

14 個が生きる保健指導の評価

— 第1学年 歯の保健指導の実践「むしばとなかよしだあれ」 —

吉野 泰子

1. はじめに

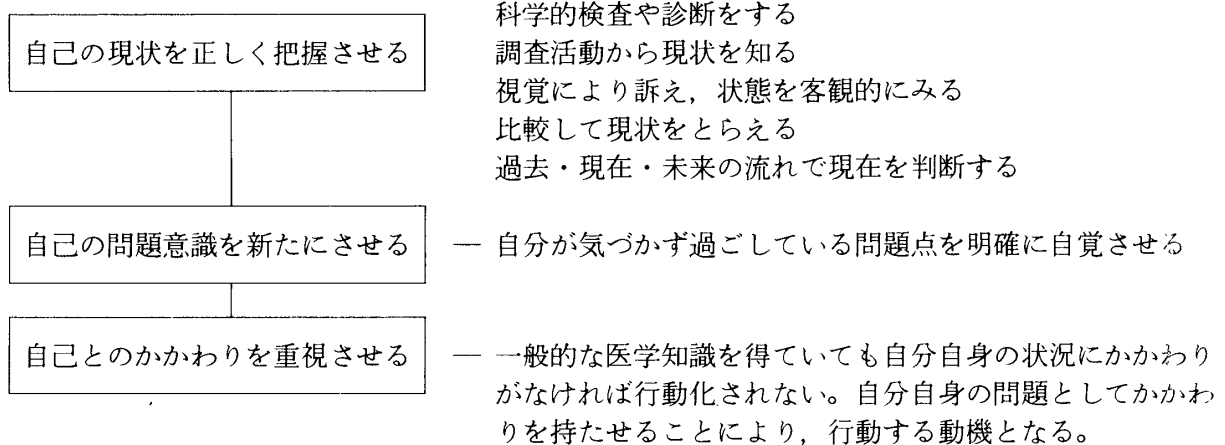
(1) 歯の保健指導の観点

平成4年2月5日、文部省より『小学校歯の保健指導の手引』が14年ぶりに改訂された。今回の改訂の趣旨と主な観点は次の通りである。

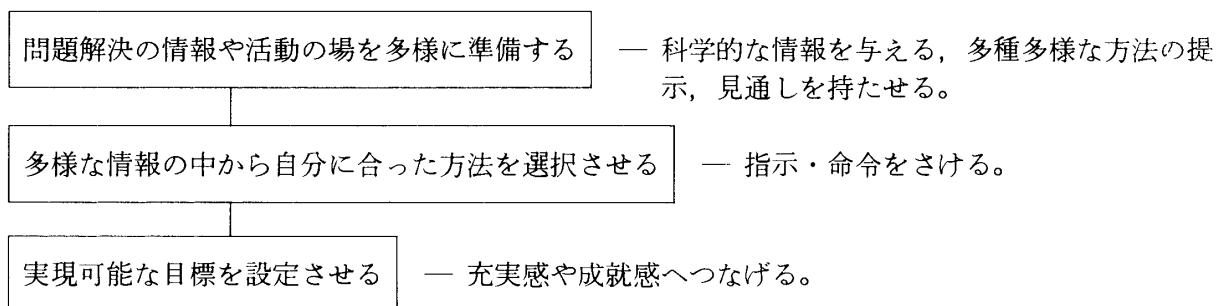
- ① 学習指導要領の改訂に伴い生涯にわたる健康の基礎づくりの観点に立った学校歯科保健活動が強調されること。
- ② 歯周疾患を取り上げたこと。特に歯肉炎は、観察によって自分でとらえ、自ら改善できる特徴があるのでこれを生かし、健康の自己管理能力を育てること。
- ③ 歯みがきの方法については、基礎基本、原理原則をしめし、それを自分の歯や口に応用して自分のみがき方を工夫させること。つまり歯ブラシの毛先をみがきたい歯にすきまなくピタッと当たるように工夫させるみがき方の指導であり、歯みがきも「個性化」が必要なのである。これらの観点をもとに、本校の児童の実態にあった保健指導を実践していく必要がある。

