仙台市立西山小学校の取組

１　はじめに

　本校では「豊かな心を持ち，自ら学び，進んで表現する児童の育成」を教育目標とし，目指す児童像の「相手に優しく，助け合う子」「学んだことを生かせる子」「自ら考え，表現できる子」の具現化のために日々教育活動に取り組んでいる。

　また，本校の目指す学校像においては「心と体の健康の推進」を掲げ，取組例として各種検診での結果報告と受診勧告，保健の「心と体の健康」等を行っている。

２　今年度の取組

今年度は「歯の衛生モデル校」指定の初年度ということで，まずは本校児童の歯の衛生状態や児童及び保護者の意識を把握することから取り組むことにした。

学校の現状としては，むし歯のある児童の割合が全校的に高いが受診率は低い状況である。そのため，まずは歯の健康に対する児童や保護者の意識を高めるための取組を行うことにし，以下の方針を定めた。

（１）取組の方針

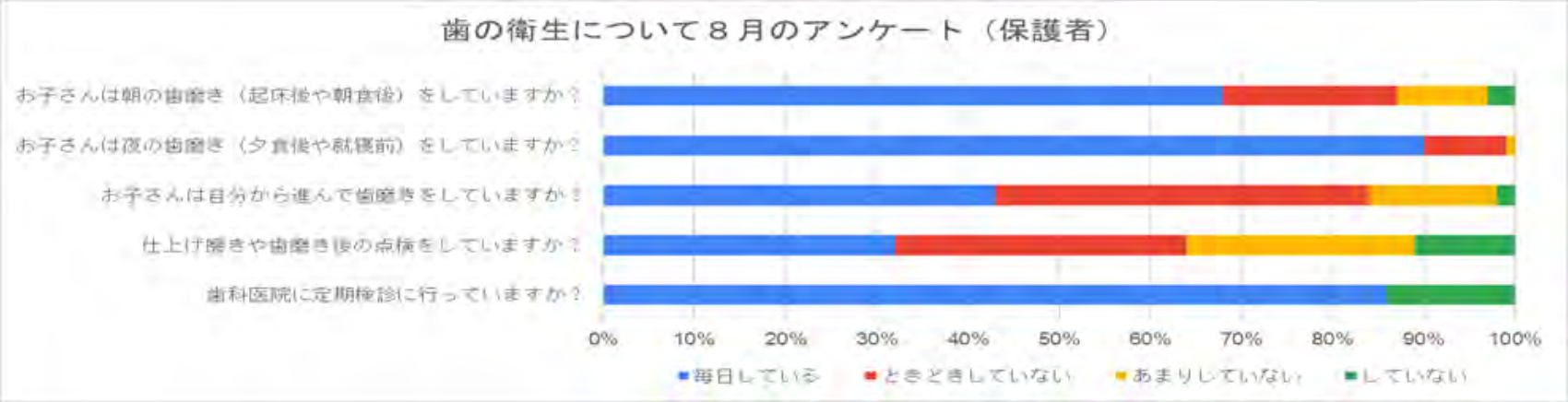
