

## 令和4年度鹿児島市学校病等予防研究協力校研究報告書（最終報告）

研究領域	歯と口の健康について	委嘱期間	令和3年度から令和4年度まで	
学校名	鹿児島市立西田小学校	校長氏名	担当者氏名	
		園田 あけみ	濱崎 幸子 松元 陽子	
学 校 名 所在地	〒890-0042 鹿児島市薬師2丁目31番1号 電話：253-9151	児童数	学 級 数	職 員 数
		581人	24学級	33人
研 究 テ ー マ	自ら進んで歯と口の健康づくりに取り組む児童の育成 ～家庭・地域等との連携を通して～			

### 1 研究テーマ設定の理由

本校における未処置歯のある児童は令和2年度19.3%、令和3年度16.0%であり、県平均等と比較すると低い状況にある。しかし、歯垢の付着の状況1（若干の付着）又は2（相当の付着）の児童は令和2年度26.0%、令和3年度30.2%、令和3年度のむし歯の治療率は62.3%とむし歯の治療が進んでいない現状がある。また、児童の実態として歯全体を丁寧にみがこうとする意識が十分とは言えず、歯垢が付着したままであったり、食後の歯みがきが定着していなかったりする児童がみられる。

そこで令和3年度は研究テーマを『自ら進んで歯と口の健康づくりに取り組む児童の育成～実践力を育てる指導・環境づくりの工夫を通して～』として取り組んできた。

具体的には学級活動における歯と口の健康づくりに関する授業の見直しを行い、発達の段階に応じた指導になっているかどうか話し合い、より良い指導になるよう工夫を行った。児童は自分の歯について学び、むし歯になりやすいところを意識してみがいたり、家庭でも学校で使用している歯みがきソングを流したりするようになってきた。

一方、課題としては、

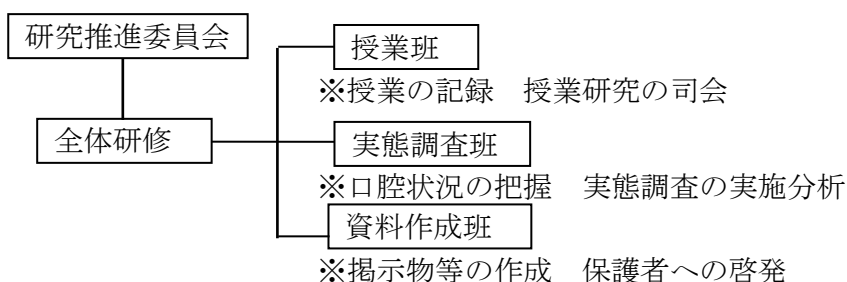
- 保護者への啓発、家庭との連携が不十分である。
- 食育の視点や他教科との関連の視点が十分とは言えない。
- 児童会活動と連携した指導ができればよい。
- 水道場が密になるなど、コロナ禍でできる歯と口の健康づくりを考える必要がある。

等が挙げられた。

そこで令和4年度はサブテーマを「家庭・地域等との連携を通して」とし、歯と口の健康づくりが実践・継続していけるように研究を進めていきたいと考え、本テーマを設定した。

### 2 研究組織

【校内】



【外部】

- 学校保健委員会 (PTA 保健体育委員会)
- 家庭
- 学校歯科医
- 教育委員会 など

### 3 研究計画の概要（2年間）

- (1) 令和3年度 発達の段階に応じた指導計画作成、実態把握、家庭との連携  
 (2) 令和4年度 発達の段階に応じた指導計画作成修正+他教科との関連付け  
 実態把握+変容の把握、家庭+地域との連携

