

自ら学び自ら考える歯科保健活動の創造

～歯・口の健康から 心・体の健康へ～



羽生市立新郷第一小学校

校長 秋本 文子

保健主事 萩原 洋子

養護教諭 中村 千尋

1 はじめに

本校は、羽生市の西に位置し、古くから宿場町として栄えた地域で、明治6年5月に開校し、創立140年を迎える歴史と伝統に恵まれた学校である。児童数160名、7クラスの小規模校で、子供たちは明るくのびのびと学校生活を送っている。

地域や保護者の学校教育に寄せる期待は高く、常に活力ある学校づくりが進められている。

子供たちの中には心身の健康に配慮を要する児童もいるが、お互いの良さを認め合い、友だちを大切に、落ち着いて学習に取り組んでいる。また、基本的な生活習慣は身に付いている児童が多く、素直で思いやりがあり、与えられた仕事は真面目によくやる。しかし、主体的に行動したり実行したりすることが少ないのが現状である。

本校の健康教育は、「歯・口の健康から 心・体の健康へ」とし、「親子での生活習慣のチェック」の実施など、全教職員一丸となって「健康で生き生きと活動する児童の育成」に努めている。

羽生市キャラクター



2 本校における健康教育

(1) 学校保健グランドデザインの作成と活用



学校教育目標「自ら考える子」「仲よくする子」「健康でがんばる子」の具現化を目指して、本年度の合言葉「心をひとつに チーム新一」のもと、①しっかり学び ②運動いっぱい ③いつもにここに ④力を合わせてがんばる子」をキャッチフレーズに、知・徳体のバランスのとれた児童の育成を図っている。

健康教育のテーマを「心も体も歯も キラリ」と題し、「歯と口の健康」「食べることは生きること」「たくましく生きるための体力や健康を培うこと」を中心として、学校保健グランドデザインを作成し、実践を図っている。

本年度、次の5項目を健康教育の重点とした。

- ①自己の体を見つめ、健康づくりの生活化をめざす
- ②生涯にわたって健康で安全な生活を主体的に実践できる態度の育成をめざす
- ③家庭、地域、外部団体、専門機関との連携を密に図った健康教育の充実をめざす
- ④健康上の課題を正しく理解し、自ら判断して行動できる力の育成をめざす
- ⑤自分を見つめさせながら進めていく基本的な生活習慣の形成をめざす

3 健康教育の実際

「心も体も歯も キラリ」歯の健康を考えよう！

自分の健康は自分で守れる健康の大切さに気付き、進んで活動する新郷っ子
生きる力を育む歯・口の健康づくりで生き生きパワーを！

◎「健康の大切さに気づく」とは・・・自分の健康に関心を持ち、問題点を見い出し、解決方法を自ら考え、自らの力で解決し、心身共に健康で豊かな人間性を育むことである。

<朝の健康観察、健康診断結果の振り返り、手作り身長計（きりんさんとの背くらべ）の作成、毎月の保健目標に合わせた手作り掲示物・展示物の作成>

◎「進んで活動する」とは・・・めあてに向かって、意欲をもって活動し、自己存在感・充実感・成就感を持ち、さらに、よりよい生活をめざして活動していくことである。

<児童健康福祉委員会の活動による毎月の歯みがきカレンダーの作成、歯科保健目標の発表、健康福祉パトロールの実施（流し・トイレの点検）>

◎「しっかり食べる」とは・・・栄養バランスのとれた朝・昼・夕食を残さず食べ、偏食しないで十分に咀嚼し、楽しく味わいながら食べることである。

<なかよし給食、食に関するアンケートの実施、学校保健委員会での調理実習、PTA給食試食会、栄養教諭とのチーム・ティーチングによる家庭科の授業>

◎「しっかりみがく」とは・・・歯の大切さに気づき、8020をめざして、歯の一本一本をすみずみまでいねいに、自分の歯並びに合わせて正しくしっかり磨くことである。

<音楽に合わせて手鏡と二本の歯ブラシを使って行う給食後の歯みがき（ピカピカタイム）、毎月の児童手作りの歯みがきカレンダーの実施、保健主事・養護教諭による全学年歯科指導の実施、学童歯みがき大会への参加、親子でつくるむし歯予防標語の募集>