○児　童：　歯の衛生について正しい知識を持ち，歯磨きの習慣をつける。

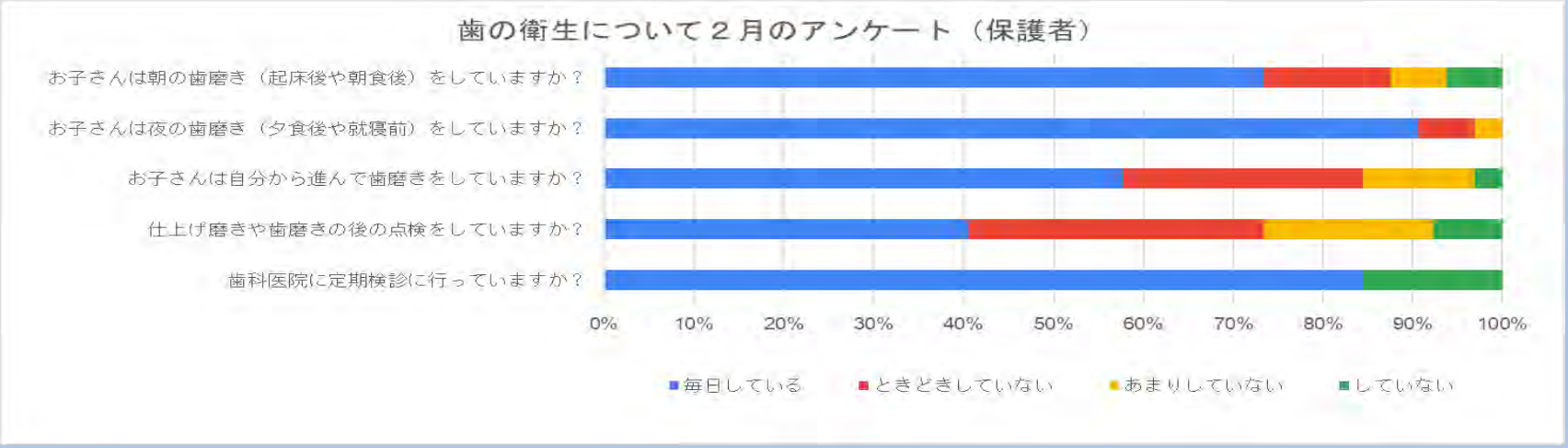
○保護者：　歯の衛生について正しい知識を持ち，歯科受診に対する意識を高める。

校舎北側の壁に，幅８．５ｍ，高さ１６ｍにおよぶ鳥，木，太陽をイメージして描かれたレリーフ「大自然」があります。

（２）実態調査（８月・２月）

【保護者アンケート】（回答率：８月約６６％，２月約５７％）





・アンケートからは，歯科医院に定期検診に行っている割合は８・２月ともに約８５％で同程度である。保健室でまとめた今年度の歯科受診率（治療率）について夏休み前と２月末の状況を比較したところ，8月の２６．３％から２月が５６．８％となった。学年のばらつきはあるが全体として歯科受診率は３０％以上増加した。保護者アンケートでは定期検診率は約８５％であったが，実際の受診率（５６．８％）の方が低くなっている状況である。