令和3年度	1学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・研究計画作成と実践</li> <li>・実態調査（児童・保護者）</li> <li>・第1回学校病等予防対策協議会参加（6月）</li> <li>・学級活動の実践（6月）</li> <li>・学校保健委員会 （学年ごとの努力目標の設定、アンケート調査の実施、夏季休業中の啓発）</li> </ul>
	2学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実態調査分析</li> <li>・学校保健委員会（歯の健康に関する講話、冬季休業中の啓発）</li> <li>・第2回学校病等予防対策協議会参加（10月）</li> <li>・学級活動の実践（11月）</li> </ul>
	3学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第3回学校病等予防対策協議会参加（1月）</li> <li>・学校保健委員会（努力目標反省）</li> <li>・全体計画見直し、年間指導計画の作成</li> <li>・1年次の取組のまとめ</li> <li>・2年次に向けた研究計画の作成</li> </ul>
令和4年度	1学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・研究内容の見直し</li> <li>・指導内容の検討</li> <li>・年間指導計画に基づく授業の実践と考察</li> <li>・学校保健委員会 （学年ごとの努力目標の設定、夏季休業中の啓発）</li> </ul>
	2学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年間指導計画に基づく授業の実践と考察</li> <li>・学校保健委員会（歯の健康や食に関する講話、冬季休業中の啓発）</li> <li>・研究の成果と課題の確認</li> </ul>
	3学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校保健委員会（努力目標反省）</li> <li>・研究のまとめと保健フォーラムでの発表</li> </ul>

### 4 令和3・4年度の研究経過

期日	活動名	内 容
R 3. 5	児童への実態調査	歯みがきの実態
R 3. 6	学級活動における歯科指導	歯のみがき方の指導
R 3. 6	職員研修	学校歯科医による指導講話
R 3. 7	PTA 保体部実態調査	家庭での歯と口の健康づくりの実態
R 3. 11	学級活動における指導	歯と口の健康に関する指導

期日	活動名	内 容
R 4. 5	児童への実態調査	歯みがきの実態
R 4. 6	学級活動における歯科指導	歯のみがき方の指導
R 4. 9	学級活動における指導	食に関する指導 (歯と口の健康に関連付けて)
R 4. 1 1	学級活動における指導	歯と口の健康に関する指導
R 4. 1 1	児童への実態調査	歯みがきの実態

## 5 令和3・4年度の実践の概要

- 【4月】○ 研究計画作成、全職員による共通理解
- 【5月】○ 児童への実態調査
- 【6月】○ 歯と口の健康づくり授業実践
  - ・ 学年部で指導案・資料確認と模擬授業
  - ・ 学級活動による歯科指導
- 第1回学校保健委員会
- 【9月】○ 歯と口の健康づくり授業実践
  - ・ 学級活動による食に関する指導（栄養教諭との連携）
- 【11月】○ 歯と口の健康づくり授業実践
  - ・ 学年部で指導案・資料確認と模擬授業
  - ・ 学級活動による歯科指導
- 第2回学校保健委員会
- 【1月】○ 研究のまとめ 学校保健フォーラム
- 【2月】○ 第3回学校保健委員会

### 【年間を通して】

- 歯科健康診断前に歯垢・むし歯の多い児童のピックアップ
- 子供一人ひとりの健康診断結果の把握（治療の進んでいない児童、医療券の活用）
- 歯みがきカレンダー（長期休み）、歯みがきチェックカード（授業後）の実施
- 歯みがきソングの活用
- 掲示資料の作成、活用
- 児童会活動の工夫
  - 保健委員会、給食委員会との連携（クイズ放送やキャラクター作りなど）
  - 毎月8日は「かみかみメニュー（給食）」、毎月18日は「いい歯の日（保健）」
- 学校保健委員会 → 学年ごとに歯と口の健康目標の設定、実践

