

歯科保健活動の取組について ～児童の委員会活動を中心に～



山田小学校 イメージキャラクター
山田戦隊・草津メロンマン



草津市立山田小学校
2022. 10月

山田小学校の紹介

全校児童数 366名

人権教育と生徒指導を
中心に

健康課題：むし歯が多い



歯科保健活動の紹介

- ・ **健康安全委員会活動**

 - 健康標語の掲示、歯みがきカレンダー活動

 - 『給食名人をめざそう』活動

- ・ 毎月「18日」は「山田小学校 いい歯の日」

 - 校内放送と便り配布

- ・ 歯の絵本の読み聞かせ（6月・11月）

- ・ 1年生と全校 親子歯みがきチェック

- ・ ノージュースデー ステッカーの配布

- ・ ZTV取材を受けました 歯科保健活動の取り組み

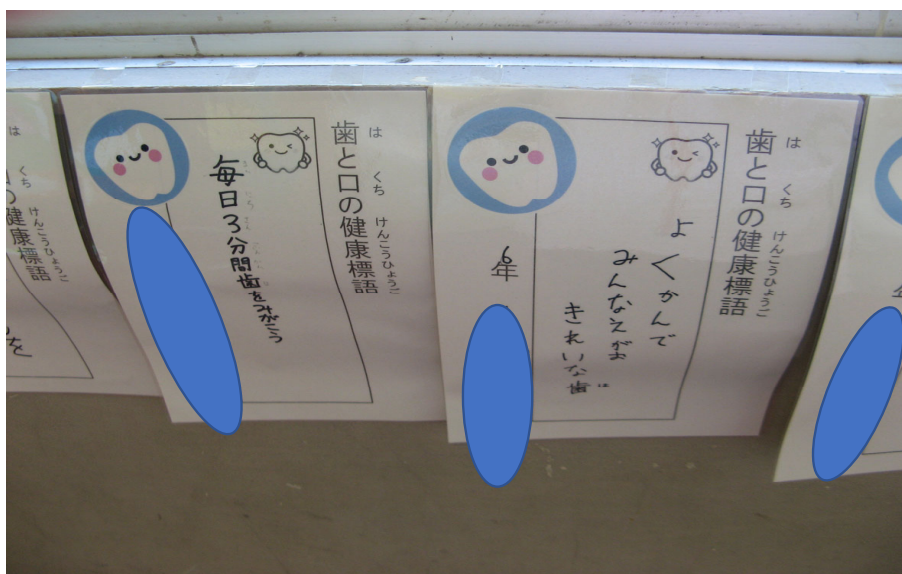
- ・ 学校保健委員会 「おし歯のひみつと歯みがき」 講話

- ・ 全校集会で、歯の健康について委員会より発表

学校保健計画に入れて、一年間を通して活動をしています。

令和4年度学校保健計画												草津市立山田小学校		
目年	・日常生活の実践を通して健康安全のための基本的な知識や習慣、態度を体得させ、将来を見据えたライフスキルが確立できる子どもを育成する。 ・自他の生命を尊重し、思いやる気持ちを持って行動できる子どもを育成する。													
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3		
目月	自分の体を知ろう	規則正しい生活をしよう	歯を大切にしよう	暑さにまけない体を作ろう	暑さにまけない体を作ろう	熱中症を予防しよう	目を大切にしよう	正しい姿勢を身につけよう	体を鍛えよう	手洗いうがいをしよう	1年間の反省をしよう	進級へ向けて		
学校行事	入学式、定期健康診断・身体計測	プール清掃・健康診断・避難訓練・給食指導・修学旅行	避難訓練	クリーン作戦・大掃除	フローティングスクール	室戸大風慰霊式	避難訓練運動会	クリーン作戦歯みがき指導	人権集会・大掃除	命を見つめる月間、避難訓練	清水体育賞授賞式	卒業式		
保健管理	救急処置訓練・定期健康診断の計画実施	プールの安全点検	水質検査	熱中症対策	熱中症対策	熱中症対策	照度検査	風邪の予防対策	暖房設備の点検	風邪の感染状況の把握	次年度定期健康診断計画	年間統計処理		