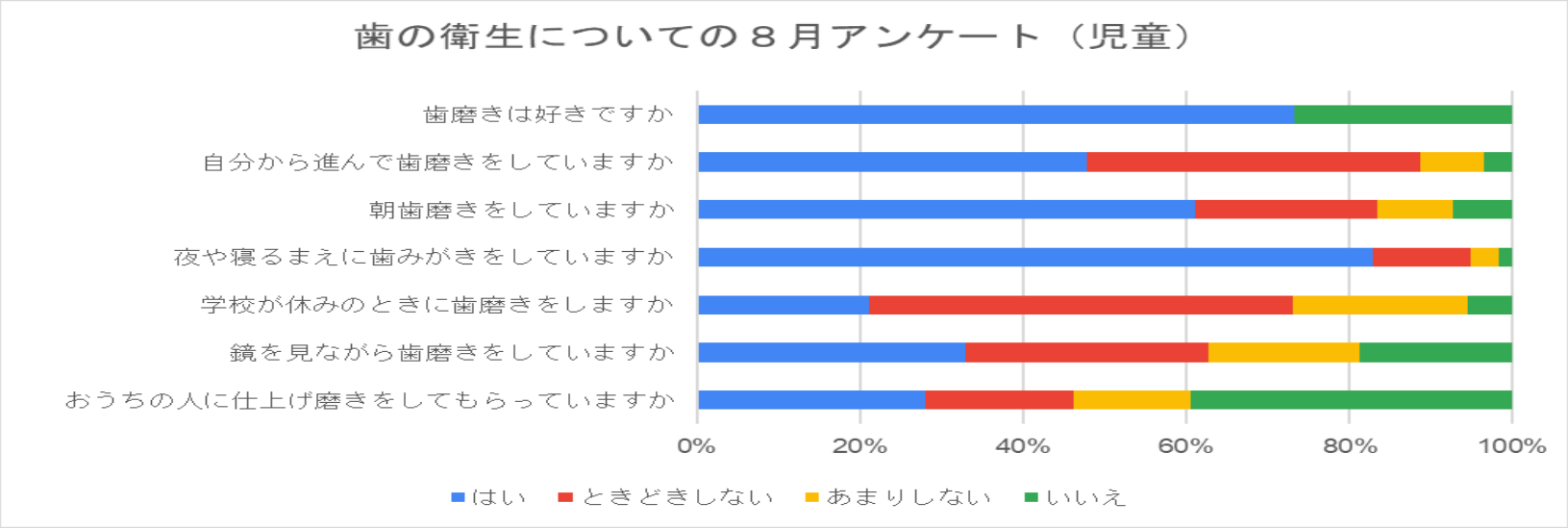
・朝と夜の歯磨きを毎日している割合は，ほぼ横ばいである。

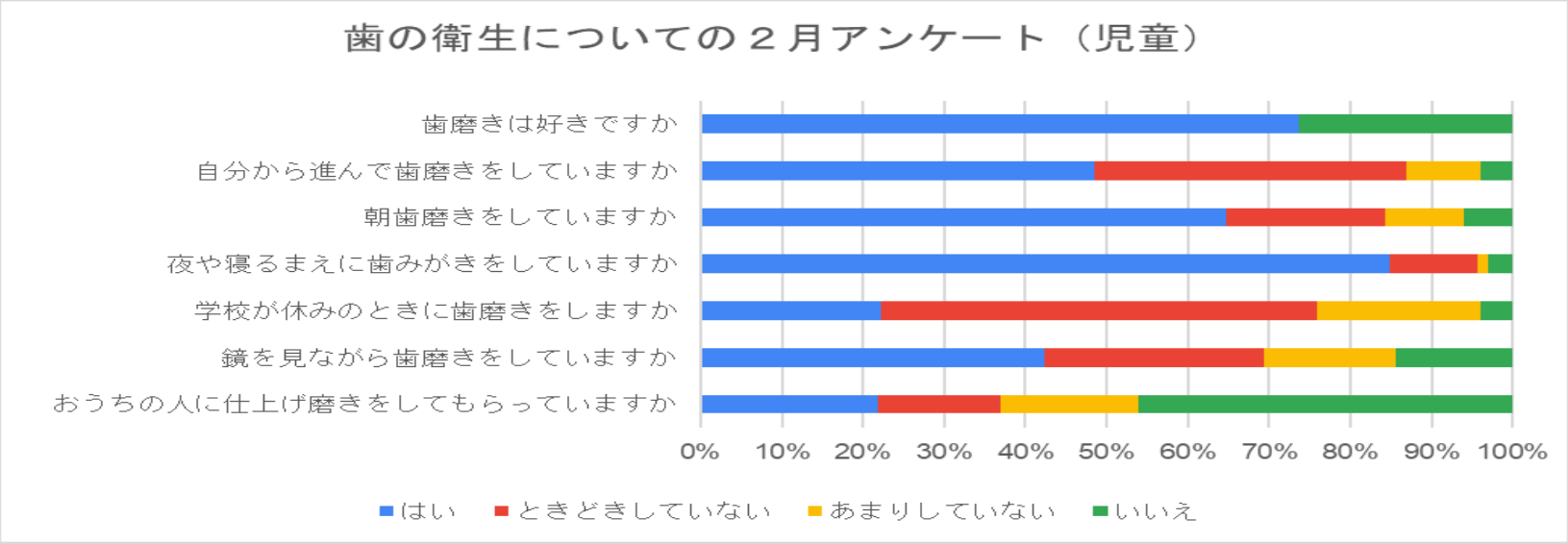
・児童が進んで歯磨きをしている割合は，８月から比べて２月では約１０パーセント増加し，毎日歯磨きをする児童が増えている。