保健主事・養護教諭による月1回の歯みがき巡回チェック



1年生の手鏡を使ったセルフチェック



健康で充実した生活を送るために、「歯・口の健康づくり」を中心に家庭・地域と連携して取り組む

年間3回開催
地域学校保健委員会



第70回
学童歯みがき大会への参加



歯・口の健康から 心・体の健康へ

4 特徴的な活動

(1) 歯・口の健康づくりの推進

年間2回の歯科健康診断と、月1回ずつ各学級へ保健主事と養護教諭が出向いて歯みがきチェックをすることで、児童一人一人に健康課題をつかませている。また、「歯みがきカレンダー」や「歯っぴーファイル」を活用し課題解決を図っている。さらに、歯科衛生士からの指導・助言を生かした「1年生親子歯みがき」や、本年度から実施のフッ化物洗口、親子でつくるむし歯予防標語の募集など、家庭・地域と連携した歯・口の健康づくりを進めている。

歯科衛生士から正しい歯のみがき方について教えていただきました。



< 1年生親子歯みがき指導 >

給食後、ピカピカタイムの音楽に合わせて、手鏡を見ながら丁寧に自分の歯をみがきあげます。



< 保健主事・養護教諭による給食後の歯みがきチェック >

< 全学年カラーテスト実施 >



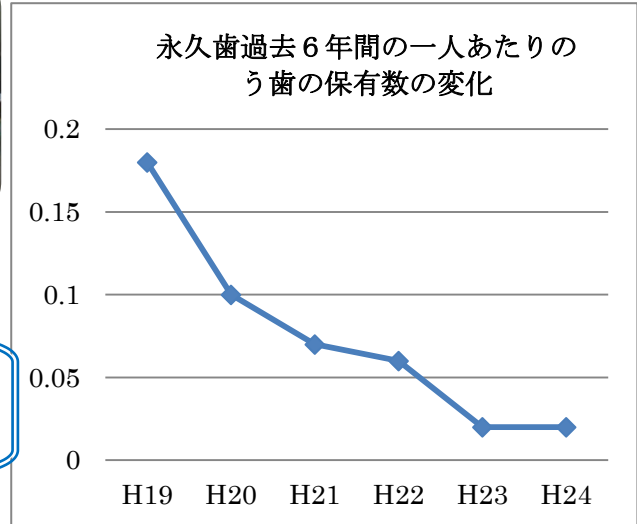
< 親子でつくるむし歯予防標語金賞受賞者の表彰 >



< 全学年実施の年間2回のフッ化物塗布 >



毎年、運動会の参加賞として児童全員に、むし歯予防標語優秀作品を載せたムジナもん歯ブラシを配布しています。



< 学校・家庭・地域の協力を得て、年々減少している >

(2) 拡大学校保健委員会（にこにこ会議）の開催

本校では、学校保健委員会の名称を「にこにこ会議」とし、テーマについては、毎年PTA保健厚生部の委員と共に年度当初に会議を開き、子供たちの健康実態を十分考えて話し合いをしながら決定している。にこにこ会議年間3回の開催に当たり、本年度から近隣の中学校等と連携し、互いに意見交換を行っている。学校医、学校歯科医、学校薬剤師、県や市教育委員会の指導主事、歯科衛生士、栄養教諭、近隣の中学校などを指導者として招聘し、保護者・6学年の児童参加のもと、子供たちの健康問題の解決に当たり活性化を図っている。

世界各国の給食を紹介しながら、日本の食育への取組の現状と課題について、講義をしていただきました。



< 子供・保護者と一緒に親子豆乳スープ作り >



< 埼玉県教育局県立学校部保健体育課の川島指導主事から食の大切さについての講義 >

新一小の子供たちの食生活をより良くするために、グループに分かれてワークショップを行いました。



< 子供・保護者・教職員によるワークショップ >

(3) 望ましい食習慣の確立（食育指導の充実）

毎学期1回、6年生と先生方が各学級に入って下級生とふれあいながら給食の時間を楽しむ「ふれあい給食」や、PTA給食試食会、学校給食センターの方々による食育指導の実施などを行っている。