保健学習	健康診断の意味	トイレの使い方	病気の予防(6年)	けがの防止(5年)	熱中症予防はつらつ週間	はつらつ週間	病気(生活習慣病・がん)の予防 6年	メディアストップと家庭学習	感染症予防	育ちゆくわたしたちの体(4年)	毎日の生活と健康(3年)心の健康(5年)			
保健教育	権命月開人	1年:名前のひみつ(学級活動) 2年:私の成長(学級活動) 3年:毎日の生活と健康(保健学習) 4年:育ちゆくわたしたちの体(保健学習) 5年:心の健康(保健学習) 6年:薬物乱用教室(保健学習) 4年:10才を祝おう(学級活動)												
保健指導	特別活動	掃除の仕方	安全な歩行	歯を大切にしよう	夏休みの過ごし方	生活習慣確立に向けて	運動会に向けて	目を大切にしよう	クリーン作戦	風邪の予防	給食に感謝しよう	健康作文	1年間を振り返って	
保健指導	個別指導	要配慮児童の把握	治療勧告	歯科治療勧告	夏休みに向けて	要配慮児童の把握	運動会練習への配慮	運動会への配慮	健康相談	冬休みに向けて	インフルエンザ予防指導	欠席児童の把握	次年度計画	
組織活動	委員会	学校保健委員会							学校保健委員会					
組織活動	委員会	児童保健委員会	年間計画作成	歯磨きの啓発	歯磨きの啓発	熱中症予防ポスター	熱中症予防ポスター	歯磨き啓発	運動会役割	学校保健委員会参加	風邪予防啓発	風邪予防啓発	清水体育賞発表	健康啓発
組織活動	委員会	児童保健委員会	歯科検診について知ろう	口のにおい	体によい水分		ひとくちについて知ろう	歯の役目	だ液について	歯ぐきチェックをしよう	歯みがき見直し	歯みがき啓発	歯みがき啓発	
組織活動	委員会	児童保健委員会	給食食器ならべ名人(低)	給食食器ならべ名人(中)	給食食器ならべ名人(高)		給食かたづけ名人(低)	給食食器ならべ名人(中)	給食かたづけ名人(高)					
調整	教室環境	プールの水質	机いすの調整	教室環境づくり	プール水質検査	ダニ検査 教室室温検査	教室室温検査	飲料水水質検査 熱中症対策	照度の検査	換気湿度検査	ストーブ・エアコン使用点検	空気検査 ストーブ・エアコン使用点検	ストーブ・エアコン使用点検	ストーブ・エアコン使用点検
指導	給食		・仲良く食べよう ・給食を知ろう ・食べ物のはたらきについて知ろう				・食事の環境を整えよう ・食べ物の名前を知ろう ・季節の食物について知ろう			・食物の3つの働きを知ろう ・食べ物を知ろう ・食物と健康について知ろう				