(2) 保健指導のあり方

① 自分の健康に目を向ける。



② 現実的実現可能な自分の目標を設定する



③ 目標をめざし、実践し、自己をのりこえる。



結果と同時にプロセスを重視する

— 失敗を生かす方法を考える

自己の変容をとらえさせる

——— 良くなったことを意識させる

2. 保健指導：第一学年『むしばとなかよしだあれ』の計画にあたって

(1) 題材設定の理由 — 目的の明確化 —

児童のだれもが、甘いものを食べるとむし歯になる、歯をみがかないとむし歯になるといった一般的な知識はあるものの、どのような状況でむし歯になるのかといったような科学的認識には至っていない。また家庭のしつけにもつながる歯みがきの習慣は、低学年の段階では、保護者自身の歯に対する認識の違いが大きく影響している。

むし歯の予防上大変重要になってくるのは、歯についての汚れをいかにきれいに落とすかであろう。歯の汚れをきれいに落とすためには、自分の歯並びや自分の歯のみがき方のくせを正しく知り、自分に合ったみがき方を工夫させていく必要がある。

むし歯になって最も気をつけなければいけないのは、一度むし歯になると絶対に自然治癒しないということである。この点から常に自分の口の中の様子やむし歯の状態に目を向けさせ、自ら早期治療の必要性を自覚させることが大切である。

低学年の時期、「歯をみがく」「甘いものは食べない」と言うことは、どちらかといえば大人側から言わせられてきた行動の面が大きい。まだ自発的に習慣化されていない段階において、早期に科学的にむし歯の発声原因や、むし歯の予防対策（はみがき等）について理解を深めることは、自分の問題として生涯にわたり役立つものとなる。

以上の理由で、第一学年にとってむしばがどんな状況で発生するのかわかりやすく、また興味をもちやすい題材として『むしばとなかよしだあれ』を設定した。

(2) 発育発達の傾向と児童の実態把握 — 問題把握 —

① 学年別男女の処置完了者及び未処置歯のある者の割合（実施 1992. 4）

項目	学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
処置完了者率 (%)	男子	20.2	29.5	52.4	21.4	47.5	44.7
	女子	21.0	28.6	39.5	38.2	53.7	45.5
未処置歯のある者 の割合 (%)	男子	51.1	61.3	38.4	59.5	42.5	45.7
	女子	66.7	57.1	53.5	54.8	36.6	36.4
むし歯罹患率 (%)	男子	71.1	90.8	90.8	80.9	90.0	90.4
	女子	87.7	85.7	93.0	93.0	90.3	89.7

〈考察〉

- ・すべての学年において70%以上のむし歯の経験者があることがわかる。
- ・一学年の処置完了者率が男女共20%代である。まだ乳歯だから治療しなくても抜けるからよいという認識があるのかもしれない。はえかわりの時期は、最もむし歯予防する必要がある。

② むし歯罹患経験のない児童の人数と割合（実施 1992. 4）

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子 人数	12	2	3	3	5	2
女子 人数	5	8	5	2	2	3
男子 %	26.7	4.4	6.5	6.98	12.8	4.9
女子 %	11.6	17.8	11.1	4.9	4.9	6.8

〈考察〉

- ・一学年男女合計すると、どの学年よりも多く、むし歯の罹患経験のない児童が17人である。
- ・このままむし歯を経験させない状態を継続させていく必要性を感じる。

③ 朝・夜の歯みがき実施状況 対象一年生87人（方法：保健指導前日の夜と当日の朝の歯みがきの有無を調査）

・朝と夜歯みがきをした13人

朝はみがきをした ●34人

 夜はしない

 朝はしていない ●35人

 夜はした

 夜・朝とも歯をみがいていない5人

〈考察〉朝、歯みがきをしていない児童が40人と約半数になる。なぜ朝はみがきをしていないのか尋ねると、時間がなかったからという答えが返った児童もいた。

④ おやつ調べ実態調査（事前調査）

むし歯の原因として考えられるおやつ摂取状況を調べることにより、児童の実態を把握するとともに、児童自身が自分はどんなものをどれくらい食べているのかを振り返り自己評価の手だてとする。おやつしらべプリントは、歯の保健指導の前日までの4～5日間に一日毎に何を食べたのかをすべて記入させた。

