

自分の健康は自分で守る児童の育成
～ 初任養護教諭が挑んだ3年間の歯科指導のあゆみ ～

宮城県石巻市立鮎川小学校
養護教諭 河村 明穂

1 はじめに

本校は、宮城県の東部にある牡鹿半島内に位置し、児童数18名、教職員9名のへき地2級小規模校である。

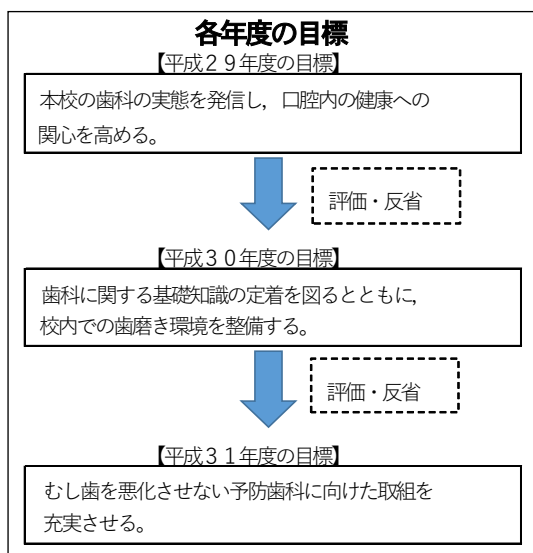
牡鹿半島内には本校の他に小学校が2校、中学校が1校あり、互いの学校が情報を共有し、協力し合いながら教育活動を進めている。養護教諭も定期的に研修会を行い、各校での日々の支援や指導につなげている。牡鹿半島内の児童生徒の共通の課題として「口腔内の健康」が挙げられる。特に本校では私が赴任した当時、未処置歯保有者の割合が高く、その処置率も低いことが長年の課題であるとともに、児童の歯科に対する関心が大変低かった。

また、口腔内の健康を保つためには、学校独自の活動だけでなく家庭との連携が不可欠であり、養護教諭として児童とその背景にある家庭に向けてどのように働きかけを行っていくかが重要であると考えた。

本論文は、初任校として赴任した平成29年度から現在の平成31年度に至る3年間の「歯科指導」の実践記録である。歯科指導を通し、児童の口腔内の健康に対する意識の向上と、未処置歯保有者の減少を目指し、「自分の健康は自分で守る児童」の育成を図った。

2 各年度の目標設定

本論文では、児童の実態を踏まえた目標を立て、各年度で評価・反省を行いながら効果的な歯科指導の在り方を探った。



3 実践内容

(1) 平成29年度の実践

① 歯科の実態

初年度の歯科検診結果は、未処置歯所有者が、25名中13名(52.0%)であり、半分以上の児童が未処置歯を保有している状況であった。

宮城県全体の平成29年度未処置歯保有者の割合は35.1%であり、本校の未処置歯保有者の割合が高いことがうかがえた。

〈手立て①〉 歯科への関心を高める指導

平成29年度に立てた目標達成のため、5・6年生への保健指導を実施した。5・6年生への授業では、むし歯が生活習慣病の一つであることを指導した。



写真：授業の様子

○保健指導を終えた児童の感想

- ・「むし歯にならない方法が分かってよかった。歯周病の写真を見て気持ち悪いと思ったので自分にはならないようにしたい。」
- ・「歯磨きをする理由やむし歯の原因を勉強して、歯磨きの必要性をさらに知ることができてよかった。」
- ・「歯磨きについてこんなにくわしくやったことがなかったけれど、歯周病など新しく習ってとても勉強になった。」

29年度は、本校の実態を的確に把握し、児童・保護者へ歯科の実態について発信することができた。

また、歯磨きや口腔内の健康について「知っているつもり」、「教えているつもり」でいたことを感じた。

(2) 平成30年度の実践

① 歯科の実態

2年目の歯科検診結果は、未処置歯所有者が20名中7名(35.0%)となり、初年度から大幅に未処置歯所有者が減った。

のびのび健康通信票には、各健康診断結果を異常がなければ◎、病院受診が必要であれば☆とそれぞれマークをつけ、養護教諭からのコメントを載せた。特に、歯科の項目は、むし歯の本数を細かく記載し、児童が自身の健康を自分事として意識できるよう工夫した。ただし、むし歯の本数を載せるにあたって、歯科医師によっては診断が異なる場合があることを事前に説明した。