歯の健康標語 掲示の様子



歯の健康標語 掲示の様子

毎月「18」日は、山田小いい歯の日

- ・いい歯の日 放送：全員が1年間に2回



- ・放送内容原稿は読む練習をしてから放送しています。

いい歯だより

がっこう いい歯のひ5月号



令和4年5月18日発行
山田小学校 ほけんしつ

毎月18日を「いい歯の白」として、きゅう食の時間に健康安全委員会から校内放送をします。放送をしたことをしょうかいします。

大切な歯科けんしんについて知ろう

毎年、歯科けんしんがあります。自分の口の中をみてもらうだけでなく、いろいろな目的があります。

<p>自分の「は」や口のしようたいを知る</p> <p>むしば 「しにく」のようす はならび</p>	<p>「は」や口のびよう気を早く見つけ、なおす</p> <p>スクリーニング → びよう気のうたがいのある人を見つけて出すこと</p>	<p>「は」を天朝にしようとする</p> <p>自分でチェックしましょう！</p>
<p>あごのようす、歯みがきのようすもみていただきます。</p>	<p>歯や口の中の病気があると、ガが出せませんね。</p>	<p>時尺、鏡を使って、自分で歯や口のようすを見てください。</p>
<p>「は」を大切にしようとする</p> <p>おなやうなえすの長えす</p>	<p>「は」を大切にしようとする</p> <p>ていききにはいしやさんにきくこともおすすすめ</p>	<p>しかけんしんの前に...</p> <p>はみがき ぶくぶくがいがい</p> <p>しかけんしんのマナー</p>
<p>毎日、きそく正しい生活を送るようしましょう。ねる前は歯みがきをわすれず。</p>	<p>歯医者さんに、歯みがきのようすをみてもらうこともよいことですね。</p>	<p>けんしんの前は、必ず歯みがきをしておきましょう。</p>

給食のあと、歯みがきをがんばっていますね。これからも歯みがきをていねいにしましょう。うらに、歯みがきの歌をしょうかいしています。



がっこう いい歯のひ7月号



令和4年
7月12日発行
山田小学校 ほけんしつ

毎月18日を「いい歯の白」として、きゅう食の時間に校内放送をします。7月の「いい歯の白」の放送でしたことをしょうかいします。

ジュースののみすぎに注意しよう！

1日のさとうの量
(食べてもよい量)
30グラム

ジュースには、たくさんの「さとう」が入っていて、ジュースを飲みすぎると、さとうをとりすぎることになります。けんこうのためにも、ジュースを飲みすぎないようにしましょう。

500ミリリットルのペットボトル1本のさとう

たんさん飲料	こうちゃ飲料	スポーツ飲料	くだもの飲料	乳飲料
さとう およそ55g スティック シュガー 18本	さとう およそ39g スティック シュガー 13本	さとう およそ34g スティック シュガー 11本	さとう およそ56g スティック シュガー 18本	さとう およそ57g スティック シュガー 19本

お茶
さとう
0g

みなさんはどの飲みものを飲みますか？のどがかわく前に、ジュースよりもお茶や水を飲むようにしましょう。

ジュースばかり飲んでいると、むし歯になりやすく、体によくありません。

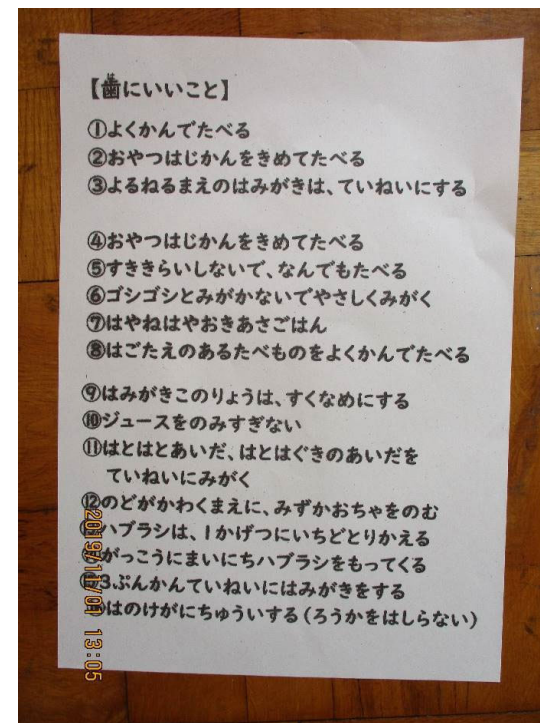
からだ すい ぶん
体によい水分をとりましょう

給食名人をめざそう活動



・受け持つ学級へ出向き、配膳準備、かたづけを呼びかける、賞状わたし

歯にいいことビンゴ大会



- ・あらかじめ、歯にいいこと16項目を考えます
- ・ビンゴカードに学級で選んだ項目を書く ビンゴのクラスに賞状

歯みがきカレンダー活動



子どもたちの中から、活動をしたいと声があり、歯みがきカレンダーの活動をしました。

学校保健委員会での講話



1年間に1回、開催しています。児童の健康安全委員会の児童も参加し、健康づくりについて考える機会を持っています。学校歯科医の先生に「おし歯のひみつと歯みがき」の講話をしていただきました。位相差顕微鏡で、動く細菌をみることで、歯みがきすることの重要性を感じた子どもたちは、歯垢染め出しの後の歯みがきを特に丁寧にしていました。(R01.11月)