## 6 研究の実際

### (1) 児童の実態

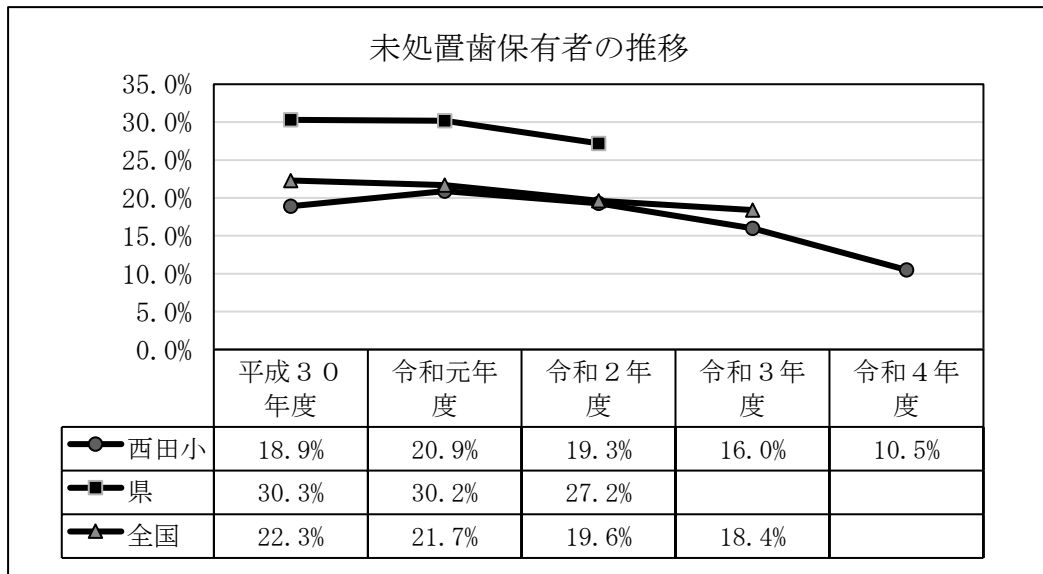
#### ア 歯科健康診断の結果より

本校の未処置歯のある児童は令和3年度が93人（16.0%）、令和4年度が60人（10.5%）であった。歯垢の付着の状況については、令和3年度の歯垢の付着の状況1の児童が160人（27.5%）、歯垢の付着の状況2の児童が16人（2.7%）であった。令和4年度は歯垢の付着の状況1の児童が37人（6.4%）、歯垢の付着の状況2の児童はいなかった。

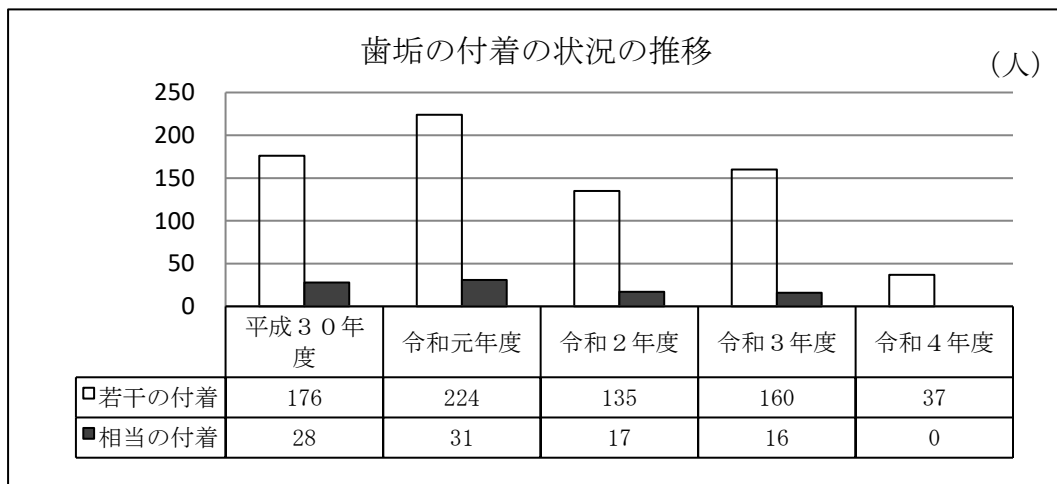
未処置歯のある児童は減少傾向にあり、歯垢の付着の状況もよくなってきている。むし歯

の治療率は令和3年度が62.3%、令和4年度が46.7%である。(R4.12.23現在)

