

# 歯科保健活動を柱とした健康教育の推進

～児童の主体的な活動と保護者・地域との連携を大切にした取組～

## 恵那市立上矢作小学校

### 1 学校紹介

本校は恵那市南部に位置し、大船山・上村川をはじめとする豊かな自然に囲まれた児童数65名(R3.12.1 現在)の小規模校である。平成6年度に町内2小学校が統合によって開校した市内でも歴史の浅い学校ではあるが、統合以前から続く野菜作りの体験的な学習活動の他、近年ではタブレットやドローンを活用した教育活動にも力を注いでいる。地域は学校教育に協力的で授業における地域講師や環境整備に至るまで学校運営協議会、地域学校協働本部をはじめとした地域ぐるみの教育支援体制が整備されている。



### 2 学校経営方針と健康づくり

#### (1) 学校経営における健康づくりの位置づけ

**学校の教育目標**：たくましく すこやかな 上矢作の子

\*願う子どもの姿：【主体性】 目標に向けて努力できる子

【社会性】 仲間を大切にして共に歩める子

【郷土愛】 地域を愛し誇りに思う子

\*めざす学校像：笑顔と思いやりがあふれる学校

上に示した学校の教育目標、願う子どもの姿、めざす学校像の具現に向け、次のような4つの柱からなる指導の重点・活動を設定している。

- ・自ら意欲的に取り組む授業《学力向上》
- ・自ら取り組む健康づくり《健康で安全な生活》
- ・質の高い仲間関係づくり《あいさつ・掃除・集会活動》
- ・地域に学び、地域に関わる《栽培活動・ふるさと学習》

本校の健康づくりは4つの柱の2つ目に位置付けられ、その取組の内容は主として次のようになっており、学校経営の全体構想の中にも位置付けられている。

- 新型コロナ感染症対策での学び
- 歯科保健活動を柱とした健康推進
- 規則正しい生活習慣づくり
- 児童が主体となる安心・安全への取組

## (2) 本校の健康づくりの柱となる歯科保健活動

本校は開校以降、特に歯と口の健康に関する健康づくりに重点を置いて学校の教育活動を進めてきた背景がある。(1)に挙げた本校の健康づくりの内容の2つ目に示されているのも、それが理由である。永年、児童会活動やPTA家庭教育活動等をはじめとした家庭・地域を巻き込んだ健康づくり活動を継続的に行っている。



歯の標語校内表彰のようす

近年は、少子化の影響で学校の小規模化が進んでいるが、低学年児童を中心とした「歯と口の健康啓発標語」の応募(P T A家庭教育委員会が主催)、5年生がこども園を訪問して行う歯科指導、児童会の保健委員会によるピカピカコンテスト(通称:ピカコン)等、児童による主体的な活動が、学校の伝統的な活動として定着している。

このような児童が主体となって行う活動に加え、学校歯科医に年間を通して数多く来校いただき、歯科検診だけにとどまらず、歯科に関する助言・指導をいただいたり、学校歯科医オリジナル本のキャラクター「6才臼歯の6ちゃん」等を用いた歯科指導を学年毎で行っていただいたりしている。

この他、食育指導(給食試食会、おにぎりの日の設定 等)、全校運動(大縄跳び、ペース走)、日常的に行っている新型コロナウイルス感染予防対策(健康カード、児童机シールド 等)も学校の教育活動の中に無理なく位置づけられるように配慮しながら実践を進めている。



学校歯科医オリジナル  
キャラクター  
6才臼歯の6ちゃん



児童机シールドを用いた給食

## 3 健康づくりの推進組織

本校および上矢作町の健康・安全に関する扱う組織は以下(次頁)のように位置付けられている。こども園、小・中学校の主体性を大切にしながら、こ・小・中一貫の健康づくりおよび安全安心の確保を進めている。教職員で構成する生活部では各担当より保健・安全・食育・運動・環境に関する提案や協議が行われる。この場を経て、職員会で周知し、内容によっては検討を行い、共通理解を図っている。これ以外にも、毎週木曜日の放課後に行う職員打合せにおいて共通理解を図り、組織的に健康づくりを推進している。

**上矢作町保健安全委員会**・・・年5回実施（含 歯科保健委員会）

- \* 学校三師（学校医、学校歯科医、学校薬剤師・・・三師共こども園、小・中学校兼務）
- \* こども園長、小・中学校各校長、各教頭、各保健主事、各養護教諭
- \* 小・中学校 PTA 代表（会長、家庭教育委員長）
- \* 栄養教諭