- ・チョコレート（45人）
- ・パン・ケーキ・ドーナツ（34）
- ・アイスクリーム（18）
- ・ジュース（18）
- ・あめ・キャラメル（18）
- ・スナック類（17）
- ・クッキー・ビスケット（17）
- ・せんべい・あられ（16）
- ・ゼリー・グミ（10）
- ・りんご（9）・みかん（9）

▲多く食べていたおやつ（対象1年生
87人, 実施1993. 1）

〈考察〉

おやつの種類をみると予想していたような結果となっている。一日に食べる種類は個人によってまちまちで全く食べていない児童から7～8種類食べている児童もいる。

(3) 指導目標

- ① むし歯がどうしてできるのか関心をもつ。
- ② むし歯となかよしのおやつについて考え、自分のおやつ摂取状況を振り返る。
- ③ 歯のよごれをきれいにできる。
- ④ むし歯はいったんできると放置すればますます悪化することを。歯科医で治療する必要性がわかる。

(4) 指導の実際

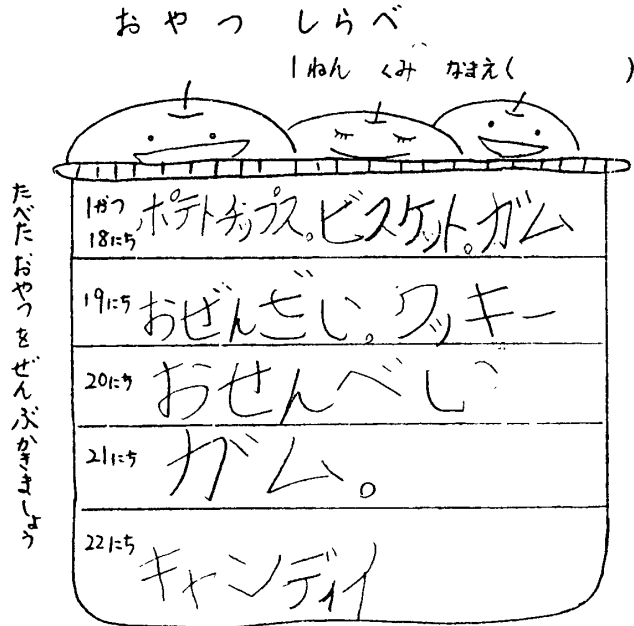
日時 1993年1月26日（土） 第1～2校時 9：00～10：25


準備物 児童：はぶらし、コップ、手かがみ

教師：・歯の模型・はぶらし、・コップ（児童人数分：うがいた汚れた水をためる）
・ココアクッキー（児童人数分一人一枚：濃い色のクッキーのほうが口の中に残った時観察できる）
・うがい用の水をやかんに用意する。

評価の観点

歯に対する関心・意欲・態度	むし歯がどうしてできるのかを考えることができる。
観察・表現・記録	おやつを食べた時の口の中をよく観察し、歯について汚れをみつけて表現できる。
判断・行動	おやつとむし歯の関係が理解でき、予防法としてはみがきが実施できる。