【未処置歯保有者の推移】



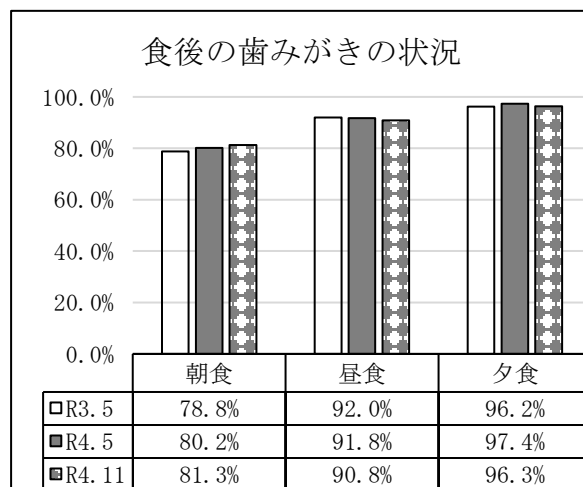
【歯垢の状態】

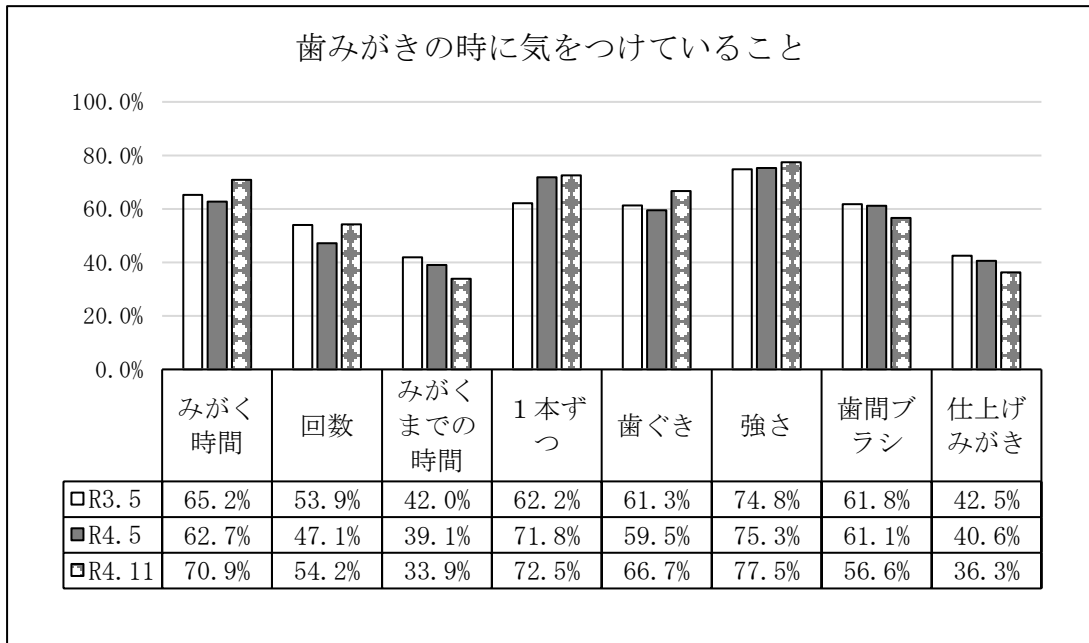


イ アンケート調査より

食後の歯みがきの様子について実態調査を行った。朝食後のはみがきが昼食後、夕食後と比べるとできていない児童が多い。

朝食後の歯みがきができなかった理由は「時間がない」が多かった。





歯みがき時に意識していることでは、みがく時間や歯を1本ずつみがくこと、みがく強さに気をつけている児童が増えてきている。

## (2) 歯と口の健康づくり授業実践

### ア 6月の実践

児童の実態から、みがき残しのないみがき方を系統立てて指導することが必要であると感じた。そこで、6月の指導では歯みがきの仕方を中心とした指導を行った。

学年	題材名	みがき方の重点ポイント
1年生	上手な歯みがき	基本的なみがき方
2年生	上手な歯みがき	第一大臼歯のみがき方
3年生	上手な歯みがき	抜けた歯のあるところのみがき方
4年生	上手な歯みがき	高さの違いや歯並びに合わせたみがき方
5年生	自分の歯の形に合った歯みがき	汚れの残りやすい場所のみがき方
6年生	第二大臼歯のみがき方	第二大臼歯のみがき方

