

生きる力を育む歯・口の健康づくり推進事業

～自分自身の歯や口の健康に関心を持ち、主体的に健康を保持増進する生徒の育成を目指して～

令和3年度 活動報告 東京都豊島区立明豊中学校

明豊中マスコットキャラクター

作成：美術部



(左上) 歯みがき指導の様子

(右上) 保健委員生徒による
歯のクイズ週間の予告

(左下) 保健委員生徒が行った
生徒朝礼の司会

(右下) ブクブクうがいの様子

本校は東京都豊島区の最西端に位置し、各学年4クラス(計12学級)403名の生徒が在籍しています。本校の教育目標である「自ら学び深く考える生徒」「健康で明るく礼儀正しい生徒」や保健目標の「自分の健康を自己管理できる生徒」のもと、歯と口の健康に興味・関心を持ち、主体的に行動できる生徒を育てています。

ごあいさつ

豊島区立明豊中学校長 山本 聖志



令和3・4年度公益社団法人日本学校歯科医会「生きる力を育む歯・口の健康づくり推進事業」に東京都の代表として選出していただき感謝申し上げます。

新型コロナウイルスによる感染拡大の終息を願って早二年が経過しています。出来るだけ平常の授業を、と心掛けてきましたが、教育活動の様々な面で影響を受けているのも事実です。マスクの着用は、すっかり定着したように思いますが、逆に生徒たちの歯や口腔の健康に対する意識の低下が心配されています。「こうしたコロナ禍という状況にあって、あるいは、こうした状況にあるからこそ取り組めることはないか」本校の実践は、そんな素朴な課題意識から始まりました。本リーフレットは、一年目の様子を取りまとめたものです。関係各位のご指導・ご鞭撻を賜れば幸甚です。

「歯と口の健康づくりキャンペーン」

と題して、様々な活動を行いました

全校での取組

洗口液でのブクブクうがい



口腔内の清浄・殺菌、歯垢の沈着・歯肉炎の予防を目的として、給食後に洗口液を用いたブクブクうがいを実施。教員も含めて取り組みました。

この取組に伴い、全員に1人1個、携帯用歯ブラシセットを配布しました。キャンペーン終了後は家庭にて引き続き使用してもらい、学校・家庭と連携して、継続した歯の健康づくりを促進しました。

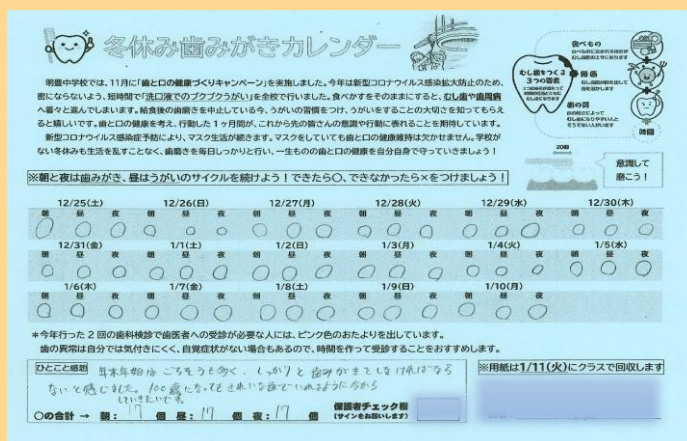


歯みがきカレンダー

長期休業期間（夏休みと冬休み）に実施しました。カレンダーから抜粋した、生徒の「ひとこと感想」から、毎日の取組の様子がうかがわれます。

夏休み ほぼ毎日、朝・昼・夜と歯みがきができていたが、土日の朝はほとんど歯みがきできなかったの改善したい。（3年・男子）

冬休み 年末年始はごちそうも多く、しっかり歯を磨くべきだと思った。100歳になってもきれいな歯でいたい。（2年・女子）



歯科検診（春・秋）



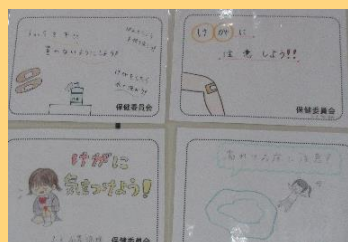
歯のクイズ週間

保健委員の生徒たちが選んだクイズを1人1台配付のタブレットに配信し、明豊中生徒・教員の多くが参加しました。保健委員の生徒が朝礼でクイズの参加方法の説明をしました。全問正解者には歯の健康に関する景品をプレゼントしました。



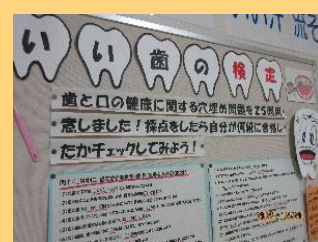
怪我防止キャンペーン

保健委員の生徒が（歯や口を含む）怪我防止ポスターを作成し、呼びかけました。



いい歯の検定

保健室前の掲示板に掲示しました。50問の穴埋め問題に挑戦して、全問正解した生徒もいました。



各種委員会活動での取組

委員会活動の一環として、多くの挑戦をしました。

保健委員会

・生徒朝礼での発表



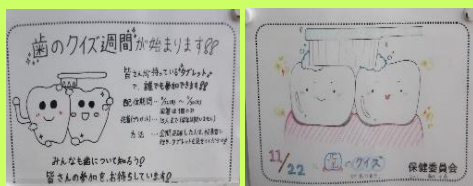
2年生の寸劇『歯・か・せ』をめざそう！



司会の3年生

生徒会が中心となっていく生徒朝礼で、保健委員会が寸劇の発表と歯のクイズ週間の説明を行いました。3年生が司会、2年生が寸劇、1年生が歯のクイズの説明を行いました。寸劇は台本読みからリハーサル、撮影まで、主体的に取り組みました。

