

学校の強みを生かした健康教育の推進

～「自分で・自分たちで」取り組む生活習慣づくりを目指して～

岐阜市立三輪南小学校

1 学校紹介

三輪南小学校は、岐阜市の北東部に位置し、自然が豊かで古墳群や城跡、神社・仏閣が多く、歴史ある地域に位置付く大規模校である。校区には、幼稚園、小学校、中学校、さらには高校と大学まであり、それぞれに連携し、交流が盛んである。地域は学校に協力的で、農業体験を実施したり、「ふるさと教育」を進めたりするなど、学校の一番の応援団となっている。



2 学校経営方針と健康づくり

昭和39年に開校以来、本校は歯・体力づくり・環境衛生など「健康づくり」の取組が盛んで、学校・家庭・地域がいっしょに取り組む素地がある上、現在も地域が大変協力的であることが、大きな強みとなっている。また、本校の子どもたちは素直で、言われたことや自分が納得して理解したことは本当に一生懸命に取り組むことができるという強みもある。

本校の強みである「家庭・地域の強いサポート」「子どもたちの一生懸命さ」を生かすことで、子どもたちの安全・安心な環境を整えるとともに、「自分で・自分たちで」行う「健康づくり」の取組を力強く進めていくことができる考える。

特に「歯みがき指導」に関しては、「ゼロからのスタート」と位置付けて重点を置いて取り組んでいる。過去には、歯の取組に熱心であったにもかかわらず、平成29年度の時点では、給食後の歯みがきの習慣はなかった。子どもたちが「食後に歯みがきをしないと何だかすっきりしない。」というまで意識が高まり、歯みがきが当たり前となる「習慣化」を目指して取組を推進している。

3 健康づくりの推進体制

本校では、健康づくりは、校内の三指導部のうち生活指導部会が中心となって推進している。健康（体と心）・安全・食・生活・運動の各担当者が、前年度の提案に「プラス・ワン」して取組を計画している。特に、「養護教諭」「栄養職員」「保健主事」「体育主任」が強みを生かしながら健康づくりの牽引役となっている。

4 特徴的な活動

(1) 学校の強みを生かした健康づくり①

～「ゼロからスタートの歯科保健活動」を中心に～

給食後の歯みがき習慣がなかった本校では、学校歯科医を中心にPTA役員・地域の方々、教職員で相談を重ね、全校で歯みがきをする習慣づくりに取り組んだ。本校の子どもたちの強みである「言われたことや、自分が納得して理解したことには一生懸命取り組む姿」を生かして、取組の意味や価値を丁寧に伝えることで、生涯にわたって歯をみがき、大切にしていこうと意識を高め、習慣化を図るようにしていこうと考えた。

① 養護教諭の強みを生かした取組

専門的な知識を基に、家庭生活と学校生活の両面への積極的な働きかけができる養護教諭の強みを生かして「歯科保健活動」を推進した。

◎「歯科保健指導全体計画」や「歯科健康指導月別指導計画」の作成

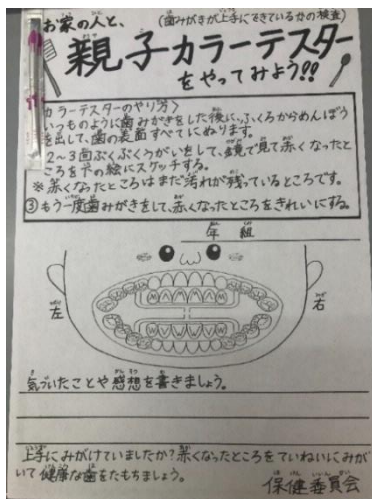
◎日課表に給食後の「歯みがきタイム」を位置付け

◎保健委員会の子どもたちを生かしての歯みがき習慣の定着活動

◎「ほけんだより」の発行による情報発信

◎大型連休前のカラーテストの配付、休日の歯みがきチェック表の活用

◎「学年別歯みがきスキル」を活用しての歯みがきスキル向上の指導



今年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で思うように活動が進められていないが、PTAの理解を得られたので「フッ化物洗口」を週時程に位置付ける予定で準備を進めている。

【歯みがきに関わる各種カード】

【学年別歯みがきスキル】

1年生：第一大臼歯をきれいにみがこう 2年生：前歯の外側をきれいにみがこう

3年生：前歯の内側をきれいにみがこう 4年生：歯と自分をみがこう

5年生：小臼歯をきれいにみがこう 6年生：歯みがきで歯肉炎を予防しよう

※4年生は全国小学生歯みがき大会への参加



養護教諭は、担当している保健委員会の子どもたちに考えさせながら、歯みがきについて全校に発信できる強みがある。

◎歯みがき習慣定着のための取組の改善

実際に給食後の歯みがきが始まって、最後まで歯みがきをやりきらず、途中でやめてしまう子どもややり方が雑な子どもがいるなど、課題が出てきた。このタイミングで、保健委員の子どもたちに働きかけることで、自ら話し合い、全校が歯みがきを自分のこととして考えることができるよ