### 【1年生】

学校医と歯科衛生士による指導を行った(令和3年度)。テレビ放送を活用して、ハブラシの握り方や動かし方等、歯みがきの基本的なことを学習した。歯みがきのポイントとなるえんぴつにぎり、小さく動かす、やさしい力、みがく順番というキーワードを給食後の歯みがきの時間にも提示し、継続して意識させている。

令和4年度は、養護教諭とのT・Tでの指導を行った。



＜学校歯科医による歯科指導＞

【3年生】

手鏡で自分の歯の様子を観察し、生え変わりの様子や汚れの状況をチェックシートに記入した。歯の形や場所によってみがき方をかえることやハブラシの当て方について手鏡を使いながら学習した。

【5年生】

食べ物が歯に詰まりやすいところを確認し、一人一人歯の形が違うことに気付かせ、みがき方も自分の歯の形に合わせて工夫してみがく事を学習した。



<3年生>



<5年生>

【6年生】

自分の歯の様子をタブレットのカメラで撮影し、第二大臼歯の状態を確認した。授業では第二大臼歯の特徴やみがきにくさ等を確認して、みがき方の指導を行った。事前に第二大臼歯のみがき方の動画を作成し、テレビやタブレットで流して、みがき方を学んだ。授業の感想もタブレットを使って交流し、学級全員で感想を共有することもできた。



<6年生：授業後の感想>

イ 9月の実践（令和4年度）

歯と口の健康づくりに関することを教科・他領域（食に関する指導）からも学ばせたいと考え、各学年で実践授業を行った。

学年	題材名
1年生	なんでもよくかんでたべよう（食に関する指導）
2年生	朝ごはんをたべよう（食に関する指導）
3年生	好き嫌いなく食べよう（食に関する指導）
4年生	マナーのもつ意味（食に関する指導）
5年生	食べて元気に（家庭科）
6年生	郷土料理について知ろう（食に関する指導）



<4年生：食事のマナー 間違っているところはどこかな>

食に関連する内容となったため、栄養教諭がT・Tで参加し、発達段階にあわせて栄養素のことやかむこと、食事のマナーが食べ物の消化や吸収にも関係していることなどを学んだ。

タブレットを使い、資料を配布したり、自分で考えた献立をみんなに紹介をしたり、はしの持ち方の動画等も活用した。

ウ 1 1月の実践

1 1月の指導では、2年生以上の学年で歯や口腔の健康に関する知識面を深める内容とし、指導を行った。

学年	題材名	指導内容
1年生	第一大臼歯を大切にしよう	第一大臼歯の場所やみがき方を知る。
2年生	歯によい飲み物	歯によい飲み物と飲みすぎると歯によくない物があることを知る。
3年生	むし歯になりにくいおやつ選び	おやつとむし歯の関係を考える。
4年生	よくかんで食べよう	むし歯が体に与える影響について知り、望ましい生活習慣を考える。
5年生	むし歯が体に及ぼす影響	かむことの効果を知り、よくかんで食べる方法を考える
6年生	歯ぐきの病気	歯周病について知り、適切な歯のみがき方を知る。

【2年生】

よく飲む飲み物にはどのくらいの砂糖が入っているか、砂糖を摂りすぎたら歯にどのような影響があるか等を知り、歯みがきの重要性や正しい歯のみがき方を学習した。



< 2年生：飲み物の砂糖の量 >

【3年生】

むし歯になりやすい食べ物について知り、甘いおやつはなぜむし歯の原因になるのかを考えた。おやつ=お菓子ではないことやどんなおやつを選んだり、組み合わせたりすればよいかを学習した。