・クイズの考案・PRポスター作成



・「めいほう安全マップ」作成

校内の怪我（歯や口を含む）の発生率が高い場所・理由・対策を考え、怪我人を減らし安全に過ごすことを目的に作成しました。

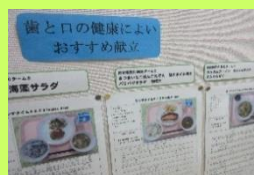


・校内怪我防止ポスター作成 等

給食委員会

・「ランチタイム8020today's menu」の考案・放送

歯と口の健康に関する食品（「まごわやさしい」）を取り入れた献立を給食委員会で考え、栄養士さんにメニューに取り込んでいただきました。歯と口の知識を盛り込んだ放送原稿も作成し全校に発信しています。



楽しく味わって食べよう
We love Meiho lunch !



学年ごとの取組

発達段階に即した教育活動を展開しました。

1 学年

・歯科衛生士による歯みがき指導



・歯の作文 作成

→令和4年度「第62回歯の作文」に応募予定。

2 学年

・学校歯科医による歯科講話



・歯の標語作成（国語科）

→令和4年度「歯・口の健康啓発標語コンクール」に応募予定。



3 学年

・保健講演会の聴講

講師に花島直樹氏（日本禁煙推進医師歯科医師連盟）をお迎えして、歯周病と喫煙の関係性についての講演会を行いました。保護者の方々にもも参観していただきました。



*学校歯科医より

学校歯科医 すすきあきよし 鈴木章敬（鈴木歯科クリニック）

この度は、本校が日本学校歯科医会の推進事業に東京都で唯一選ばれ誠にありがとうございます。全国で39校しか選ばれないとても名誉なことであり、母校を誇りに思っていたきたく生徒・保護者の皆様にご報告いたします。これらは、歴代の校長・教職員の皆様が生徒の「歯と口の健康づくり」に深いご理解があつてのことと感謝しております。昨年末には、講師をお呼びして3年生に対して「タバコの害」についての講演を行いました。生徒が参加しての「ロールプレイ」が大好評で、生徒もとてもよく理解できたと確信しました。本校のこれからの実践に大いに期待しています。

*活動の成果

- (1)多くの取組を実施することで「歯と口の健康」を考えるきっかけをつくり、全校生徒そして教職員の「歯と口の健康」に関する意識が高まった。（キャンペーン終了後、洗口液は職員室前の流し場に常時設置しています。）
- (2)「歯と口の健康」は、生涯の自分自身の健康につながる重要なことだと気付かせることができた。
- (3)コロナ禍で「歯と口の健康」に関する意識が薄れてしまった中、本事業の学校内の取組を通して再度確認することができた。

*生徒の感想

歯と口の健康づくりキャンペーンは私に大きな影響を与えてくれました。歯を守ることは私たちの健康にとって、とても大切なことなのだと気付きました。（1年・女子）

今回の経験を生かし、自分の歯を健康に保って80歳になっても20本以上の歯を残したいと思いました。（1年・女子）

生涯を終えるまでに1本でも多く自分の歯を残し、歯を出して笑顔でいられるようにしたいと思いました。（1年・女子）

教えてもらった正しい磨き方で歯肉炎にならないように努力してみたら徐々に効果が出てきました。（1年・男子）

コロナ禍で制限される日常が続いていますが、だからといって歯を放っておくのではなく、食後のうがいや帰宅直後の歯みがきなど、できることはたくさんあると感じました。（1年・男子）

クラスメイトに歯と口の健康づくりキャンペーンを呼びかけると、自分自身も今までよりも気をつけるようになり、家では一層歯磨きを丁寧にしました。（2年・男子）

*令和4年度に向けて

課題

- ① 歯科治療率を上げることができていない
令和3年度生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業アンケートでは、「定期的に歯科医院で口の中を診てもらっている」の項目において、推進校平均よりも低い値が見られた。
- ② 各教科との連携が十分にできていない



① 歯科治療率の向上

歯科検診後、対象者及び保護者に結果のお知らせを確実に配布する。治療が済んだら、歯科医のサインをもらい学校にお知らせを戻してもらうよう呼びかける。治療率（パーセント）を保健室前に掲示し、順次更新して向上を図る。

② 各教科との連携

学校全体での取組を強化していくために、各教科においても歯・口の健康づくりを促進していく。多方面から歯の健康について考えることで、生徒の健康の保持・増進に関する主体性を育てていく。