

平成27年度文部科学省委託事業

中学校歯科保健指導者実践発表会

保健体育科



平成28年1月28日(木)

小松市立国府中学校

教諭 岡崎 剛平

1. 本県の現状と本事業について

◆ 「う歯の者」の被患率について

中学校では7.23ポイント全国平均値を上回っているが、幼稚園は10.36ポイント、小学校は0.64ポイント、高等学校は0.08ポイント、それぞれ全国平均値を下回っている。

(単位：%)

区 分	う 歯	
	石川県	全 国
幼稚園	28.1	38.46
小学校	51.9	52.54
中学校	49.6	42.37
高等学校	53.0	53.08

1. 本県の現状と本事業の趣旨について

- ✖ 中学校における歯科保健推進指導者を養成し、各中学校での学校歯科医、保護者と連携した歯・口の健康づくり推進を図る。
- ✖ 中学校における歯科保健教育を充実させるため、各地区より保健体育科教諭、家庭科教諭、養護教諭各1名、計12名の指導者を養成した。
- ✖ 「歯と口の健康」を題材とした指導案、個別指導用のリーフレットを作成した。
- ✖ 各中学校での学校歯科医、保護者等と連携した歯・口の健康づくりの推進を図るため、実践発表会を開催する。

2. 中学校学習指導要領より

【教科の目標】

- ①生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成
- ②健康の保持増進のための実践力の育成
- ③体力の向上



「明るく豊かな生活を営む態度を育てる」

※歯科に関する内容について、現行の学習指導要領では直接明記されていない。

3. 本校の概要

- 小松市の山手にある小規模校
- 1 小学校、1 中学校という環境
- 生徒数227名（男子122名、女子105名）



4. 本校の歯科教育に関する取り組み

- 1年生を対象としたブラッシング指導
歯科衛生士がクラス毎に実践指導を行う。



4. 本校の歯科教育に関する取り組み

・ 学校保健委員会

「予防」をテーマに、PTA保健委員会、生徒会保健委員会が発表形式で啓発活動。



5. 保健授業実践

- 保健分野 3年生「健康な生活と病気の予防」
- 単元 「生活習慣病の予防」
- 小単元 「歯と口の健康づくりと生活習慣病の関連について」

- 本時のねらい
調和のとれた生活習慣の継続が歯と口の健康づくりにつながる
ことがわかる。

【既習事項】

- 単元「健康の成り立ちと病気の発生要因」、「食生活と健康」、「運動と健康」、「休養・睡眠と健康」、「生活習慣病の予防」を1学期に実施した。

5. 保健授業実践

【導入：10分】

《学習活動》

- ・ 生活習慣病に関するこれまでの振り返りを行い、予防に関するアンケート結果について知る。

《指導上の留意点》

- ・ 健康の成り立ちと病気の発生要因、健康によい食習慣、生活習慣病についておさえ、生徒の現状について知らせ、習慣のよい人や改善が必要な人がいることに気付かせる。

※アンケート項目

- ・ 予防したいことと意識していること
- ・ 昼の歯みがきの実施状況

予防したいことと意識していること（全校）

むし歯や歯周病は、**予防したいこと**と、**意識していること**の割合が、**ほとんど同じ**なので、これからも**意識が続くこと**を期待したい。
病気や視力低下の予防も、意識でき習慣になることを期待したい。

