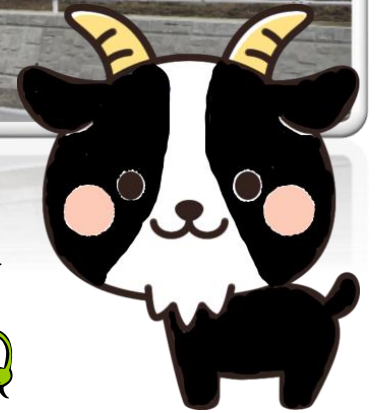
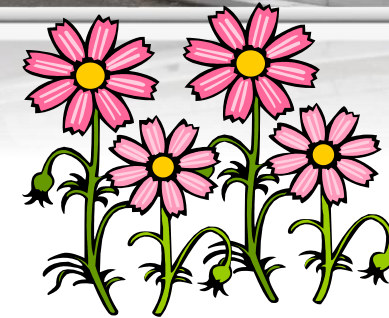


第41回出水地区学校保健研究協議会（出水市学校保健研究大会）



歯と口から始まる健康な生活づくり

～めざせ「上場っ子全員 むし歯ゼロ!!」～



出水市立上場小学校PTA

令和3年度 2月現在	1年	2年	3年	4年	5年	6年	計
児童数	1	1	2	3	2	3	12人
特認生	(1)	(1)	(1)	(1)	(1)	(1)	(6人)
学級数	1		1		1		3クラス



春



夏



秋



冬

山羊の「ヤッギー」



乗馬体験



乳牛



肉用牛



「上場ならではの...」の教育
動物との触れ合い

さつまいも収穫



シイタケ収穫



落花生収穫



ブルーベリー収穫



「上場ならではの」
農作物の栽培
の教育

「上場っ子」市場

「上場っ子」市場

開店中
品物あります

販売体験



苗植え



収穫



商品化



雪いっぱい 上場!!



本日(2/19)
上場小 百葉箱気温
朝7時半... -3℃
10時 ... 1℃
昼1時 ... 6℃(曇解け)



今朝、みんなは上場コスモス園に行っちゃったよ。行く前から、雪遊びや雪ぞり遊びのことでワクワク...、あれっ、みんなは僕(ヤギー)のことを忘れて行っちゃったよ。ぶんぶん!あーあ!!
僕が、学校からコスモス園を眺めていると、みんなの楽しそうな声とキャーの叫び声が聞こえてきたよ。今度は、僕も雪のコスモス園に連れてって~♡



上場小の元気な子供たち

花氷 作ったよ

1月19日



今年も、低学年の生活科で、上場小特産「花氷」を作ったよ。すご〜く上手にできたね♡
僕(ヤギー)は氷が溶けるまで、美味しい!花びらをじっ〜と待っているんだad(。o)



「上場ならではの...」の教育
季節を感じる活動



「少人数ならではの……」の教育
複式指導・対話的活動



「少人数ならではの……」の教育
ICT機器による交流授業

上場小学校PTA

活動テーマ

子供について語り，学び合うPTA

運営方針

学校と家庭・地域社会が一体となり，体験活動の充実を図ることで，子供の幸福な成長発達と福祉を増進するとともに，会員相互の資質の向上を図る。



上場小PTA会員

正会員 16戸

(P…10戸 T…6)

準会員 55戸

(上場地域の方々)

この会は、正会員と準会員からなる。正会員は上場小に児童を通わせる父母と上場小職員とする。準会員は、前記以外の校区内の人とする。

PTAの主な安全・保健活動

- ・ 登校指導
- ・ 危険箇所点検
- ・ 学校保健委員会
- ・ 運動会, 持久走大会の役員(会場準備, 交通整理, 伴走) 等



学校保健委員会

- ◆ 感染症対策
- ◆ インターネットとの付き合い方
- ◆ AED講習会
- ◆ 「心の教育の日」講話
- ◆ 親子ふれあい健康教室 等



3学期 学校保健委員会 2月13日

子供の寝め方・叱り方・親子のふれ合いのヒント



スクールカウンセラー
子育て・発達支援コーチ
心理カウンセラー

の資格を持つ先生による



- 1 子育てが楽になるヒント
- 2 子供の寝め方・叱り方のヒント
- 3 日常の親子のふれ合いのヒント



僕(ヤッギー)も、まだ1歳。上手に寝めて、叱ってね!どんどん、みんなと仲良くなれるよ♡
さあ、春だ!!僕の大好きな草が芽を出してくるよ。嬉しいなあ♡♡
みんな、花粉症には気をつけてね!!



