

## 「15の春を見据えた自己マネジメント力の育成」 ～檜枝岐小・中 生きる力をはぐくむ 歯・口の健康づくり推進事業より～

11月16日(水)に檜枝岐小・中学校にて、「生きる力をはぐくむ 歯・口の健康づくり推進事業」研究公開が行われました。檜枝岐小・中学校は令和3年度から公益財団法人日本学校歯科医師会の委嘱を受け、15歳で高等学校進学のために村を離れる生徒が多いという実態から、「15の春を見据えた自己マネジメント力の育成」を図ることが大切であると考え、2年間の研究を進めてきました。学校の特色に合わせて、子供と教師、地域が一体となって取り組むことにより、子供達に確かな「自己マネジメント力」を育ててきた実践の一部と研究協議等の内容を紹介します。

### ○歯みがきの様子



### ○実践発表より

<昨年度の取組の成果○と課題△>

- 歯科受診結果の向上
- 学級担任や地域の方との連携
- △小学生の「GO」の増加 ※軽度の歯肉炎
- △児童生徒主体の活動の少なさ
- △毎回歯科検診の際にう歯のある児童生徒

### <今年度の取組>

- (1) 給食後の歯みがきの見直しと改善
- (2) 受診のおすすめの工夫
- (3) 縦割り歯みがき指導の実施
- (4) 個別歯みがき指導の実施
- (5) 歯に関する標語・絵の取組
- (6) 授業での歯科指導の実施
- (7) 長期休業の取組の工夫

### ◎9年間の積み重ね◎

令和4年度の歯科検診では、中学3年生はう歯や歯肉炎などの疾患がありませんでした。ただ最初から今回のように素晴らしい結果だったわけではなく、子供達自身の努力と、家庭の協力、歯みがき指導の充実などがあったからこそこの結果です。

### 昨年度の課題を改善!

#### 自分事として考え、実行する具体的な取組

令和3年度の取組を踏まえ、学校として令和4年度は(1)～(7)の取組を行いました。注目したい取組は(3)の縦割り歯みがき指導です。これは小・中学校が連携したすばらしい取組です。

歯科衛生士が中学生に指導し、中学3年生は小学1・2年生に、中学1・2年生は小学5・6年生に、小学6年生(健康委員会)は、小学3・4年生にそれぞれ工夫を凝らした歯科指導をしました。



「先生のむし歯・歯肉炎ゼロプロジェクト」を掲示し、先生方も子供達と一緒に取り組んでいることを伝え、子供の実践意欲を高めています。

### ○研究協議・情報交換

研究協議では、グループで自校の歯科指導についての成果や課題について熱心な話し合いが行われました。また、各校の具体的な取組について情報を交換し、「自分の学校でもやってみよう」と思えるような有意義な時間を過ごすことができました。



### ○講演

最後に新潟大学教育学部の村山敏夫准教授より「子供の自己マネジメント力を高める～歯と口からの健康づくり～」というタイトルでご講演をいただきました。「なぜ、歯みがきをするのか?」に対し、「歯と口のケアをしていくことは、脳に良い影響を与えるためであり、体を動かすパフォーマンスの向上を図るため」と今後の指導に生かせる実践的なお話をいただきました。



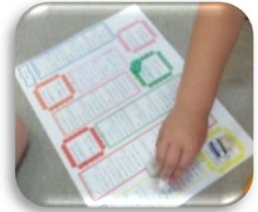
よく噛むことの効能  
ひみこの歯がいーぜ  
ひ肥満予防  
み味覚の発達  
ご言葉の発音がはっきり  
の脳の発達  
は歯の病気を防ぐ  
がガンの予防  
いー胃腸の働きを促進  
ぜ全身の体力向上と全力投球

自己マネジメント力を育成する域内の実践を紹介します！

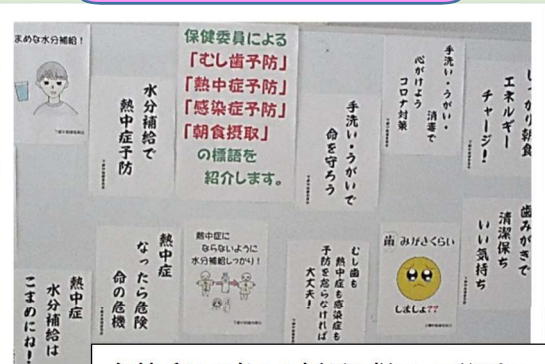
館岩小学校では、自己マネジメント力を育成するために、「自分だったらどうする？」と子供達に自分の生活時間を見直す活動を行っています。ホワイトボードに示された時間の枠に「ゲーム」などを書いてあるマグネットを動かしながら考えることで、実現可能な時間の使い方を考えるようにしています。また、この時間の枠は自分手帳活用の一つとして位置付けており、手帳に記入して生活時間を意識することにもつなげています。



江川小学校では、朝食を見直す週間の取組として、「オリジナルのバランスのよいメニューを作ってみよう！バイキングすごろく」を給食委員会が企画して実践しています。これは、朝食について楽しく学んでほしいという願いから、すごろくのマスに書いた内容は児童・栄養技師さんと一緒に考えたもので、栄養について楽しく学べるようになっていました。そして、自分の好きなカードを選び、組み合わせることもできるすごろくにしたこと、栄養について適切に選択できる力を遊ぶ中で育めるように工夫されています。



保健室前は学びがいっぱい！

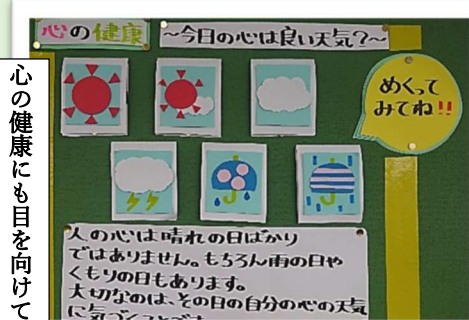


保健委員が考えた標語を掲示<下郷中>

域内各小・中学校を訪問させていただくと、保健室の掲示物に目が引かれます。

季節に関する内容、委員会の活動を生かしたもの、試してみたいくなるものと様々です。またインパクトがあり、めくってみたいくなる、続きが気になるといった工夫がされており、授業にも生かせそうなアイデアが盛り込まれています。

ある学校の養護の先生に聞いたところ「毎月掲示を変えるのは大変な時もあるけれど、子供達が結構楽しみにしてくれているし、先生方も見てくれるので嬉しいです」と話してくださいました。



心の健康にも目を向けて<田島中>

足踏みをして骨のゆがみをチェック<松沢小>



季節を先取りした早めの注意喚起<楡原小>



歯の健康チェックを分かりやすく<南郷小>



目の愛護デーに向けて<朝日小>