意識している



予防したい



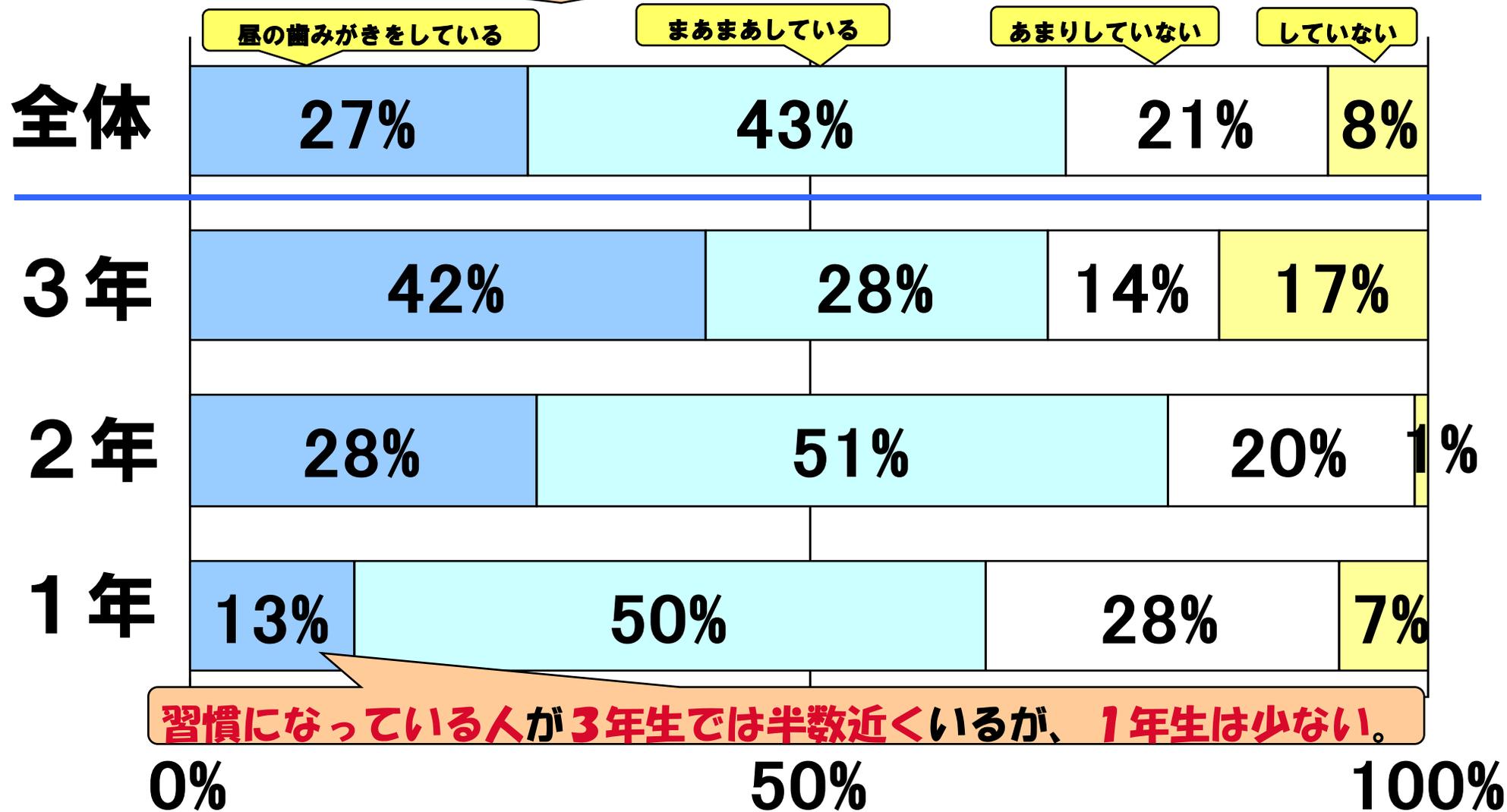
0%

50%

100%

昼の歯みがきをしていますか？

「している」と「まあまあしている」と答えた人は、**70%以上**。



5. 保健授業実践（導入の様子）

5. 保健授業実践

【課題の提示】

歯と口の健康づくりと生活習慣病の関連について知り、
望ましい習慣を考えよう！！

【展開①：15分】

《学習活動》

- ・ 歯と口に悪影響を与える「よくない行動」について、グループでブレインストーミング（以下BS）を行う。

《指導上の留意点》

- ・ BSの注意点①「質より量」アイデアを出す、②批判をしない、③独創的なアイデアを歓迎、④アイデアを融合させて改良
- ・ 他のグループの内容を発表させ、関心を持たせる。

4. 保健授業実践（BSの様子）

4. 保健授業実践

【展開②：15分】

《学習活動》

- ・ 歯と口の健康づくりと生活習慣病の関連について知る。

《指導上の留意点》

- ・ プレゼン資料を用いて視覚的に提示し、印象に残るように指導する。
- ・ むし歯の原因について確認し、歯周病の原因について確認する。
- ・ むし歯と同様、感染症の要因もあることから、プラークコントロールの必要性についておさえる。
- ・ 歯みがきのポイントや気をつけたいこと等、歯と口の健康づくりによい生活習慣について確認する。