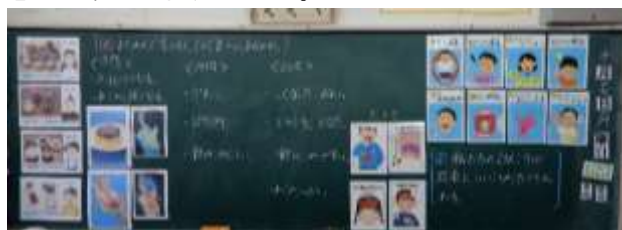
< 3年生：歯によいおやつ >

【4年生】

大豆を3粒10回、30回とかむ回数を変えて食べさせて、かんだ時の違いについて実感させた。子供たちの意見をもとに、よくかむことの良さを理解させた。「ひみこのはがいで」を使い、よくかんで食べることが健康や成長に良いことがたくさんあることを学習した。

【6年生】

歯周病の進み方や歯ぐきの観察ポイントを学び、自分の歯ぐきの様子を観察し、ワークシートに記録をとった。歯周病予防を意識した歯のみがき方を学び、家庭での歯みがきでも意識するように取り組んだ。1週間後に再度、歯肉の様子をワークシートに記録し歯肉の変化を感じる児童もみられた。



< 4年生 >



< 6年生 >



### (3) 職員研修の充実

本校では全体研修のテーマとして歯と口の健康づくりを位置付け、全職員で取り組んだ。

#### ア 指導講話（令和3年度）

学校歯科医の先生を招聘し、学童期の子供たちの口腔の変化の様子やむし歯や歯周病について、正しいブラッシングについて研修を行った。みがき方のポイントや歯みがき剤についても指導をいただき、今後の歯科指導に生かせる内容となった。

また、私たち大人の口腔ケアのあり方についてもご指導いただき、歯の健康が生涯の健康と大きく関わっていることも学び、学童期からの歯と口の健康づくりの大切さを感じる良い機会となった。



＜学校歯科医による講話＞

#### イ 全体研修

全体研修では、6月、9月、11月の授業に向けて指導案の作成や見直しを行ったり、授業班、実態調査班、資料作成班に分かれて作業を行ったりした。

5月の研修では6月の指導に向けて歯の模型の使い方やみがき方の研修を行った。歯型模型を实际使って、児童へ指導をするときの見え方等の確認を行った。

また、実践授業後は、各学年部で授業の振り返りを行い、全体会で報告をし、全学年の指導の様子を学び合う機会となった。また、川畑指導主事を招聘し、研修の進め方や取り組みについて指導助言をいただいた。研修係が取組の反省や今後の計画、共通実践事項等を定期的に「研修だより」として発行している。



＜研修だより＞

### (4) 継続的な指導の工夫

ア 学級活動の指導に使った掲示資料を給食後の歯みがきの時間にも提示し、学習したことを意識させている。

#### イ 歯みがきソングの活用

歯みがきは飛沫ガードを机に設置して、自分の席で実施している。歯みがきソングを流しながら、歯みがきに取り組んでいる。

ウ 保健室前の掲示板に歯に関するクイズなどを定期的に掲示している。

エ 給食時の校内放送を活用し歯や口の健康に関することを周知している。

#### オ 児童会活動の工夫

→ 保健委員会、給食委員会との連携

(クイズ放送やキャラクター作りなど)

→ 毎月8日は「かみかみメニュー（給食）」

毎月18日は「いい歯の日（保健）」

カ 歯みがきキャラクターを作成。児童にキャラクターの名前を募集し『シャカとモグ』に決定。校内の掲示物やお便り等に活用している。また、夏休み歯みがきカレンダーのがんばり賞として『シャカとモグ』の缶バッジを作成した。



＜給食時の黒板の様子＞





＜歯のクイズ大会＞



＜給食時の校内テレビ放送の様子＞



＜キャラクター缶バッチ＞

## (5) 家庭との連携

### ア おうち歯みがきがんばりカード

6月と11月の実践授業後に1週間、学習したことを家庭で実践し、習慣化が図れるように「おうち歯みがきがんばりカード」に取り組んだ。6月と11月のがんばりカードを両面刷り1枚とし、6月と11月の変容が見られるように作成した。家庭での声掛けや見届けをする機会となった。