・歯磨きの点検の割合も，毎日している・ほぼしているの割合が合わせて約１０％上昇している。

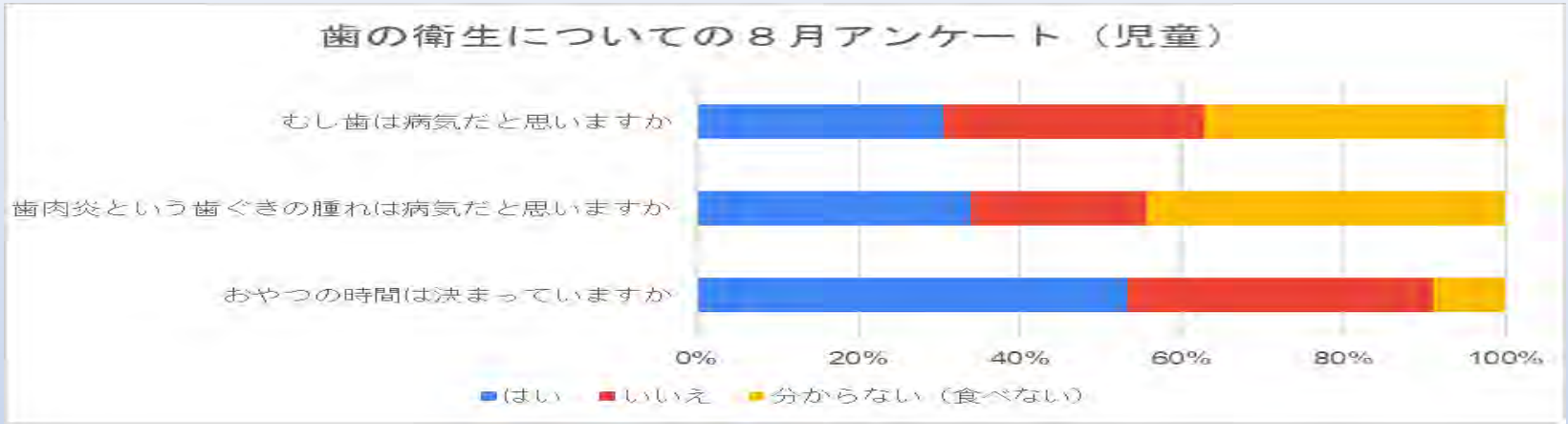
・保護者アンケートをグーグルフォームでとったが，８・２月ともに低い回答率となった。