中学校歯科保健指導



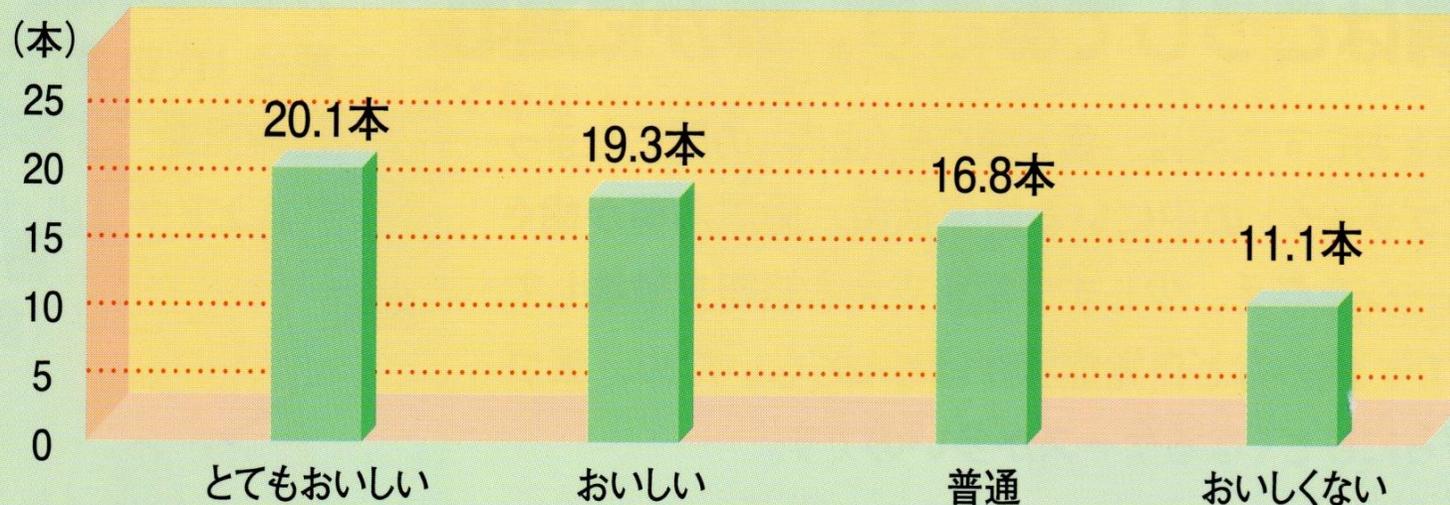
(社)石川県歯科衛生士会

めざそう 8020

～ 知っていますか？ 8020運動 ～

食事が「とてもおいしい・おいしい」と感じている人は、平均で約20本の歯がある