うなアイデアを生み出した。例えば、学級によって取組に差が出がちであった歯みがきタイムを「全校放送を使っての一斉歯みがき」から「クラス毎にCDをかけての歯みがき」に変更した。毎日、保健委員の子どもたちが自分の担当クラスに行って、CDをかけて一緒に歯みがきを行った。全校全員で歯みがきをするように取組を続けることで、歯・口の健康づくりに対する全校の子どもたちの意識を高め、習慣化が図れた。

◎全校で取り組む歯みがきキャンペーン

放送委員会「歯みがきがすばらしいクラスの紹介」、給食委員会「むし歯予防に役立つ食べ方の掲示と放送」、保健委員「歯みがき先生」を行い、3つの委員会が歯みがきの取組を合同ですることによって、「歯・口の健康づくり」の意識を高めた。



【保健室前の歯みがき啓発掲示】

◎全校の歯みがきチェック表の掲示

保健室前に、全校のチェック表をまとめて掲示し、各クラスの「歯みがきの取組の見える化」を行った。

◎学校歯科医による歯みがき指導

歯科検診の日を生かして、学校歯科医の指導の基で、朝活動の時間に「全校歯みがき」を行った。学校歯科医に専門的な視点から歯みがきの様子を見ていただくことで、正しい歯みがきのやり方を確認する機会となった。



【学校歯科医による児童への指導】

また、児童会の保健委員会の子どもたちが学校歯科医の指導を受ける機会を位置付けた。委員会の子どもたちが、全校に歯みがきを教える「歯みがき先生」として活動するために、歯科の知識や技能を身に付けることができ、全校に対して教えていく立場になることで、子どもたちの自信にもつながった。その後も、定期的にプラークテストを行い、学校歯科医に指導していただいたみがき方を復習し活動をしている。



【保健委員会「歯みがき先生」】

② 栄養職員の強みを生かした取組

栄養職員は「食」と歯科健康指導をつないで指導を行っている。栄養職員は、給食時間に欠かさず、給食を生きた教材として活用し、指導に生かすようにしている。ふるさとの食材や全国の郷土料理・特産品を紹介したり、食材そのものを「五感」を使って味わって食べたりするように繰り返し子どもたちに伝えている。その中で、よいタイミングで歯科健康活動につなげた取組を推進している。

◎「むし歯予防デー」に給食の「かみかみメニュー」を準備



【するめや大ぶりの豚肉を使った献立】

全校でよく噛んで食べることを通じて「歯・口の健康づくり」について理解を深める時間をとった。また、あまり噛まなくても食べられる柔らかい献立の時こそ、よく噛んで食べることを意識してもらえるように指導を行っている。