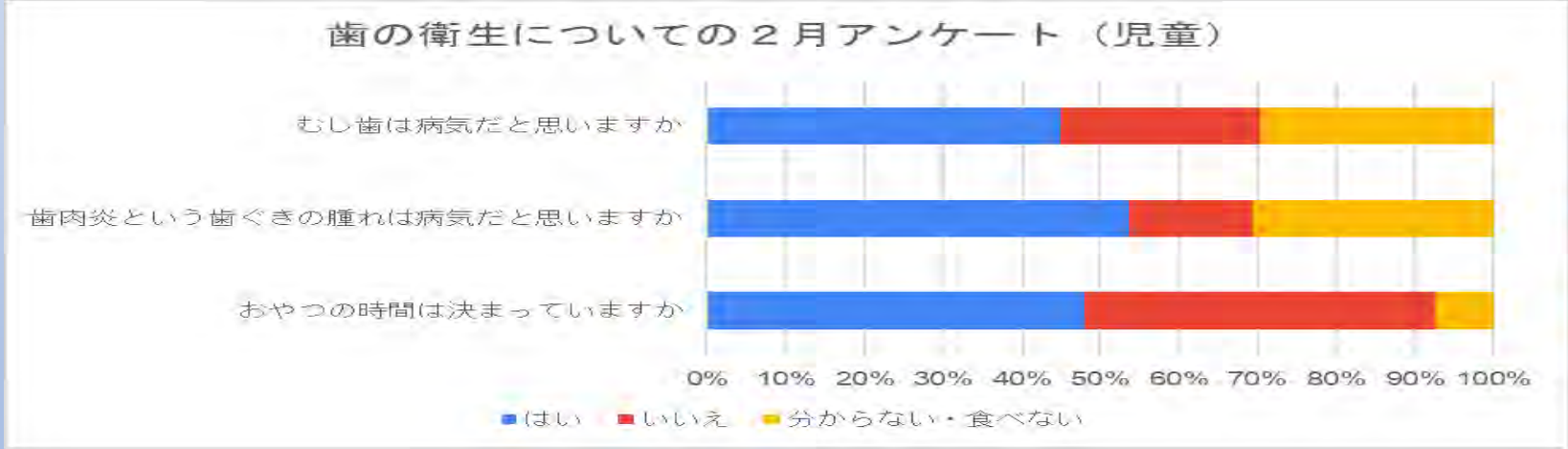
【児童アンケート】（回答率：８月約９５％，２月約９７％）





・歯磨きが好きな児童は全体の約４分の３で，８月と２月のアンケートで１年間を通して変化はなかった。しかし，「おうちの人に言われなくてもする」という歯磨きをしている児童の割合は８月の約５０％から２月は約６５％に増加し，「ときどきしない」児童の割合は半数に減った。
・朝や夜に歯磨きをしている児童の割合は１年間を通して変化はなかった。朝は約６１～６４％の児童が歯磨きをし，夜は約８２～８４％の児童が歯磨きをしているという結果となった。夜の方が歯磨きをしている児童の割合が高い結果となった。
・学校が休みの日に歯磨きをしている児童は，１年間を通して約９５％の児童が１～３回のいずれかの回数で歯磨きをしている。その内，約半数が朝と夜の２回，１回と３回の児童はそれぞれ約２０％であった。
・鏡をみながら歯磨きをしている児童の割合は，８月より２月の方が「いつもしている」で約２０％増加し，「あまりしない」「しない」の割合は合わせて約７％減少した。
・「おうちの人に仕上げ磨きをしてもらっている」については，自分でチェックしているなど学年によって発達段階が違うので集計の仕方を変える必要があった。割合としては，約半数の児童が仕上げのチェックをしてもらっている。


歯の衛生についての８月アンケート（児童）
むし歯は病気だと思いますか
歯肉炎という歯ぐきの腫れは病気だと思いますか
おやつの時間は決まっていますか
0%
20%
40%
60%
80%
100%
はい
いいえ
分からない（食べない）


歯の衛生についての２月アンケート（児童）
むし歯は病気だと思いますか
歯肉炎という歯ぐきの腫れは病気だと思いますか
おやつの時間は決まっていますか
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
はい
いいえ
分からない・食べない

・「むし歯は病気である」という設問について，８月と２月の回答を比べてみると，「病気である」と回答した児童の割合が約１５％増加し「病気ではない」と答えた児童は半減した。以前として分からないと答えた児童が約３０％いる状態である。
・「歯肉炎という歯ぐきの腫れは病気である」という設問について，８月と２月の回答を比べてみると，「病気である」と答えた児童が約２０％増加した。「病気ではない」と答えた児童が約６％，「分からない」と答えた児童が約１５％減少した。
・「おやつの時間は決まっていますか」の設問について，約半数の児童が決まっていないという結果となった。

（３）保健指導の実施

①歯の出前授業
　宮城野区保健福祉センターから歯科衛生士や保健師の方に来ていただき，歯の出前講座を実施した。６月に４年生，１１月に３年生を対象に「砂糖との付き合い方・むし歯予防について」をテーマに１時間授業をしていただいた。

②全国小学生歯磨き大会への参加

６月の歯と口の健康週間に合わせて，５年生が全国小学生歯磨き大会へ参加した。事前に送付された教材（ドリルや歯ブラシ等）を使い，ＤＶＤを見ながら歯肉についての学習や歯磨きの方法について学習をした。