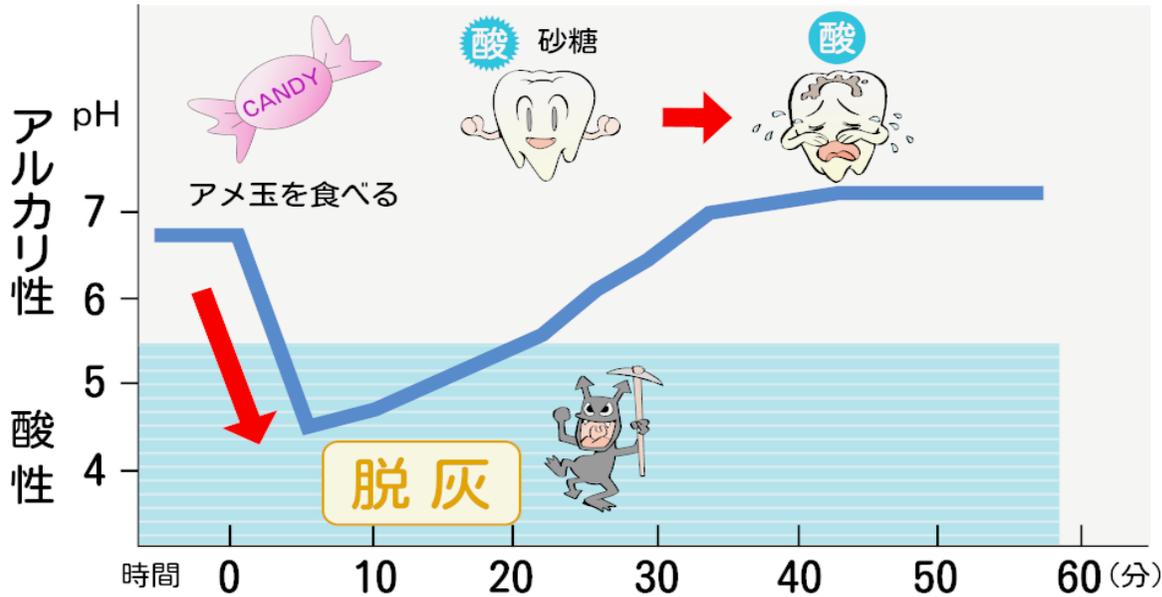
食事のおいしさの感じ方別、平均本数



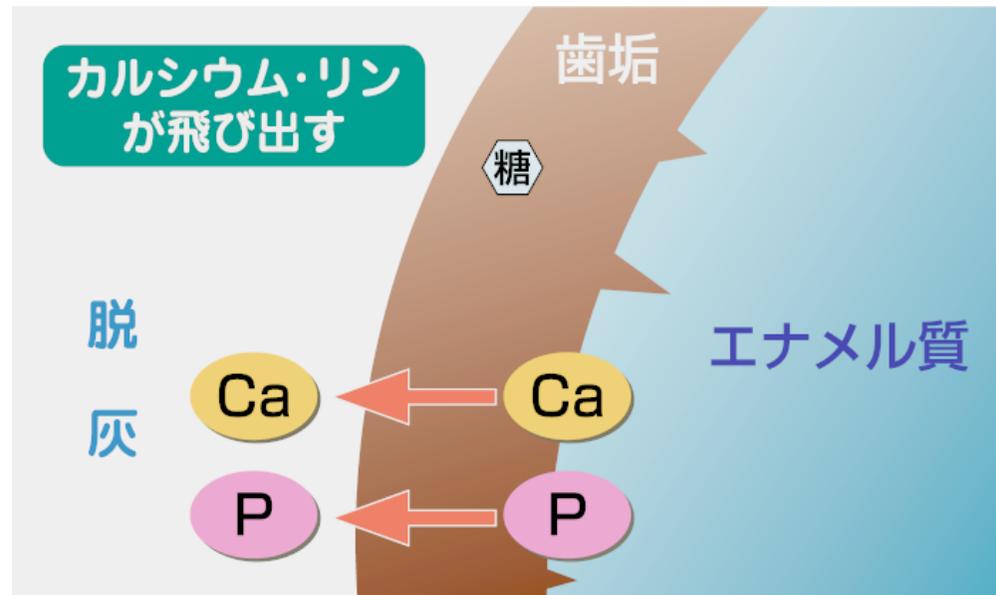
調査人数 1518人(55～75歳)

(「食の満足度および歯科保健行動と現在歯数の関連について」
8020推進財団 指定研究事業報告2007 より)