全校集会での発表

じぶんのはをたいせつに



みなさんは、
食べたあとには
みがきをして
いますか？

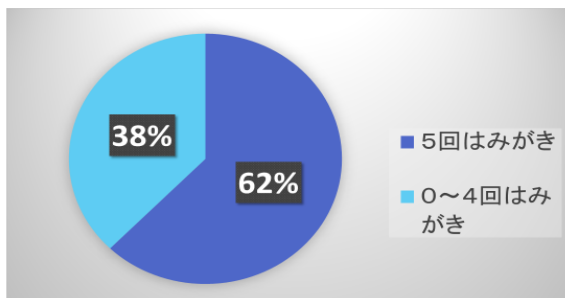
しこうって？



けんこうあんぜんいいんかい
かつどう



はみがきカレンダーのけっか



これからもはみがきをつづけよう



体力面や健康面での取組で、優れた結果に賞を渡す集会の中で、児童の健康安全委員会の児童より、「歯の健康」について、呼びかけをしました。

保健室前掲示の様子

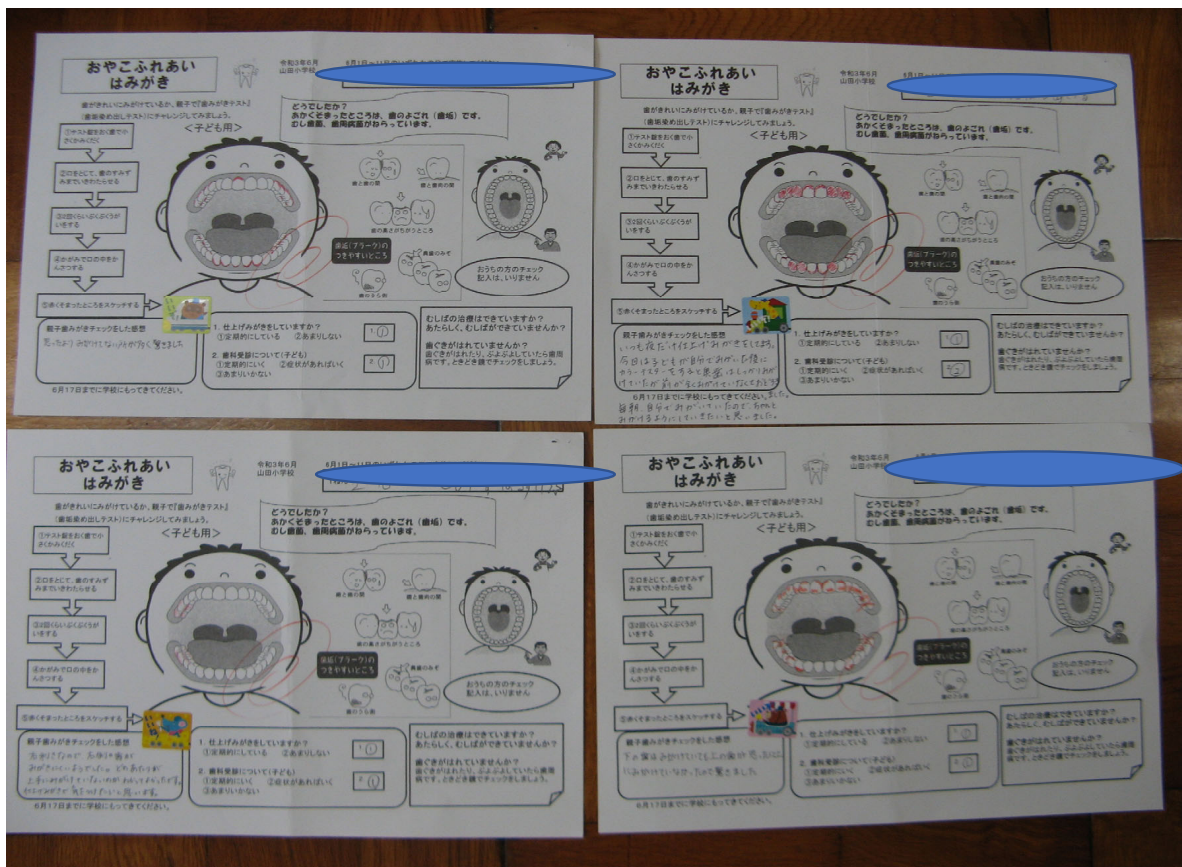


保健室前 歯の絵本を置いています

図書館 歯の絵本コーナー



親子はみがきチェック



【感想の一部】

- ・ 毎日の歯みがきをもっと丁寧にしていこうと子どもと話す良い機会になった。
- ・ 今後、気を付けるポイントとして、本人みがきのあと、仕上げ磨きをしようと思う。
- ・ 母も歯みがきができていないところが確認できてよかった。もう少し時間をかけて頑張りたい。
- ・ 歯のみがき方を親子で見直してよい機会になった。

歯科検診の様子



検診場所には、歯に関するポスターを掲示しています。静かに自分の順番を待っています。

学級担任より、健診前に指導をしています。受け方について指導をすると、静かに待つことができます。

歯みがきカレンダー (PTA活動)

山田小学校 PTA 発行

山田小学校 夏休み わくわく歯みがきカレンダー



ねん くみ ばん なまえ ()

★歯みがきができたら、色をぬってね！8月26日に学校へもっていきましょう。

日	にち	月	げつ	火	か	水	すい	木	もく	金	きん	土	ど
1日3回歯みがきできた：あおいろ				1日2回歯みがきできた：きいろ									
1日1回歯みがきできた：あかいろ				できなかったら色はぬりません。									
歯みがきできた日をかぞえてみましょう				21日				22日		23日			
あおいろの日 ()日				きいろの日 ()日				あかいろの日 ()日					
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	8月1日	2日	3日	4日	5日	6日
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
21日	22日	23日	24日	25日	とくに後のはみがきを ていねいにしましょう！ 毎日わずれずに、はみがき をしましょう！								