③養護教諭による保健指導

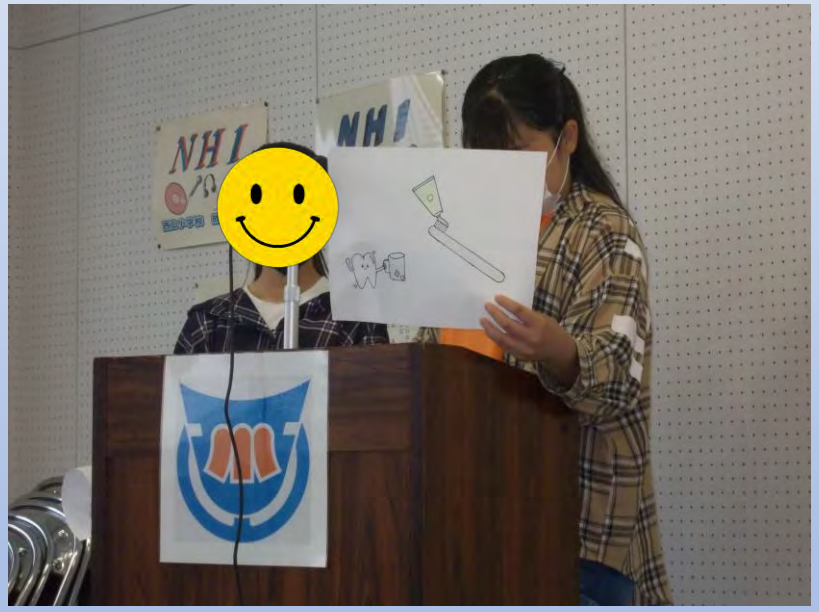
１０月の発育測定時に養護教諭が歯に関する保健指導を行った。学年ごとに気を付けたいポイントや磨き方についての指導を行った。磨き方のポイントについては，全ての学年で１～２本ずつを２０回ずつ磨くことが歯垢を落とすために大切であることを共通で指導した。指導後には，指導内容を振り返ることができるように，また保健指導ができなかった学級があったため，保健便りで全てのテーマの指導内容をお知らせした。テーマは下記の通りである。

１・２年生	・６才臼歯の特徴 ・６才臼歯の磨き方
３・４年生 特別支援学級	・むし歯になる仕組み ・むし歯予防のための歯磨きの仕方
５・６年生	・歯周病の原因と進行の仕方 ・歯周病を予防するための歯磨きの仕方

（４）児童保健委員会での活動

①朝会での歯に関するクイズの実施

６月の歯と口の健康週間に合わせて保健委員会の児童が朝会（テレビ放送）で歯に関するクイズを行った。児童が自分でクイズを考え，ポスターを作成した。

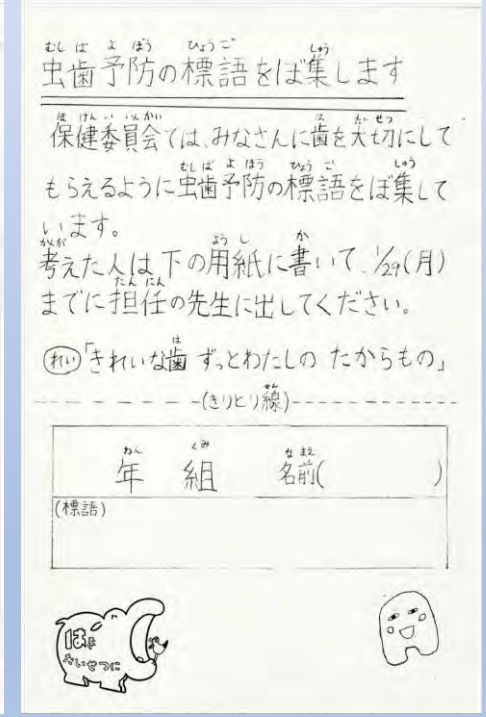


②夏・冬休みの歯磨きカレンダーの作成

　毎年，夏・冬休み前に歯磨きカレンダーを配付している。カレンダーのイラストは保健委員会の児童が描いている。集まったカードについては，養護教諭が確認をし，コメントを記入して返却した。