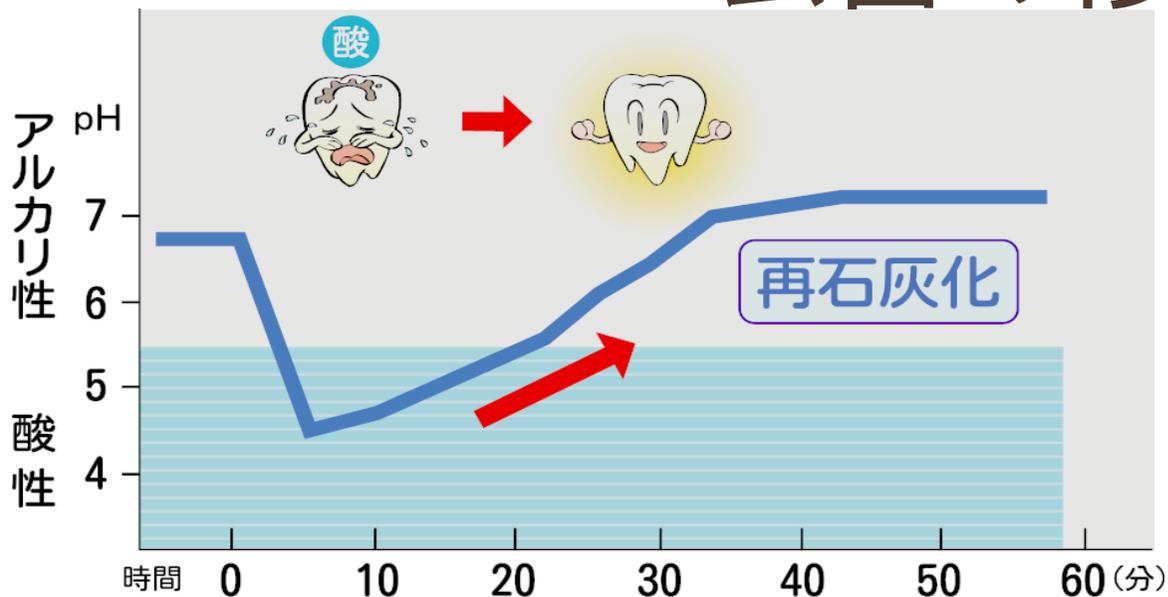
虫歯のはじまり



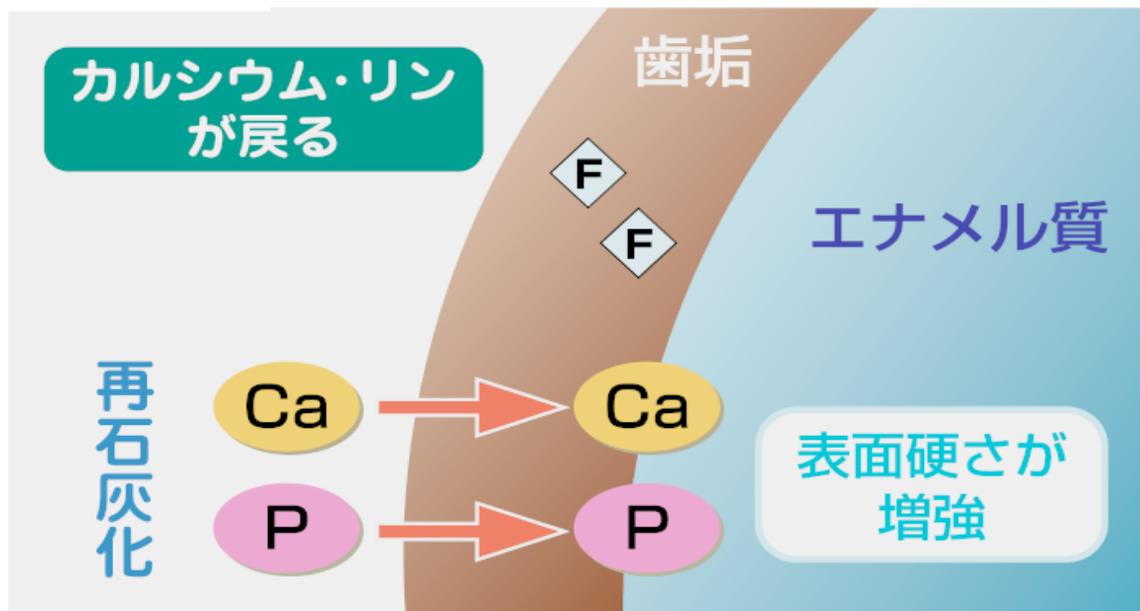
だっかい
脱灰



虫歯の修復

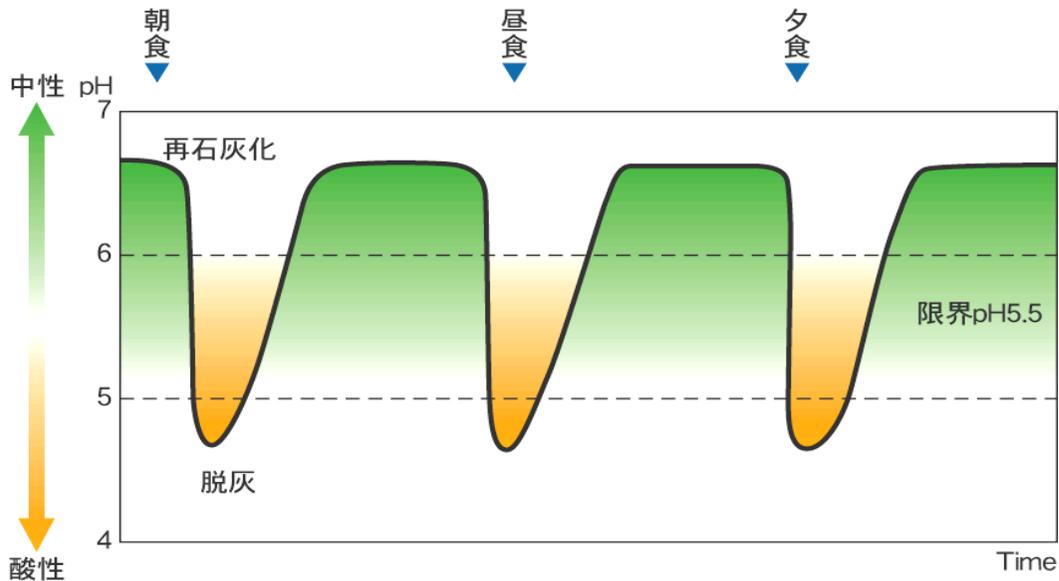


さいせっかいが
再石灰化