おうち歯みがきがんばりカードパート1 3年 組 5組

上手にはみがく

	6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14
鏡を使う		X	X	O	O	O	O	O	O	X	O	O	O	O
歯ブラシの正しい使い方		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯間ブラシ		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き粉		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き時間		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

おうち歯みがきがんばりカードパート2 3年 組 5組

1本1本ていねいに歯をみがく

	6/1	6/2	6/3	6/4	6/5	6/6	6/7	6/8	6/9	6/10	6/11	6/12	6/13	6/14
鏡を使う		O	O	X	O	X	O	O	O	O	O	O	O	O
歯ブラシの正しい使い方		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯間ブラシ		O	O	X	O	X	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き粉		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き時間		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

おうち歯みがきがんばりカードパート3 3年 組 5組

毎日歯みがき習慣が身についた

おうち歯みがきがんばりカードパート4 3年 組 5組

歯みがき習慣が身についた

＜おうち歯みがきがんばりカード6月＞

おうち歯みがきがんばりカードパート1 3年 組 5組

上手にはみがく

	11/1	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14
鏡を使う		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯ブラシの正しい使い方		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯間ブラシ		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き粉		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き時間		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

おうち歯みがきがんばりカードパート2 3年 組 5組

1本1本ていねいに歯をみがく

	11/1	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14
鏡を使う		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯ブラシの正しい使い方		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯間ブラシ		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き粉		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
歯磨き時間		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

おうち歯みがきがんばりカードパート3 3年 組 5組

毎日歯みがき習慣が身についた

おうち歯みがきがんばりカードパート4 3年 組 5組

歯みがき習慣が身についた

＜おうち歯みがきがんばりカード11月＞

### 【児童の感想】

- やさしい力でみがけるようになりました。
- 歯がきれいになって気持ちいいです。
- はみがきが少しすきになってきてうれしいです。
- このカードのおかげで1本1本ていねいに意識してみがくことができた。このカードがなくても続けていきたい。

### 【保護者の感想】

- 鏡を使って、どこをみがくか確認しながら取り組んでいました。
- ハブラシの使い方が上手になってきたように思います。
- 時間を気にしてみがくようになりました。
- 声をかけなくても自分でみがけるようになってきました。続けてほしいです。
- 歯間ブラシも週1回は使用して、歯と歯の間を意識してみがけていました。
- 休みの日のリズムがバラバラで、なかなかゆっくりと取組めていないので、まずは生活のリズムを整えます。

### イ 学校保健委員会

感染症予防のため人数を制限して、年3回の学校保健委員会を開催した。学年ごとに歯と口の健康目標を設定し、家庭での実践を呼び掛けた。夏休みや冬休みには歯みがきカレンダーにこの学年目標の項目も入れて取組を行った。取組状況はPTA保体部で集計し、学校保健委員会で報告を行った。学級PTAの時には全PTA会員にも各家庭での実践状

況や感想などを報告し、さらに各家庭で工夫して取り組んでいけるように広報活動を行った。

【PTA歯と口の健康目標】

○ 令和3年度

学年	目標・努力点	
低学年	目標	第一大臼歯のむし歯予防と管理
	努力点	保護者による仕上げみがきの徹底と食後の歯みがきの習慣をつけよう
中学年	目標	前歯の内側をきれいにみがこう
	努力点	手鏡を使って歯の内側を観察しよう
高学年	目標	歯と歯の間や歯と歯肉の間のみがき残しをなくそう
	努力点	フロスや歯間ブラシを活用しよう

○ 令和4年度

	各学年の努力点		各学年の努力点
1年	はみがきポイントを意識しよう (えんぴつにぎり・1本ずつやさしい力で)	4年	「ごちそうさまの」後は忘れないうちに必ず歯みがきをしよう
2年	歯みがきの後にニッと笑って歯みがきチェックをしてもらおう	5年	親子で一緒に歯みがきタイムを心がけよう
3年	手鏡を見ながら3分間歯みがきをしよう (歯みがきソング動画を参考にしよう)	6年	時計を見ながら1本1本ていねいにみがこう