また、本校では、隣接する公民館と連携して、実った梅を採って作る梅ジュース作り、手打ちうどん作り、茶道体験などを行い、地域に根ざした地産地消の食育指導を進めている。



学期に1回ずつ、6年生と先生方が各学級に入って、下級生とふれあいながら給食の時間を楽しみます。



<なかよし給食>



地域の方に教えていただきながら、うどん粉から自分たちの手で作りました。

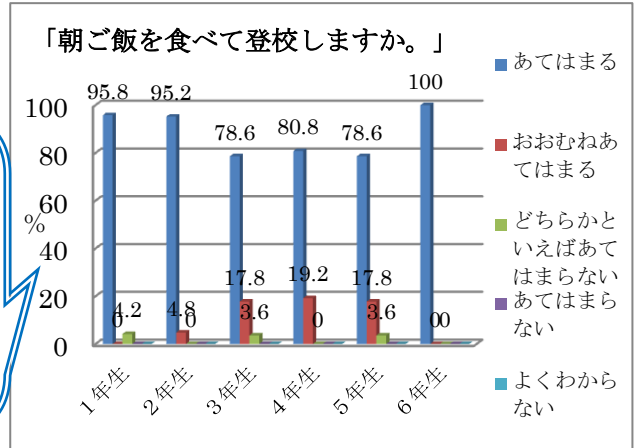
<手打ちうどん作り>

<羽生市給食センターの管理栄養士による食に関する指導>



<公民館と連携した茶道体験や梅ジュース作り>

新郷第一小学校の子供たちは、アンケート結果から、2年、4年、6年生は100%朝食を食べてから登校していることがわかりました。



(4) 学校安全等の推進

生活安全・交通安全・災害安全の観点から、校内研修として、心肺蘇生法・AED講習会、羽生警察署の警察官による1年生防犯教室、親子自転車教室、緊急地震速報を利用した避難訓練・児童引渡し訓練などを行っている。

また、保健室前には、健康づくりに向けた手作りの掲示物を月毎に作成・掲示するとともに、保健室の来室記録から見たけがの発生状況を毎月作図して、子供たちのけがの防止、校舎内外の環境整備に活かしている。

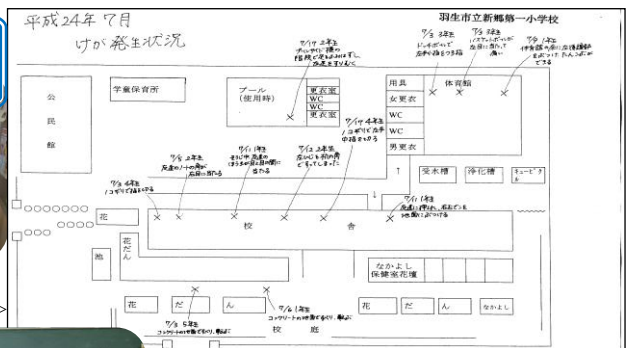


羽生市消防署の方々から、心肺蘇生法・AEDの使い方について、全教職員が指導を受けました。

<心肺蘇生法・AED講習会>



<緊急地震速報を利用した避難訓練>



<毎月のけが発生状況の把握>



<保健室前の手作り掲示物や展示物>



<保健室主事・養護教諭とのT、Tによる薬物乱用防止教室>

たばこのけむりには多くの有害物質が含まれており、たばこを吸っている人だけではなく、その周りにいる人へも健康被害を与えるということを学習しました。

5 まとめ

本校の健康教育推進に当たっては、学校・家庭・地域関係機関の方々が、高い意識を持って協力・連携を図り推進できている。学校保健委員会の開催に際し、学校三師会の参加はもとより、県や市教育委員会指導主事の講演等により、協議内容も充実するとともに、児童や保護者・教職員の健康教育への関心も深まっている。

今後も、様々な年間指導計画等の見直しや教職員研修の充実、学校保健委員会のP D C Aサイクルでの評価・改善を図りながら、拡大学校保健委員会へつなげ、子供たちが主体的に健康教育活動を推進できるよう計画的・継続的に指導していきたい。