【ノージュースデー】のどがかわくまえにお茶や水のみみましょう！

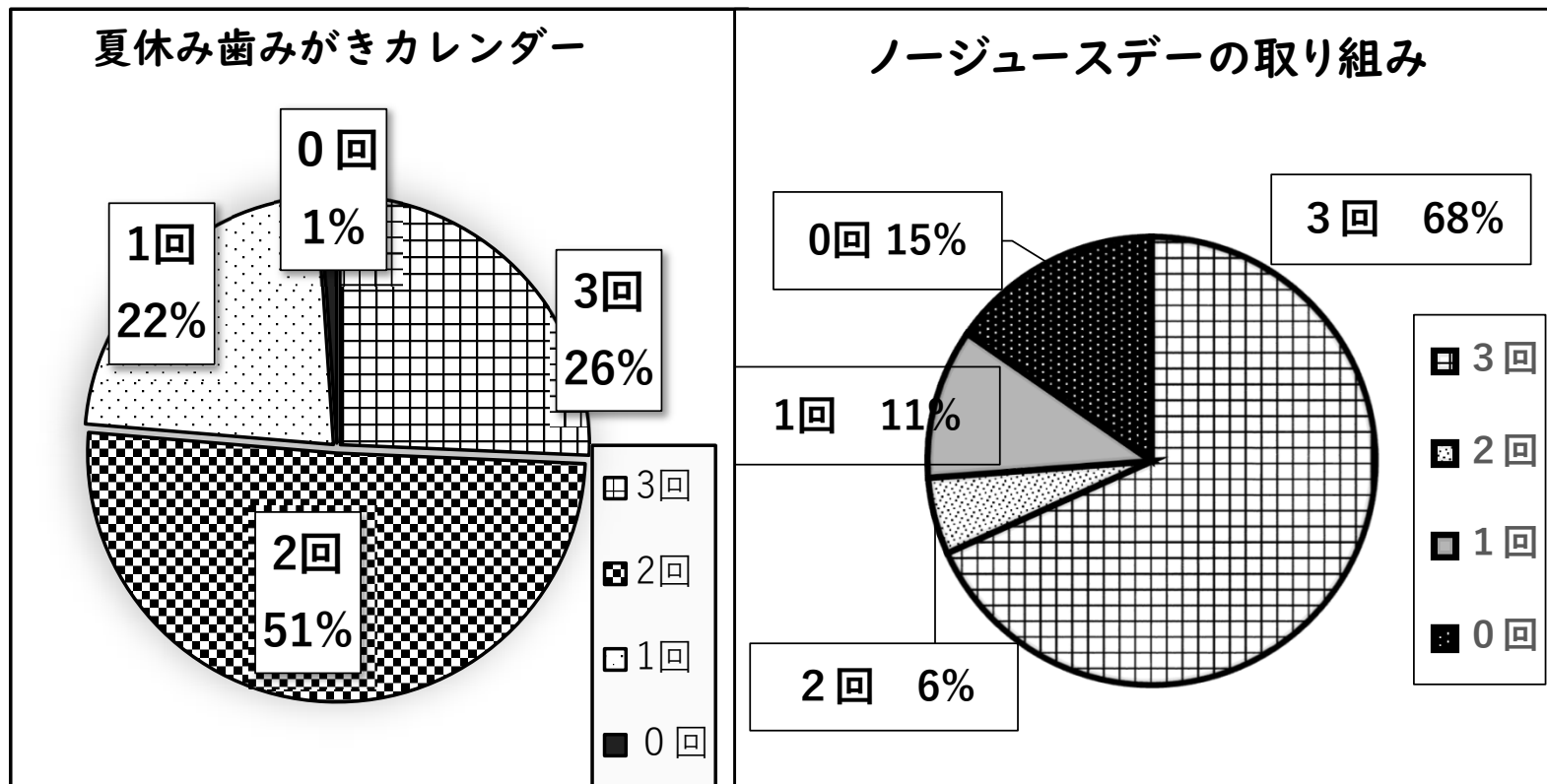
夏休みの間、3日間はジュースを飲まない日にしましょう。まもれたら、好きな色をぬりましょう。

自分で白にち
をきめて
ください。



ノージュースデー
自分で「ジュースを飲まない日」
3日間を決めて、取り組みます。
ジュースを飲まない日になったら、好きな色を
ぬります。

夏休み 歯の取り組み結果より



ステッカーの配布 (PTA活動)



のどがかわくまえに
おちゃ・みずをのもう!



草津市立山田小学校PTA

保健指導の様子

身体計測時での

養護教諭から指導

『むし歯の話』



身体計測での話 ~ ちょっとこわいむし歯の話より

しよきむしば CO (むしばなりかけ)