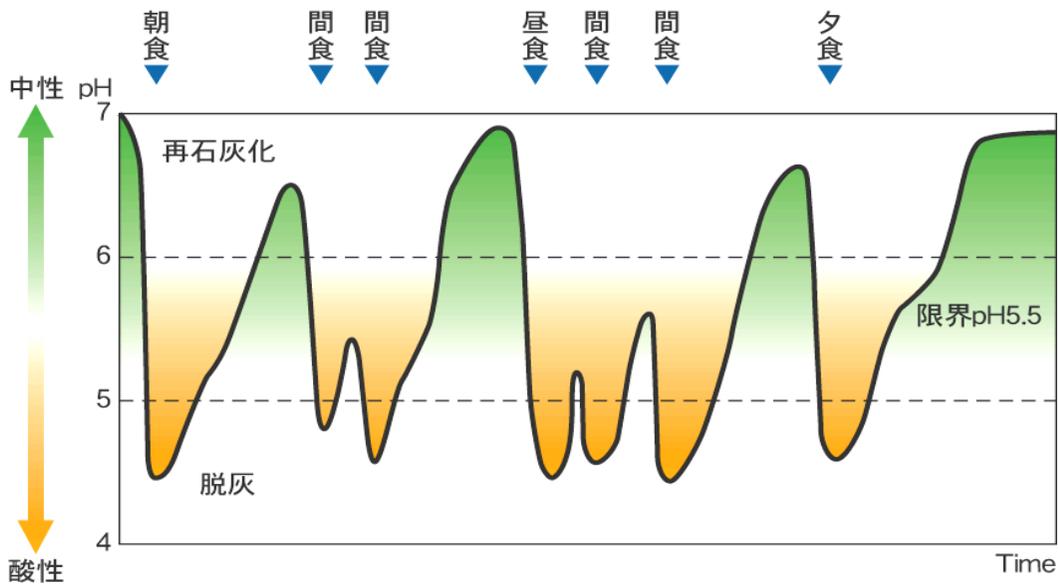


臨界PH: 歯が溶け始めるPH

規則正しい食事



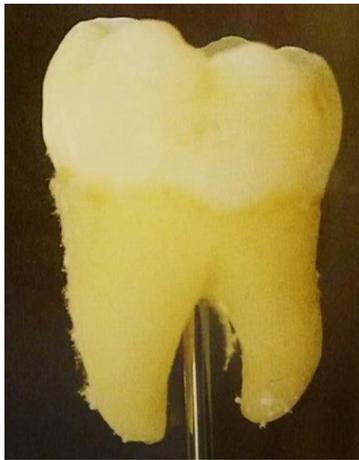
間食型



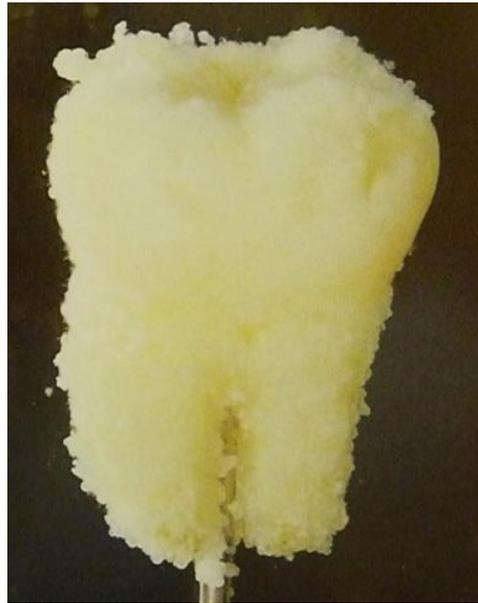
虫歯菌の増え方

(砂糖水に浸けた状態)