※この下部組織として「歯科保健委員会」が位置付けられている。

**児童委員会**・・・月2回程度

- \* 代表委員会
- \* 保健委員会・・・健康・衛生に関すること
- \* 放送委員会・・・給食の献立や食材について
- \* 美化委員会・・・清掃活動について

**PTA**・・・隔月1回程度

- \* 本部役員会
- \* 家庭教育委員会
- \* 広報委員会
- \* 地区役員会
- \* 学年委員会

**生活部**・・・隔月1回

- \* 生活部長（兼 保健主事、特別支援学級担任）
- \* 養護教諭（兼 教育相談、健康教育、給食）
- \* 生徒指導主事（兼 4学年担任、体育主任）
- \* 児童会担当（兼 6学年担任、特別活動担当、）
- \* キャリア教育担当（兼 3学年担任）
- \* 道徳教育推進教師（兼 特別支援学級担任、ICT 担当）

**運営委員会**・**職員会**・・・隔月1回

歯・口の健康づくりは、朝・夜の歯みがきをはじめ、その効果的な実施のために、家庭の理解や協力が重要となる。そこで、学校での取組を「学校だより 大船山」「保健だより」「めざせ！歯ピカ（歯科指導啓発だより）」や学級通信、学校ホームページ等を通して発信し、家庭との連携を図り、学校と家庭で一貫した指導が行われるようにしている。

本校の健康づくりの柱となる歯科保健活動は、学校歯科医との連携・相談の占める部分が非常に大きいことが特徴である。学校歯科医は平成6年の開校以来、永年にわたり本職を務めており、こども園、中学校の学校歯科医でもある。また、町内唯一の歯科医であり、地域の幼児、児童生徒の歯・口の健康における個々の状況を熟知している。そのため保護者・地域の信頼は厚く、学校との連絡・相談を密に取ることにより、指導・助言が受け入れられやすい状況にある。

#### 4 「歯と口の健康状態を改善し、日本一の学校にしよう」と始まった歯科保健活動

##### (1) 歯科保健活動が本校の健康づくりの柱となった理由

本校は冒頭で紹介したように、町内2小学校が統合して27年前に開校した学校である。当時は、小・中学校共に歯と口の健康状態が良いとはいえず、中学校3年生に至っては、DMF 歯数が5.0に近い状態であった。当時の教育長や、当時から今なお現職の学校歯科医との相談・協議により、歯と口の健康状態を改善し、日本一の学校に

しようという大きな目標を掲げて歯科保健活動を健康教育の柱として取り組んできた。それと同時に、学校歯科医を中心に、歯科衛生士、歯科助手、保健師、保育園・小学校中学校の養護教諭などで構成する「上矢作町歯科保健委員会」を立ち上げ、子どもが生まれる前から中学校を卒業するまでを見据えての「歯と口の健康を守る活動」が始まり、少しずつ形を変えながらも現在に至っている。

## (2) 活動の実際

### ①児童が中心となる活動

#### ①-1 日常の給食後の歯みがき

放送委員会により、「みがく順番」の指示が入った音楽が流される。各学級で保健委員会が中心となり、「姿勢」「鏡」「みがき方」の声をかけながら実施している。

#### ①-2 「歯みがき・スリー・トライ」

強化週間として、「歯みがき・スリー・トライ」を実施している。

#### ■歯みがき スリー・トライ

- ①姿勢良く、背筋を伸ばして、足ピタでみがく。
- ②ひじを付かずにみがく。
- ③鏡を見てみがく。

てんけん  
**【ピタ・コチョコ点検】**

「ピタ・コチョコタイム」みまわり当番は、こんなことをみてまわります。

- かがみをみてみがいているか？
- しせいよくみがいているか？
- はみがきのしかたはどうか？

↓

ピタ・コチョコでみがいている。  
はぶらしをつかいわけている。

**■保健委員会が行う歯磨き時の点検の視点**

「ピタ」・・・歯ブラシを歯にピタッとしてみがく。

「コチョコ」・・・軽い力でコチョコチョコと小刻みに動かす。

#### ①-3 ピカピカコンテスト(通称:ピカコン)

朝活動で保健委員会が歯垢の染め出しを実施している。A判定を3回以上取った児童には「名人」「達人」「歯みがき王」の3段階表彰活動を行う。3回のA判定を取ることができない児童には、2月のピカコン前に染め出しを行い、弱点克服のための取組を実施している。高学年には、古い歯垢と新しい歯垢がそれぞれの色に染まる液を使用して実施している。