○保護者からの感想

- ・「子供がのびのび健康通信票を見て、病院に行って早く治したいと言ったので早めに予定を立てて病院に行ってきた。」
- ・「むし歯がないことを本人がとても喜んでいて。今では家族で歯磨きについてよく考える機会が増えた。」

健康診断結果を子供にもわかりやすい形で提示することで、自分事として考えることができた。さらに、自分の健康状態を詳しく知ることができ、子供から親へ病院受診をお願いするなど意識が高まった。

〈手立て③〉全国歯磨き大会への参加

5・6年生が6月に「全国歯磨き大会」へ参加した。

DVDを見ながら口腔内の健康に関するクイズに挑戦したり、歯磨きのポイントを教わりながら一緒に歯磨きをしたりした。特に、デンタルフロスで取った自分の歯垢のにおいをかく活動の時には、磨き残しが歯と歯の間に多く詰まっていることや、普段歯磨きをしたつもりになっていたことを知ることができていた。

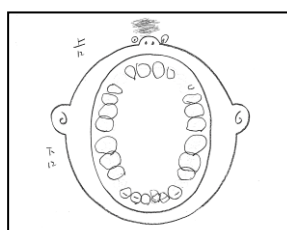
全国歯みがき大会への参加後、5・6年生の歯磨きに変化があり、前歯は縦磨きを行ったり、歯ブラシは月1回を目安に交換したりするなど、これまでより歯磨きへの関心が高まった。



写真：全国歯磨き大会の様子

〈手立て④〉自分の「お口地図」を作ろう

3・4年生に向けて、自分の「お口地図」を描かせる活動を行った。中学年は乳歯から永久歯への生え変わりがよく見られる大変重要な時期である。



写真：児童が作成したお口地図

歯並びや乳歯と永久歯の大きさの違い、歯の形のの違いに着目させながらお口地図を描かせ、自分の歯への関心を高めることをねらいとした。

児童は、前歯や奥歯がとても大きいことや、上と下で似ている歯があることに驚きながらお口地図を完成させることができた。

〈手立て⑤〉チーム牡鹿で歯の健康について考える

本校は、平成30年度から、牡鹿地区にある小中学校4校合同での学校保健委員会を実施している。

牡鹿地区の小中学校は全て歯科について課題を抱えていることから、平成31年度の学校保健委員会で取り上げるテーマを「口腔内の健康」とした。

1) 発達段階に即した歯磨き重点事項の統一

各学年で力を入れて行うべき重点事項の確認、指導すべき視点の統一を図った。

目安となる学年	歯磨き指導の重点
小学校低学年	第一大臼歯をきれいにみがける 上下前歯の外側をきれいにみがける
小学校中学年	上下前歯の内側をきれいにみがける 歯ブラシの部位を理解し、効果的に使える 犬歯、小臼歯をきれいにみがける
小学校高学年	むし歯や歯肉炎を理解し、自らの意思で継続してみがける 第二大臼歯をきれいにみがける フッ化合物配合歯磨剤やフロスなどの用具を知る

表1：歯磨き指導の重点事項¹⁾

歯磨き指導の重点事項が牡鹿地区4校で統一されることで、発達段階ごとに気をつけるべき視点が明確となり養護教諭も学年に応じた歯磨き指導を行うことができるようになった。

2) 歯科検診直後のブラッシング指導

牡鹿地区では、歯科校医の取り計らいで歯科検診の後に歯科衛生士によるブラッシング指導を毎年行っている。歯科検診直後に染め出し



写真：ブラッシング指導の様子

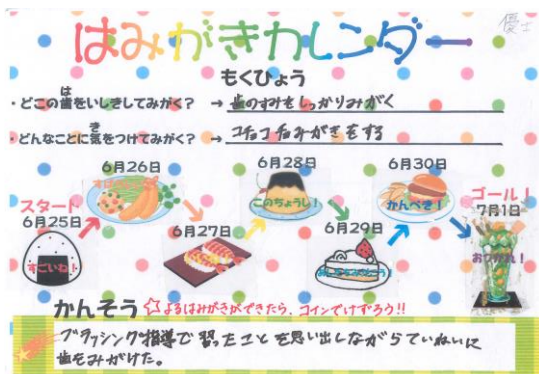
を行い、染め出しの結果を基に歯科衛生士が個別にブラッシング指導を行う。磨き残しの場所や多さなど発達段階や児童によって異なるため、一人一人に自分の歯磨きを振り返らせ、歯磨きのポイントを伝える。