	学 習 活 動	児 童 の 反 応	指 導 上 の 留 意 点
自己の現状を知る	1. 本時のめあてを知る。 2. 永久歯と乳歯の違いを考える。 ○子どもの歯 20本 ○大人の歯 32本 (永久歯) 3. むし歯になる理由を考える。	歯は何本あるのか発表する。 6名 大人の歯が全部はえると12本ふえることがわかる。 むし歯になって抜けたらもう新しい歯は、はえないことを知る。	・「むしばとなかよしだあれ」についていっしょに勉強する。 ・乳歯から永久歯（大人の歯）にはえかわることを説明する。
多様な情報から理解を深める	○むし歯の発生過程を理解する。 <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; margin-right: 5px;">ミュータンス菌</div> <div style="margin: 0 5px;">←</div> <div style="margin-right: 5px;">さとう</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-bottom: 10px;"> <div style="margin-right: 10px;">力を合わせると</div> <div style="margin-right: 10px;">歯をとかす</div> <div style="margin-right: 10px;">←</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px;">さん</div> </div> <div style="text-align: center; margin-bottom: 10px;">↓</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">むしば</div> 4. おやつを食べた後の歯のよごれ方を観察する。 ○クッキーを一枚食べる。 ○手かがみで口の中を見る。 ○記録用プリントに汚れた歯に色をぬる。	積極的に答える（8人） ・「あまいものを食べたら」。 ・「はをみがかなかったら」。 ・「チョコレートをとくさんたべたら」。 ・「すぐにはをみがかなかったら」…その他 ・「さん」が歯をとかすことに対して児童が驚きの表情をみせた。 ・クッキーを食べながら ・口の中を手かがみで見る ・どの児童も意欲的に見ていた。 ・「きたない～」といった声があちこちからきこえた。 おやつを 食べたあとの(は)は、どうなっているでしょう。  たべかすが ついていますが、えんぴつでぬってみましょう。 した	・口の中に食べかす「デンブ」やおやつのなかある「さとう」がミュータンス菌が大好きなものであることを強調する。 ・この時、事前調査「おやつしらべ」についてふれて児童のおやつに対する意識をもたせる。 ・手かがみを使って自分の口の中をよく見る。 ・どこが一番よごれがついているか気づかせる。 ・上の歯など見えにくい場合があるので隣の人の口の中を見てあげながら自分も教えてもらうように他者との比較をさせる。 この時、クッキーは汚れの見つけやすい、濃い色のココアクッキーのほうがよい。

多様な情報から理解を深める
目標をたてる

5. よごれた歯はどうすればよいか考える。

- うがいをする。
- ゆすいだ水はコップにためる。
- 歯みがきをする。
- 手かがみを使ってよく口の中を見る。
- 隣同志で歯の汚れの落ち具合をみて教え合う。
- 全員で歯みがきの仕方を練習する。

6. おやつを選び方を考える。

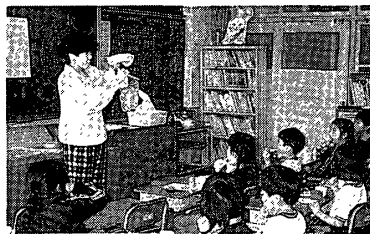
- むし歯になりやすいおやつを知る。
- むし歯になりにくいおやつを知る。

7. 学習のまとめをする。
今日の学習でわかったこと、気づいたことを書く。

「うがいをすればいい」。
「はをみがけばいい」。といった意見がでる。

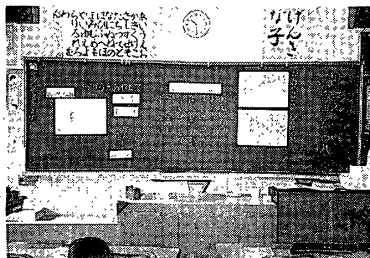
汚れたうがいの水はコップにためる。

「お水がまっ黒になった」。
「バイキンが出てきたよ」。
「まだ、はがきたない」



「バイキン出てこい」といいながら歯みがきをしている児童いた。

「もうチョコレートは食べないよ」。



- ・うがいだけでは、歯の汚れが十分とれないことを確認する。
- ・うがい後の汚れた水の中には何がたくさん入っているのか。
- ・汚れた水をためるコップはどの児童も同じ条件になるように教師側で用意したものを使った。

- ・自由に歯みがきをさせる。
- ・歯みがきをする時、うがいで落ちなかった汚れがとれていくことを、手かがみやよごれたコップをみながら確認する。

- ・むし歯を予防する方法は歯をみがく事がとても重要なことであることを話す。
- ・模型の歯型とハブラシでいねいな歯みがき指導をする。

- ・おやつを選び方をむし歯になりやすいものとなりにくいものを提示して比較させる。

- ・机間巡視をしながら書けない児童に対して助言する。