③歯磨きチャレンジカード，歯の標語の募集

保健委員会で歯の健康のために，できることを考えたところ，保健委員会の児童から「歯磨きチャレンジカード」，「歯の標語の募集」，「歯に関するキャラクターの作成」という意見が出た。１月末に歯磨きチャレンジカードを全校へ配付し，１週間歯磨きができたかどうかのチェックをしてもらった。また，標語についても同時に募集をした。集まったカードは保健委員会の児童がスタンプを押して返却した。標語については保健室前で掲示をした。



（５）歯科検診時の工夫

　これまで歯科検診の結果は，検診が終わってから数日経ってから検診結果のお便りを配付していた。今年度は歯科健康診断票からその場ですぐに養護教諭が「歯科検診のお知らせ」に転記をし，児童へ配付をした。「むし歯になっている歯があるから早めに歯医者さんでみてもらうといいよ」等と声掛けを行った。
※検診の補助が必要な学年については，養護教諭が補助をしたため，後日担任から配付をしてもらった。

（６）掲示物や保健便りでの啓発

　６月は歯と口の健康週間があることから，通常使用している保健室前の掲示板だけでなく，多くの児童が通る昇降口の大きな掲示板でも歯についての掲示をした。
　また，保健便りでは歯に関する記事を作成した。夏休み歯磨きカレンダーの感想で，デンタルフロスを使用している児童がいたことから，デンタルフロスについての記事や長期休みでおやつを食べる機会が増えることが考えられることから，おやつについての記事（仙台市・学齢期の歯と口の健康づくりマニュアルを参考にした）を作成した。

【昇降口の掲示】

【保健室前の掲示】

歯と歯の間の歯垢は，デンタルフロスがおすすめ！

夏休みの歯みがきカレンダーの感想で，歯みがきの後に，デンタルフロスを使っていると書いている人が多くいました。まだ使ったことがなく，使ってみたいと思った人は，おうちの人と相談してみてください。

○デンタルフロスって何？

デンタルフロスは，糸状のもので歯と歯の間に通して使います。種類は大きく分けて「ホルダータイプ」という持ち手の付いているものと，「ロールタイプ」という指に巻き付けて使うものがあります。ホルダータイプは初めて使う人でも使いやすいと言われています。

【保健便り　デンタルフロスについて】

おやつの選び方を考えよう！

むし歯の予防のためには，歯みがきをすることが大切ですが，どのようなものを食べるのかも関係しています。小学生の皆さんは，おやつを自分で選ぶこともあると思います。また，冬休みは甘い物を食べる機会も多いのではないでしょうか。なるべくむし歯になりにくいものを選べると良いですね。

むし歯になりやすい ← → むし歯になりにくい

むし歯になりやすい食べ物は・・・

- 口の中に長くとどまる食べ物
- 砂糖の量が多い食べ物

糖分	多	多	中	少	極小・無し
口内時間	極長	長	中	短	短

【保健便り　デンタルフロスについて】

（７）早期受診の勧めの工夫

　歯科検診後に「歯科検診のお知らせ」で受診を勧め，その後は保健便りで早めの受診をお勧めしたり，受診率をお知らせしたりした。冬休み前の時点でむし歯があり，受診が済んでいないご家庭へ再度「歯科検診のお知らせ」を配付した。配付する際には，目立たせるため，お知らせを黄色い用紙に印刷した。

