュー」を募集している。それをおたよりで紹介したり，保健集会で掲示したりした。

### <ブレスト会議の様子>



平成30年度学校保健委員会では、学校歯科医から「糖尿病と歯周病の関係」の話があった。その後「子どもが自分から進んで歯や食の健康について考え実践するために、大人はどのような関わりをすればよいか考えよう！」をテーマにブレスト会議をした。どのグループからも「一緒にする」「大人が子どもに働きかける」「時間と場を共有する」というキーワードが出てきた。PTAが全校で取り組む「家族と歯みがきががんばるカード」に生かしていきたい。

### 3) 講演会

12月の人権講演会で4年生から6年生の児童と保護者で、モンゴル医科大学 客員教授 岡崎 好秀先生のお話を聞いた。子どもたちは、目を輝かせて身を乗り出してお話を聞きクイズに参加した。初めて知ることも多く、健康な歯を保つためにみがき残しのない歯みがきや歯間ブラシを使いたいと思った児童も多くいた。



#### [児童の感想より]

- ・クイズ形式で楽しく聞けました。動画や写真が多かったので分かりやすかったです。
- ・口の中にあるバイキンは、うんちより多くて驚きました。
- ・コップに水を入れて歯をみがくと水が汚れた。何回も水をかえて水がきれいになるまでみがくと、口の中がきれいになる。家でもやってみようと思った。
- ・歯をなめると少しヌルヌルしていた。歯垢がたまっていると思った。これからは、毎日みがき残しのないようにしっかりみがこうと思った。
- ・むし歯や歯肉炎にならないために、歯みがきをしっかりしないといけないと思いました。
- ・歯がなくなってしまうと動物は死んでしまう。歯は大切なものなんだとわかった。むし歯や歯肉炎がすすまないように、朝、昼、晩と必ずはみがきを続けていこうと思いました。

### 4) フリー参観日での歯・口の授業

全学年「歯・口の健康」をテーマに授業参観を行った。

1年生の「いろいろなたべもの」の授業では、「食べ物の名前や形を知ろう。」をめあてに、はてなボックスの食べ物をさわったり、におったりして当てっこゲームをした。2年

生の「自分の口に合わせてみがこう」の授業では、自分の歯を観察し、お菓子を食べた後の汚れが溜まりやすいところのみがきかたを学んだ。3年生の「むし歯の原因とおやつを食べ方」の授業では、むし歯の原因を知ったり、むし歯を予防するためのポイントを学んだりした。4年生の「噛むことの大切さを知ろう」の授業では、噛むことで脳が発達したり、肥満を防いだりすることなど、体にいいことがあるということを知った。5年生の「COのときにできることを知ろう」の授業では、COの意味を知ったり、みがきにくいところにむし歯ができやすいことなどを学んだりした。6年生の「めざせ むし歯 1本以内」の授業では、6年生のむし歯の状況を知り、歯みがきの仕方や歯ブラシの持ち方、みがく強さなどを学習した。



## 5) 給食試食会

1・4・6年生が給食試食会を行い、保護者と給食を食べたあと、栄養教諭からよくかんで食べようと話を聞いたり、県歯科衛生士さんに歯について教えてもらったり親子歯みがきをしたりした。

## (2) 地域との連携

### 1) 保健集会に園児が参加

保健集会に江見保育園児を招いた。園児は6年生と一緒にコーナーをまわり参加することができた。クイズの問題はピカピカ教室で教えてもらったことだったのですぐに答えられた。その他のコーナーも楽しく参加できたようだ。

### 2) 保健委員が江見保育園を訪問

保健委員会では、歯と口の健康週間に江見保育園を訪問した。「おはなし」と「あいうべ体操」を発表した。園児たちはおはなしを、一生懸命聞いてくれ、またあいうべ体操は、一緒に行ってくれた。保健委員は、大きな声ではっきりと気持ちを込めて発表することができた。充実感や達成感を覚え大きな自信につながった。



### 3) 保育園、中学校の取組

モンゴル医科大学 客員教授 岡崎 好秀先生を講師にお迎えし保・小・中の教職員が参加し講演会や研修会を開催した。



連携校の保育園では、ピカピカ教室に歯科衛生士を招き歯みがきの大切さや甘いおやつを取りすぎないこと、正しい歯みがきのしかたを教わり、きらきらタイムには、音楽に合わせて「あいうべ体操」を実施するなど歯口の取組が定着している。

土居の小学校では、給食後の歯みがきに音楽を流したり、全校児童へ学校歯科医や県歯科衛生士によるブラッシング指導をしたり、学校保健委員会を立ち上げて歯の健康に取組保護者への意識を高めたりしている。

中学校では、給食後の歯みがきをはじめた生徒が出ていると聞いている。

今回の保・小・中連携で取組の情報交換をしたり、たより「歯っぴーで笑」で交流することで連携校で歯や口に関する取組が活発になった。



### (3) 関係機関との連携

美作保健所に資料の提供をしていただいた。また、歯みがき指導への歯ブラシを提供していただいた。

勝英歯科医師会と連携し、歯と口の健康づくり出前講座を行った。

小学校の保健集会に、江見保育園の園児を招き、一緒にゲームをしたり、歯と口に関するクイズを楽しんだりした。



### <勝英歯科医師会「歯と口の健康づくり出前講座」>



6年生「歯肉炎について」



4年生「歯の生えかわりについて」  
MIHARU くんでも口の中も見ました。