3) 学びを深める歯磨きカレンダー

今年度から、歯科検診後1週間歯磨きカレンダーを実施した。

ブラッシング指導で学んだことを生かしながらか歯磨きに取り組みさせるため、ブラッシング指導終了後に歯磨きカレンダーを配付し、「どこの歯を意識して磨く

か、「どんなことに気をつけて磨くか」1週間の歯磨きでの目標を立てさせた。さらに、目標に沿って「夜歯磨きができたか」1日1回の歯磨きに焦点を絞ることで、無理なく家庭で歯磨きに取り組めるようにした。歯磨きカレンダーは、夜歯磨きがしっかりとできたら隠れているイラストを削れるスクラッチタイプのもので作成したため、児童はいつもよりも楽しく歯磨きに取り組めたようだった。また、長期休みに配付する歯磨きカレンダーよりも児童の反応がととてもよく、「昨日は〇〇だったよ！今日は何が出てくるかな」といった声は養護教諭自身のやりがいにもつながった。

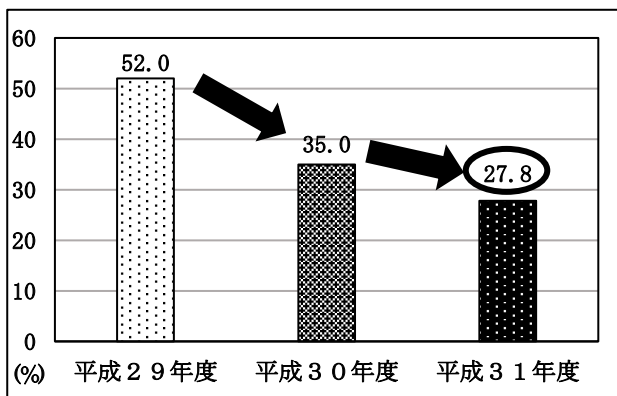


資料：歯磨きカレンダー

牡鹿半島内で共通に取り組むことを決めたことで、同じ視点を持つことができるため、効果的な歯科指導を行うことができている。また、いつでも互いの歯科指導について情報交換を行うことができることが大変心強く、テーマや健康課題を1つに絞って指導を継続していけば、たとえ進学や指導する養護教諭の異動があったとしても違和感なく歯科指導を受けることができるのではないかと考える。

4 成果と課題

3年間の歯科指導で、未処置歯保有者の割合を大幅に減らすことができた。また、児童も歯磨きの大切さを十分に理解し、毎日歯磨きをしようという意識が芽生え始めてきた。



資料：未処置歯保有者の割合の推移

今後は家庭での歯磨き習慣を定着させたい。家庭での歯磨き習慣を身に着けさせるためには、保護者の協力が不可欠である。しかし、児童の家庭での様子を調査すると、歯磨きの大切

資料：歯科検診後の保健便り

さは理解しているが、実際に家での朝・夜の歯磨きの実践力向上にあまりつながっていないことが明らかになった。これからも、児童への歯科指導を継続し、歯磨きの重要性を伝えていくとともに、家庭での歯磨きの習慣化が図られるよう保護者への働きかけを積極的に行っていく。

また、保護者との連携を深めるために、学習参観日に親子歯科指導を実施したり、養護教諭が直接面談の時間を設けたりするなどの関わりができるようにしていきたい。

5 おわりに

3年間の中で、「家でも鏡を使って歯磨きをしています」という児童の声が聞けたとき、自分のやってきた歯科指導が少しでも子供の心に響いたのだと嬉しくなった。歯科に焦点を絞って指導を継続してきたことで、この3年間の経験が自分の強みになったと感ずることができた。

また、今回歯科指導を実施するにあたり、教職員の協力や理解がととても心強かった。養護教諭は一人職であるが、決して1人で仕事をするわけではないと知ることができた。

これからも児童の実態をよく把握し、子供たちが自分の健康を自分で守れるようになるためには何が必要か考えながら、養護教諭として頑張っていきたい。

6 参考文献

1) 文部科学省 「生きる力」をはぐくむ学校での歯・口の健康づくり 2011.3 P53.54