◎「おやつの取り方」についての学習の取組

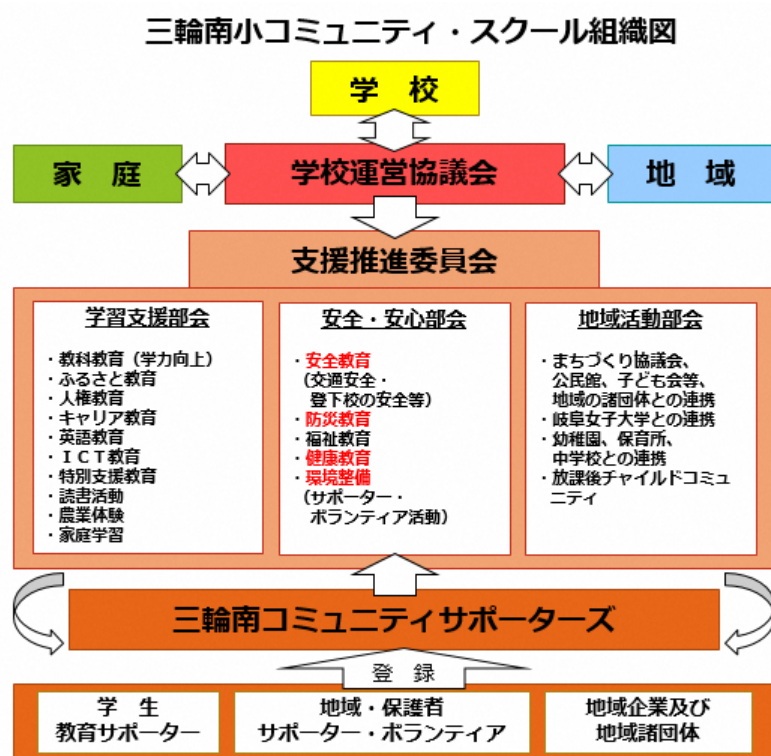


【栄養職員による「食」の授業の様子】

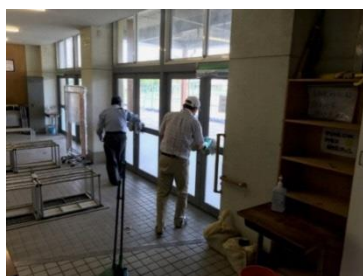
2年生では、虫歯を予防するために、おやつの選び方や、口の中が酸性になる時間を短くする方法を学んでいる。その後、子どもたちは、おやつの選び方やおやつをとる時刻などについて考え、日常生活で実践できるようにしている。

(2) 学校の強みを生かした健康づくり②

～学校運営協議会を柱に保護者・地域と取り組む新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止活動～



新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、全国の学校が臨時休業となること明らかになった翌日には、「三輪南小学校学校運営協議会」を開催した。「休業中の子どもの安全を守る」ためにできることを考え、いかに子どもたちや家庭、学校をサポートしていくかが検討された。この動きの早さと地域と学校、家庭をつなぐ協力体制は、本校の強みである。



【ボランティア活動の様子】

新型コロナウイルス感染症対策として、子どもたちの安全な環境を守るために、新たに加わった作業を地域でサポートしてもらうようにした。これらのサポートが教職員の精神的・肉体的負担を軽減し、子どもたちにしっかりと向き合う時間を生み出すことができた。教職員の新たに加わった主な仕事は「朝の登校時の健康チェック」、「子どもの下校後の消毒作業」「トイレ掃除」そして、休校明けすぐの「1年生の給食配膳補助」などがあつた。そこで、教職員がやることと家庭や地域がやることを分けたサポート計画を作成し、学校運営協議会の呼びかけに応じて、地域や保護者からボランティアを募った。はじめは、自治会からの呼

びかけで、各種団体がローテーションを組んでサポートしていただき、その後は、「やれる人が・やれるときに・やれることを」を合言葉に、PTAが主となって地域や保護者の枠を越えて消毒作業に参加してもらうようになった。

その際、地域の方々をはじめ多くの人が、新型コロナウイルス感染症の感染から子どもたちを守りたいと願い、活動していただけていることを子どもたち

が知る機会を意図的につくるようにした。その結果、周りの方々の思いに触れ、今まで以上に、子ども一人一人が、新型コロナウイルス感染症の感染防止に向けた「新しい生活様式」を「自分で・自分たちで」守っていく大切さを感じるようになった。同時に、子どもたちは、自分たちの安全な学校生活を支えてくれているボランティアの方々に対して、自分の思いを伝えたいと願い、メッセージカードに感謝の気持ちやこれからの健康な生活を維持していくための決意など表現する子どもがたくさん現れるようになった。



【ボランティアの皆さんとの交流掲示板】

・「いつも階段の手すりなどぼくたちが触る場所を消毒してくださってありがとうございます。そのおかげで、安全で楽しい学校生活ができます。本当にありがとうございます。 (4年生)」

ボランティアとして活動する方々に、子どもたちのメッセージを届けることで、「子どもたちが喜んでくれて取組が続けてきてよかった。」「子どもたちの健康で安全な学校生活のための手助けができてよかった。」という声が寄せられるようになってきた。

5 まとめ

本校の強みである「家庭・地域の強いサポート」が、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために現在も継続してあることは本当に心強い。

子どもたちと保護者・地域を双方向につなぐことが、地域や保護者の「子どもたちの安全で健康的な学校環境を守りたい」という温かな思いへの子どもたちの気付きになり、改めて「自分で・自分たちで」、健康づくりに取り組んでいこうという意識の高まりに結びつくことになる。

また、「子どもたちの一生懸命さ」を生かすためにも、歯みがき指導をはじめ健康づくりにおいては、丁寧に取組の意図やねらい、やり方、見通し、価値などを子どもたちに伝えることが重要である。

安全・安心な生活環境を大人が整えることは必要だが、最終的には子どもたちが、人に言われたからやるのではなく、「自分で・自分たちで」考えて、「必要だからやる。」「やらないと何となく気持ちが悪い。」とさえ感じる確かな生活習慣づくりへと、子どもの意識をさらに高めていくようにしていきたい。