しろくなっている

ちやいろになっている

はみがきでけんこうなはにもどる

むしばになりやすいものなど

むしばになりやすい

むしばになりにくい

むし歯のなりかけの時は、ていねいな歯みがきで、むし歯予防ができます。かがみて歯をみて、歯ブラシが歯に当たっているか、かくにしましょう。

あまくてべたべた歯にくっつく食べものは、むし歯になりやすいです。時間を決めて食べるようにしましょう。だらだら食べないように気をつけて。

むしばは こわいぞ

ほおっておくと ぜんしんに ひろがります

はぶらしのつかいかた

*えんぴつにぎり

*はぶらしのおおきさは？

しぶんのゆび2半分

*はぶらしのけさは？

子どもサイズをつかきましょう

むし歯のばいきんは、神経や血液を通して全身に運ばれます。体のいろんなところを悪くしてしまいます。心臓や脳、胃や肺など全身です。

歯ブラシのかくにんをしてみましょう。自分の口にあったサイズを使うようにしましょう。

むしばよぼう

- ていねいなはみがき
- おやつはじかきをきめてたべる
- なんでもたべる
- しっかりかむ

むし歯を予防するためには、毎日のつみかさねが大切です。

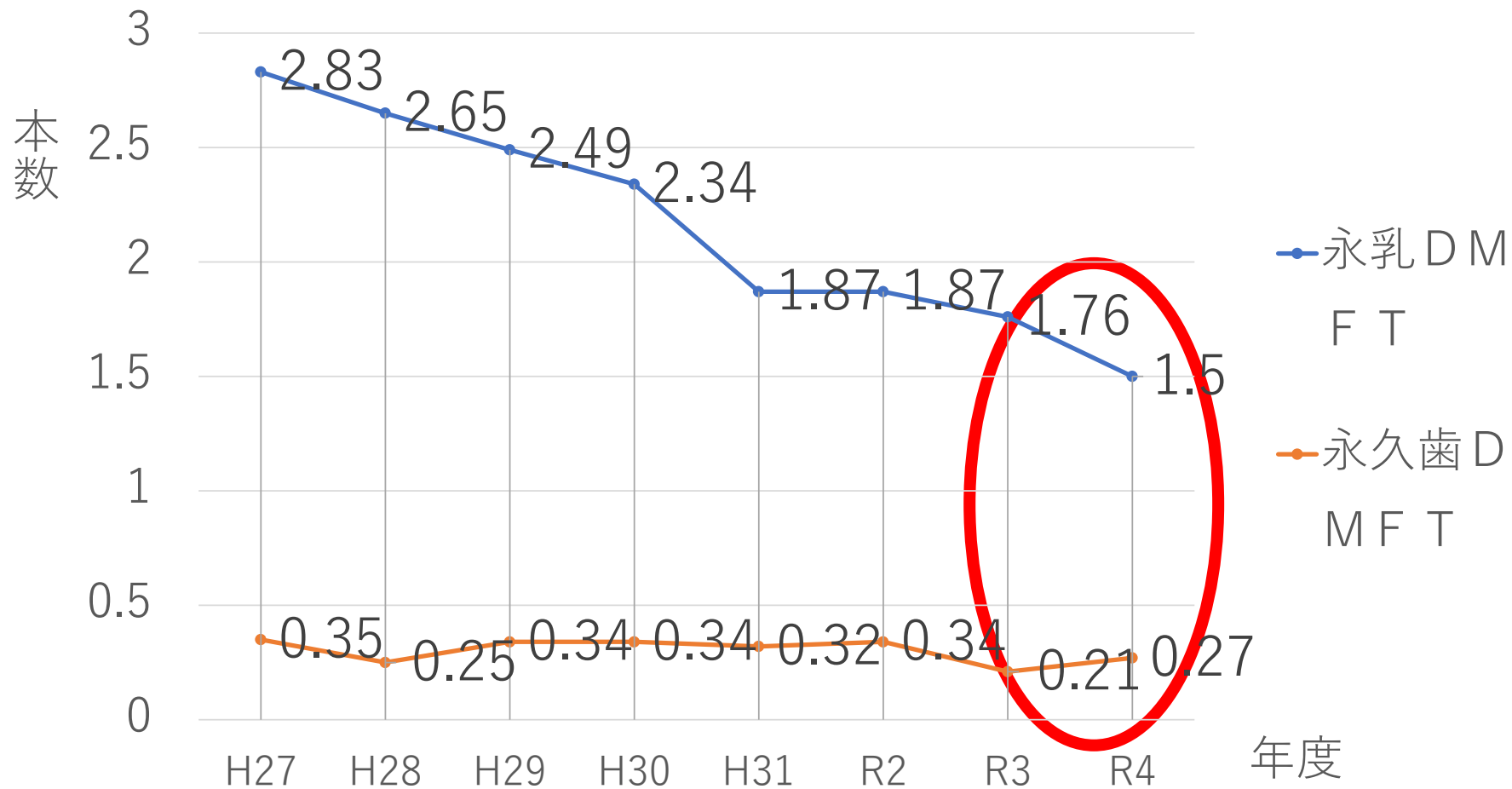
これからも、歯を大切にしよう！

歯科衛生士さんからの指導

3. 5年生に指導

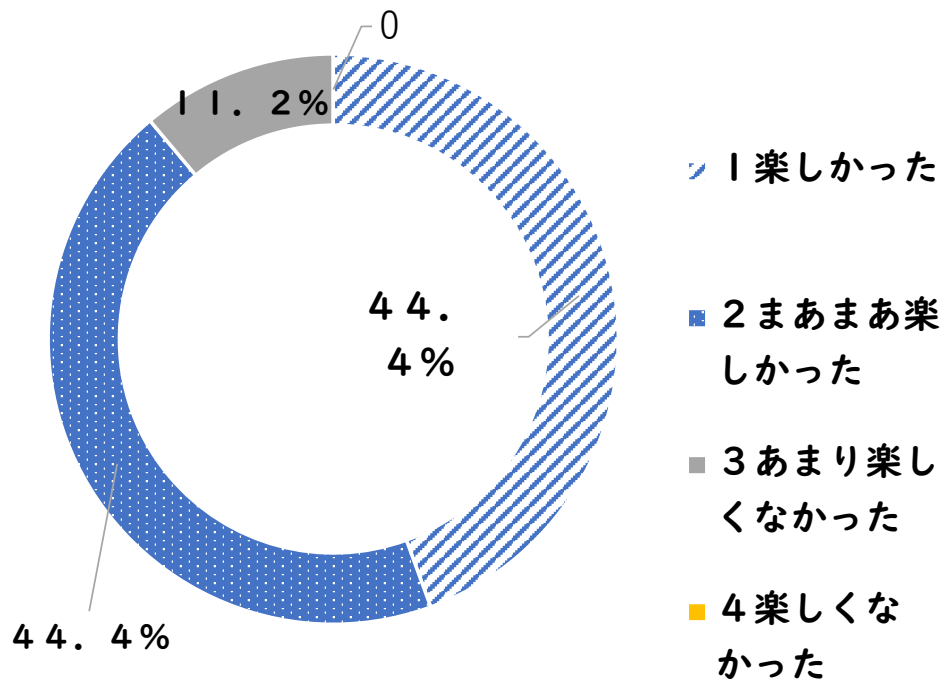


むし歯の本数が減少しました!

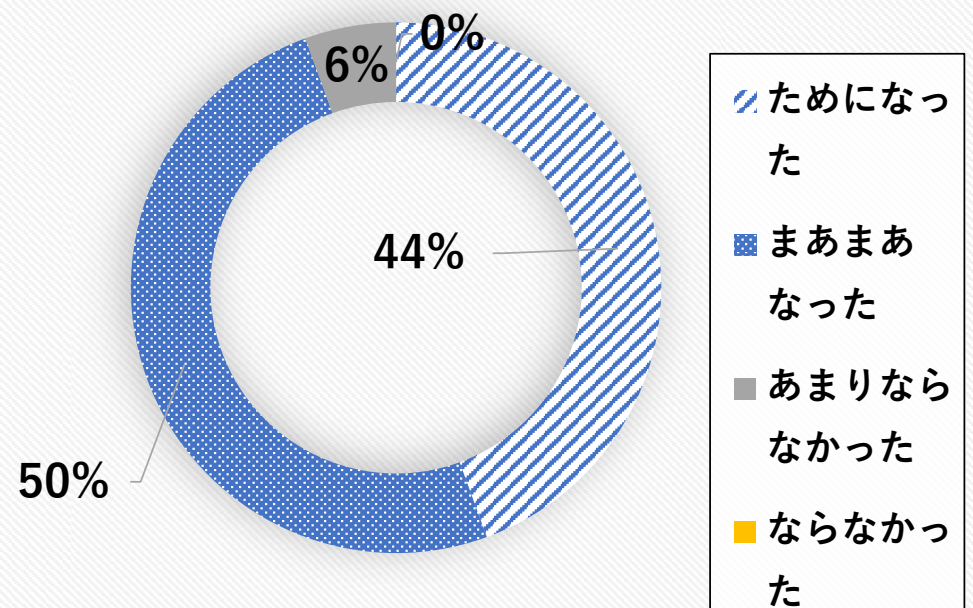


委員会の子どもたちからのアンケートより

委員会活動は楽しかったか



自分の活動が学校のためになったか



自己有用感が高まる活動へ