保健委員による染め出し



保健委員による弱点克服指導

#### ①-4 こども園訪問活動(5年生)

毎年1月に、5年児童がこども園を訪問して歯みがき教室を実施している。年長児に「歯がピカピカだとカッコいい！」の紙芝居とクイズを出して、歯みがきをする理由や方法について教えている。この訪問は、次年度のペア学年(1年生と6年生)を念頭に置いた活動でもある。



#### ②学校歯科医が中心となる活動

担任、学校歯科医、養護教諭によるTT形式の歯科指導授業を各学年で1時間実施している。担任は、授業実践前に学校歯科医と児童の実態を踏まえ、相談しながら指導案を作成している。授業において、養護教諭は学校歯科医の助言を得ながら補佐的な役割を担っている。また、6年間を通して、指導の中に学校歯科医著作の絵本に登場するキャラクターを登場させ、指導内容を印象付けることで児童の理解の一助となっている。

また、本校学校歯科医は近隣小規模校の学校歯科医も兼務しており、今年度は本校4年生と相手校4・5年生が合同でリモート授業も実施した。



#### ③PTA家庭教育委員会が中心となる活動

- ③-1 歯の標語募集(低学年対象)→家庭教育委員が審査して優秀賞を選出→全校集会時に家庭教育委員長が表彰
- ③-2 歯みがきがんばりカードの配付
- ③-3 親子健康教室(講演会)
- ③-4 親子歯の染め出し(年間5回実施)
- ③-5 全校おにぎり作り
- ③-6 学校だより「大船山」、保健だより「めざせ！歯ピカ(歯科指導啓発だより)」などを通して、健康づくりに関する啓発や活動の協力、その他に「家庭教育だより」を年2回発行。



### 5 「歯と口の健康」と「食育」を関連付けた健康づくりの充実

本校では、学年の発達段階に応じた、おやつの取り方や咀嚼についての学習を実施したり、生活科や総合的な学習の時間における野菜等の栽培活動を通して、旬の野菜

について知ることや、自然の恵みと命をいただくことへの感謝の気持ちを育んだりするなど、「歯と口の健康」と「食」を関連させた食育にも力を入れている。

その中でも、特に、例年11月に実施している「おにぎりの日」の活動では、5年生が総合的な学習の時間で栽培した米を使い、全校児童がおにぎりを握り、食べる活動を通して、よく噛んで食べることで消化が良くなることや、おいしさを感じることができることなど、学年の発達の段階に合わせた食に関する指導内容を位置づけ、健康づくりの充実につなげている。



## 6 地域との連携による環境衛生活動

校舎内外の環境衛生活動として、児童による日常の清掃活動のほかに、愛校作業として、年2回、親子と地域の有志による敷地内の除草作業を行っている。また、11月には、地域学校協働活動として学校敷地内において植木の剪定講座が行われ、植木や生垣の剪定とともに、ハチの巣等の駆除も行われている。さらに、2年生児童は、地域の壮健クラブとの交流活動として418(ヨイハ)花壇の苗植えを実施している。学校敷地内にある国道418号線に面した花壇で、児童の良い歯を目指す上矢作小を象徴する花壇で苗植え活動を行っている。内側に歯(白)、外側に歯肉(ピンク)をイメージし、ピンク・白の花をつけるニチニチソウを約250本植えて、世話をしている。

このように、児童自らも活動に参加しながら、安全安心な生活環境づくりのために学校や家庭・地域が連携する姿を目の当たりにしていることもあり、児童の環境衛生を保つことへの意識も高い。



## 7 成果(○)と課題(●)

- コロナ禍においても、学校三師を中心とする上矢作町保健安全委員会の助言や協力を得ながら、感染防止対策を第一に考え、歯科保健活動を中心とした健康づくりの活動を展開することができた。
- コロナ禍における家庭中心の生活から生活習慣の乱れによる要観察歯等が増加している。歯の健康維持の重要性についてさらに啓発を図る必要がある。
- 歯と口の健康を中心とした児童が主体となった活動の好循環を、体力向上や望ましい食習慣の形成などにも生かし、総合的な健康づくりの推進につなげる必要がある。