３　成果と課題

【成　果】
・宮城野区保健福祉センターの歯科衛生士保健師の方々による「歯の出前授業」（３・４年生）や，「全国歯磨き大会」への参加（５年生），養護教諭による全学年への保健指導により，児童がむし歯や歯肉炎等に対する正しい知識を得たり，正しい歯磨きの仕方について知ることができたりした。実際に児童アンケートの結果からも，「むし歯は病気である」という設問に対して「病気である」と答えた児童が年間で約１５％増加し，「歯肉炎は病気である」という設問に対しても「病気である」と答えた児童が年間で約２０％増加した。

・歯の衛生に対する意識を高め，歯磨きの習慣を付けるための方策として，保健委員会の朝会でのクイズや「歯磨きチャレンジカード」，歯の標語の募集などの取組を実施した。児童の発案による取組を行うことにより，より自分たちの課題として意識を高めることにつながった。実際に児童へのアンケート結果からも，歯磨きが好きな児童の割合が年間で約１５％増加した。また，「鏡を見ながら歯磨きをしている」「いつもしている」の割合も約２０％増加した。
・保護者への歯科受診の周知の仕方として，検診後すぐに結果をお知らせしたり，受診勧告のお手紙が目立つように色を工夫したことは保護者に検診を意識してもらうのに有効であったと考えられる。
・児童や保護者への歯の衛生に対しての意識を高めてもらうために，昇降口の掲示物を工夫したり，保健便りの内容を工夫した。児童が立ち止まって掲示物を見たり，展示してある歯ブラシを手に取る姿が見られた。

【課　題】
・令和５年度は宮城野区保健福祉センターの歯科衛生士保健師の方々による「歯の出前授業」を中学年で行っていただいたが大変有効であった。他の学年にも広げるなど，今後も正しい知識を獲得するための機会を積極的に持っていくことが大切だと考える。

・歯磨きをしている児童の年間を通しての割合は，朝は約６１～６４％，夜は約８２～８４％であまり変化がなかった。つまり，アンケートからは平日朝夜に２回とも歯磨きをしている割合は約６０％の児童にとどまっていたことになる。休みの日に至っては約５０％が朝夜２回となり，平日に比べて約１０％の減少となっていた。学校全体で，平日は朝夜，休日にあっては１日３回の歯磨きの習慣づくりのための取組を行っていく必要がある。
・「むし歯は病気ではない」「歯肉炎という歯ぐきの腫れは病気である」というアンケートの設問で，「分からない」と回答した児童の割合が年間を通じて約３０％であった。各種取組をしていたにも関わらず，分からない」と回答した理由について調べ，対応していく必要がある。全校児童が自分事として捉え主体的に考えられるような取組を今後考えていく。
・「おやつの時間は決まっていますか」のアンケート結果から，約５０％の児童が決まっていないとの回答を得た。おやつをどのくらいの時間をかけて，どのくらいの量を，いつ（時刻）食べているのか実態を知ることが大切だと考えられる。
・保護者の歯科衛生に対する正しい知識が不十分ではないかと思われる。そのため，受診率も学校全体で約５６％にとどまっている。アンケートに回答した保護者の意識は高く，約８５％の定期検診率となっていた。保護者の歯科衛生に対する意識を全校的に高めていくことが必須である。

４　まとめ（次年度に向けて）

・今年度は児童や保護者の実態を把握することが中心になってしまったが，今年度の取組から見えてきた課題については次年度に取り組んでいきたい。その課題解決のために，歯科校医の先生や仙台歯科医師会の皆様の指導助言を仰ぎながら効果的な方法を模索していきたい。
・歯科衛生の学びの主体は児童である。教師側からの取組以外に児童の意識を変えるための取組として，
同じ児童からの発案や児童主体の取組を今年度同様行っていきたい。「自分の健康は自分で守る」といった意識を育て，自分事として捉えられるような取組を工夫していきたい。
・保護者の意識を変えることは大変難しいと思うが，多くの場面で意識してもらうような取組を行っていきたい。
・一生涯に渡って使う歯を大切にする気持ちを育て，全校の歯科受診率を７０％以上にできるよう取り組んでいきたい。