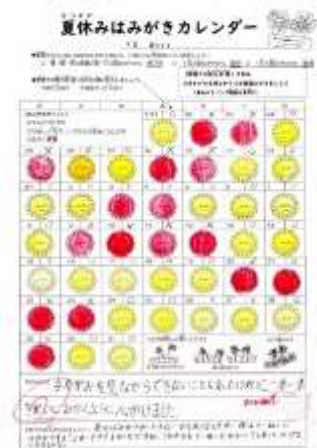
【歯みがきカレンダーの感想】

【児童の感想】

- 1本ずつていねいにみがけた。
- 鏡を見ながら3分間みがけた。
- チェックしてもらったので、前より上手にみがけるようになった。
- 昼の歯みがきを忘れがちだった

【保護者の感想】

- 夜は一緒にみがくようにした。
- 動画を見ながら楽しく歯みがきができた。
- いつも時間をかけてみがけていた。糸ようじやフロスを使ってみがけている。むし歯ゼロを保ってほしい。
- 歯みがきの意識はできているが、1日3回できない日があった。



＜歯みがきカレンダー＞



『じょうずな歯みがきポイント』のポスターを家庭の歯みがきをするところに張りました。



#### ウ 夏休みファミリークッキング

夏休みの課題の一つとして、歯によい食事やおやつの献立の募集を行った。栄養教諭の方で、給食の献立に取り入れたり、給食だより等で紹介した。

**【チーズスコーン】**  
かみごたえのあるスコーンにCaが含まれるチーズをたっぷり入れたメニューです。

**【かみかみキンパ】**  
かみごたえのあるきんぴらごぼうを入れたキンパです。歯にも腸にも良いため、成長期の子供にはぴったりだと思いました。



エ 保護者を対象とした教育相談時にむし歯治療のお勧めや医療券の使い方について話題にしてもらい、医療機関の受診につなげた。

オ 学級通信やほけんだよりなどに歯の健康づくりに関する記事を掲載し、情報提供を行った。

#### (6) 地域との連携

ア 子供たちが取り組んだ歯のポスターを校内の掲示だけでなく、地域の幼稚園や保育園、校区公民館などへも掲示し、学校での取り組みを地域へ発信した。

イ 地域の方に「健康な歯を保つために大切なこと」について保健委員会の児童がインタビューをさせていただき、給食時に校内テレビで放送した。自分の歯をいつまでも健康に保つためのポイントをわかりやすくお話いただき、子供の頃からの歯みがきやおやつの食べ方、歯科医院でのケアの大切さを子供たちは学ぶことができた



<保育園のフェンスに歯のポスターを掲示させていただきました>



<インタビュー収録の様子>

## 7 研究の成果と課題

### (1) 成果

ア 職員研修として位置づけ全校体制で取り組んだことで、全職員が歯と口の健康づくりへの意識を高めることができた。

イ 昨年度から継続した歯科指導の実践授業を通して、正しい歯のみがき方（みがく時間、1

本ずつていねいにみがく、みがく強さ)を身に付け実践する児童の姿がみられるようになった。

ウ 実践授業を通して、食に関する指導からも歯と口の健康づくりについて児童に考えさせることができた。

エ 家庭でのがんばりカードの実践や学級だより等で歯の健康づくりの様子を周知することで、保護者にも学習の内容を確認してもらい、親子で一緒に実践する雰囲気がみられた。

オ 学校保健委員会のテーマとして、各学年で努力目標を決め、夏休みの歯みがきチェックと一緒に取り組み、家庭での歯みがき実践に取り組めた。

## (2) 課題

ア 新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、児童間の交流活動や地域交流等が思うように展開できなかった。ICT 機器の活用や学校ホームページ等、情報を発信する手段を増やしていきたい。

イ 児童が学校で学んだことを継続して家庭で実践していくための手立ての工夫を行ってきたい。

ウ 保護者の歯と口の健康づくりに関する意識の差が見られる。保護者の意識をさらに高めていくための働きかけを行ってきたい。