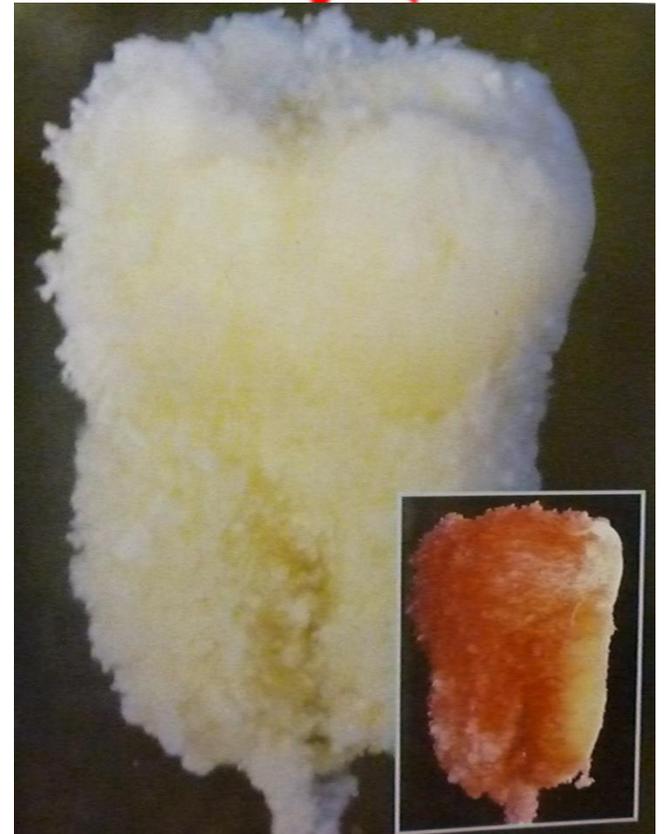
1日目



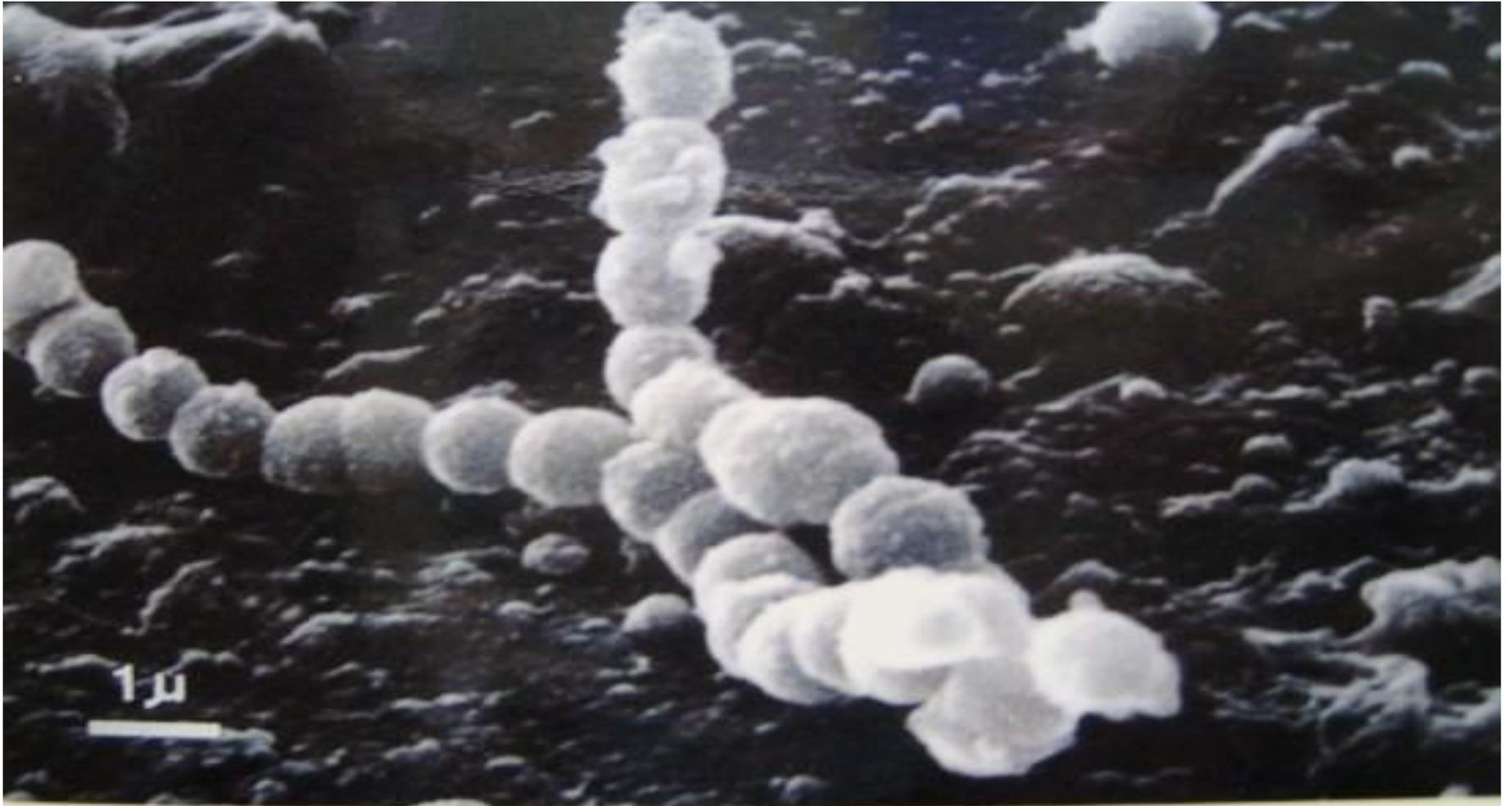
2日目



3日目



虫歯菌 (*Streptococcus mutans*)

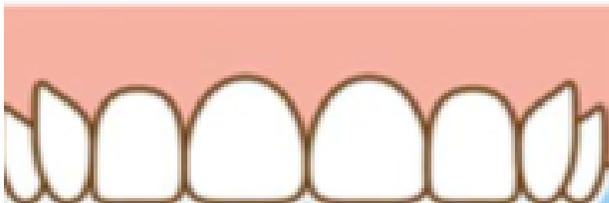


ストレプトコッカスミュータンス

健康な歯肉と歯肉炎

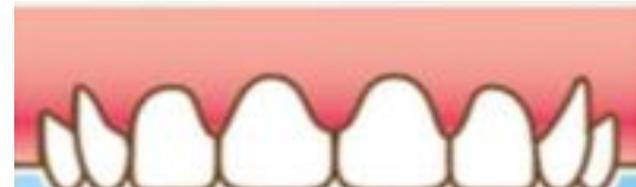
薄いピンク色
引き締まっている
血が出ない

健康な歯肉



赤い
はれている
血が出る

炎症のある歯肉



5. 保健授業実践

【まとめ：10分】

《学習活動》

- ・ 本時の学習のまとめをワークシートを使って行う。
- ・ 歯と口の健康づくりで続けたい習慣を発表する。

《指導上の留意点》

- ・ 本時の学習を振り返り、歯と口の健康づくりによい生活習慣についてワークシートにまとめさせる。
- ・ 歯と口の健康づくりで続けたい習慣を発表させ、より良い実践方法を共有する。

5. 保健授業実践（まとめの様子）

6. 成果と課題

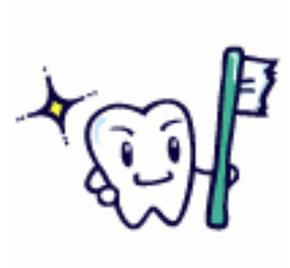
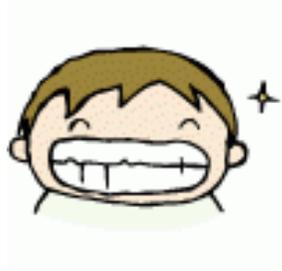
【成果】

- 具体的な内容を図や写真で知ることができ、自分の生活習慣を具体的に見直すことができた。
- 習慣化したい取り組みを考えたことで実践していく意欲が出てきた。継続したい。

（生徒の感想より）

【課題】

- 歯科教育の指導に必要な知識の習得
- 歯科教育により有効な教材の開発



ご静聴ありがとうございました。