

平成23年度

学校歯科研修会

# 『歯と口の健康づくり』 推進指定校実践活動報告

札幌市立定山溪中学校

養護教諭 林 麻子

## 『歯と口の健康づくり』 推進指定校実践活動報告

札幌市立定山溪中学校  
養護教諭 林 麻子



### 定山溪小学校との連携



### 研究テーマ

『歯と口から広がる健康づくり』  
口は健康の入り口である。  
一生涯自分の健康を自分で守っていくため  
に・・・

### 研究主題

歯と口の健康教育を通して、健康について自ら  
学び、生涯にわたる健康づくりに取り組もうと  
する力を育てる。

### 3年間の取り組み

- ✦ 給食後の歯磨きの実施
- ✦ 年2回の歯科検診と歯科衛生士さんによる  
ブラッシング指導の実施
- ✦ 歯と口の健康づくりに関する生徒の個人研究
- ✦ 定山溪小学校との交流学习会の実施
  
- ✦ 保護者への啓蒙活動
- ✦ 歯と口の健康についてのアンケートの実施



給食後の歯磨きの様子



### 年2回の歯科検診の様子

未処置歯保有者 約5%  
歯肉に問題がある者 約3.3%



◎ 若年期 生涯の健康づくりの基礎



和・歯・8020ワールドとは



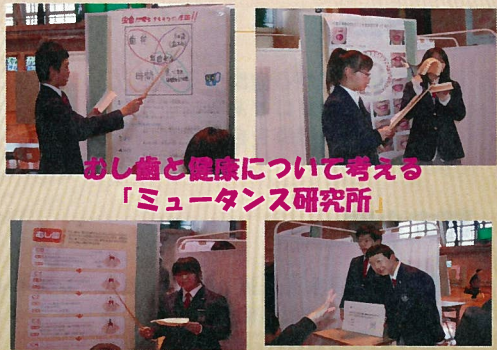
平成21年度  
和・歯・8020ワールドの様子



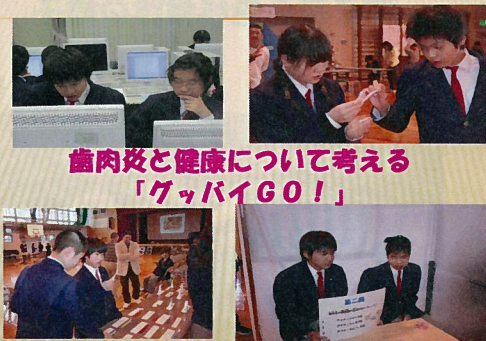
平成22年度  
和・歯・8020ワールド



おし歯と健康について考える  
「ミュータンス研究所」



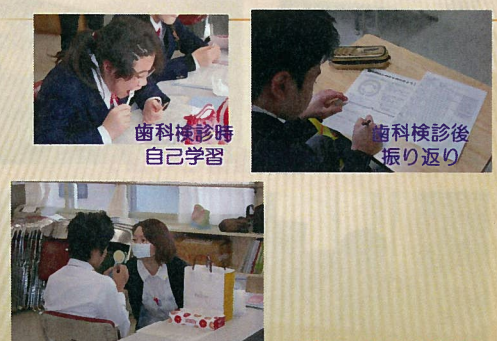
歯肉炎と健康について考える  
「グッバイGO！」



歯科検診時  
自己学習

歯科検診後  
振り返り

ブラッシング指導





## 歯みがきチェックシート

### 夏休み中の歯みがきチェックカード

皆さん、夏休み中も歯をみがいて、歯の健康を保ちましょう。歯をみがく習慣を身につけて、歯を強くきれいにしましょう。

月	日	朝	夜	月	日	朝	夜
7	10			7	20		
17	27			8	6		
24	31			13	20		
29	30			18	27		
30	31			23	31		
31	31			28	31		
8	1			9	1		
8	7			15	7		
8	13			21	13		
8	19			27	19		
8	25			9	25		
8	31			10	31		

毎朝必ず、記入しよう！歯磨き習慣を身につけて、歯を強くきれいにしましょう。



### 冬休み中の歯みがきチェックカード

皆さん、冬休み中も歯をみがいて、歯の健康を保ちましょう。歯をみがく習慣を身につけて、歯を強くきれいにしましょう。

月	日	朝	夜	月	日	朝	夜
12	24			1	10		
22	28			7	16		
28	31			13	22		
29	31			19	28		
30	31			25	31		
31	31			31	31		
1	1			1	1		
1	7			7	7		
1	13			13	13		
1	19			19	19		
1	25			25	25		
1	31			31	31		

毎日必ず、記入しよう！歯磨き習慣を身につけて、歯を強くきれいにしましょう。



## 活動の成果

- ◎ 給食後の歯磨きの習慣づけによる、う歯保有者の減少
- ◎ 「和・歯・8020ワールド」を主体とした
  - ・歯と口の健康づくりから全身の健康づくりへと広がる活動の展開
  - ・家庭や地域への啓蒙活動の展開
- ◎ 学校歯科医との連携による効果的な取り組み

## 今後の課題

- ◎ 毎日の歯磨きの継続と歯科受診の勧告
- ◎ 生徒、家庭、地域等が生活習慣を考えるきっかけとなるような健康教育の展開（生活習慣改善への支援）



ご清聴ありがとうございました