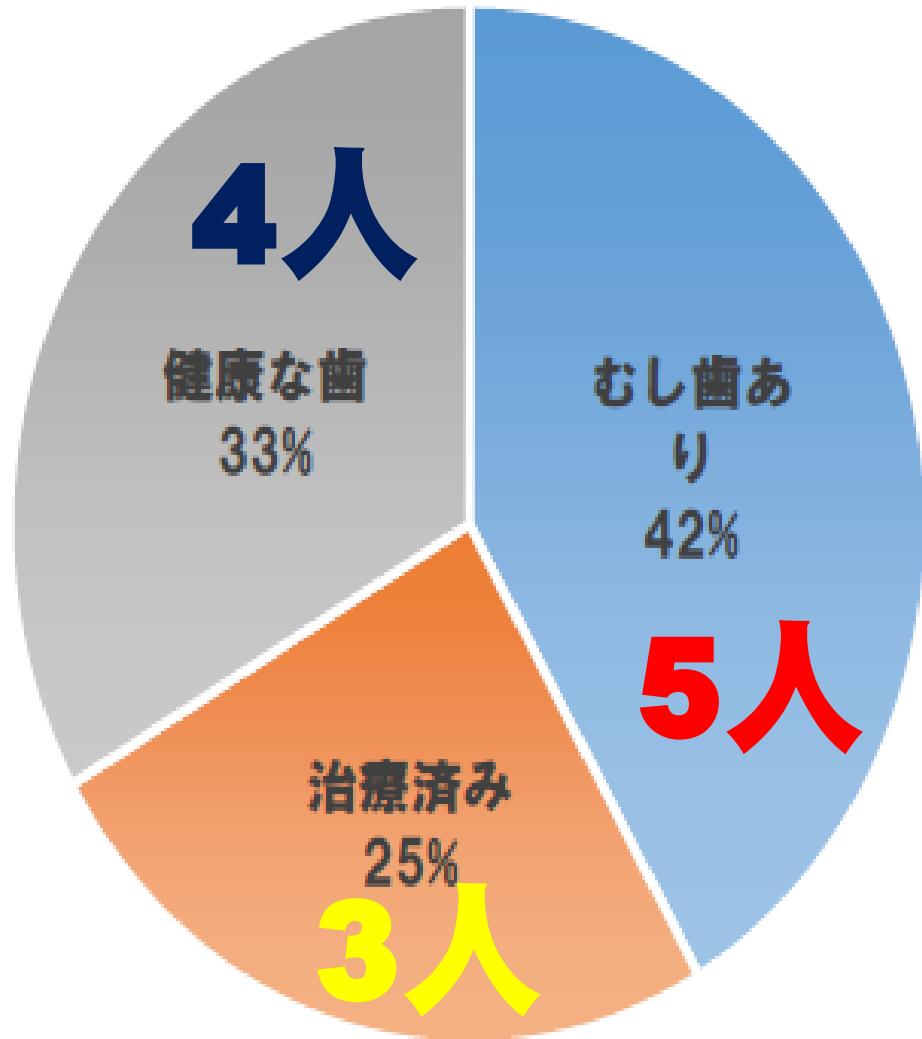
歯と口から始まる健康な生活づくり

- 1 実態
- 2 取組の工夫
- 3 学校と家庭との連携



1 実態

こどもたちの歯の様子(歯科検診結果から)



人数に差はありますが、昨年度(36%)より少しむし歯がある子どもの割合が増えました。

これまで、ご家庭で声かけや仕上げみがき等ご協力いただいております。ありがとうございます。歯みがき等の生活習慣に関わることは、粘り強く毎日続けることが大切だと思います。学校でも歯みがき指導等行っていきます。今後とも、ご家庭での声かけ等、ご協力お願いいたします。



2 取組の工夫

親子ふれあい健康教室

テーマ

「健康な歯の大切さ」

～むし歯にならないために・むし歯治療の大切さ～

ねらい

- 生涯, 歯と口の健康を守るために, 望ましい食生活や丁寧な歯磨きが大切であることを理解する。
- むし歯の早期発見と早期治療が大切な理由を理解する。

親子ふれあい健康教室～学校歯科医師による講義～

歯と口の健康を守るためにどうすればよいか

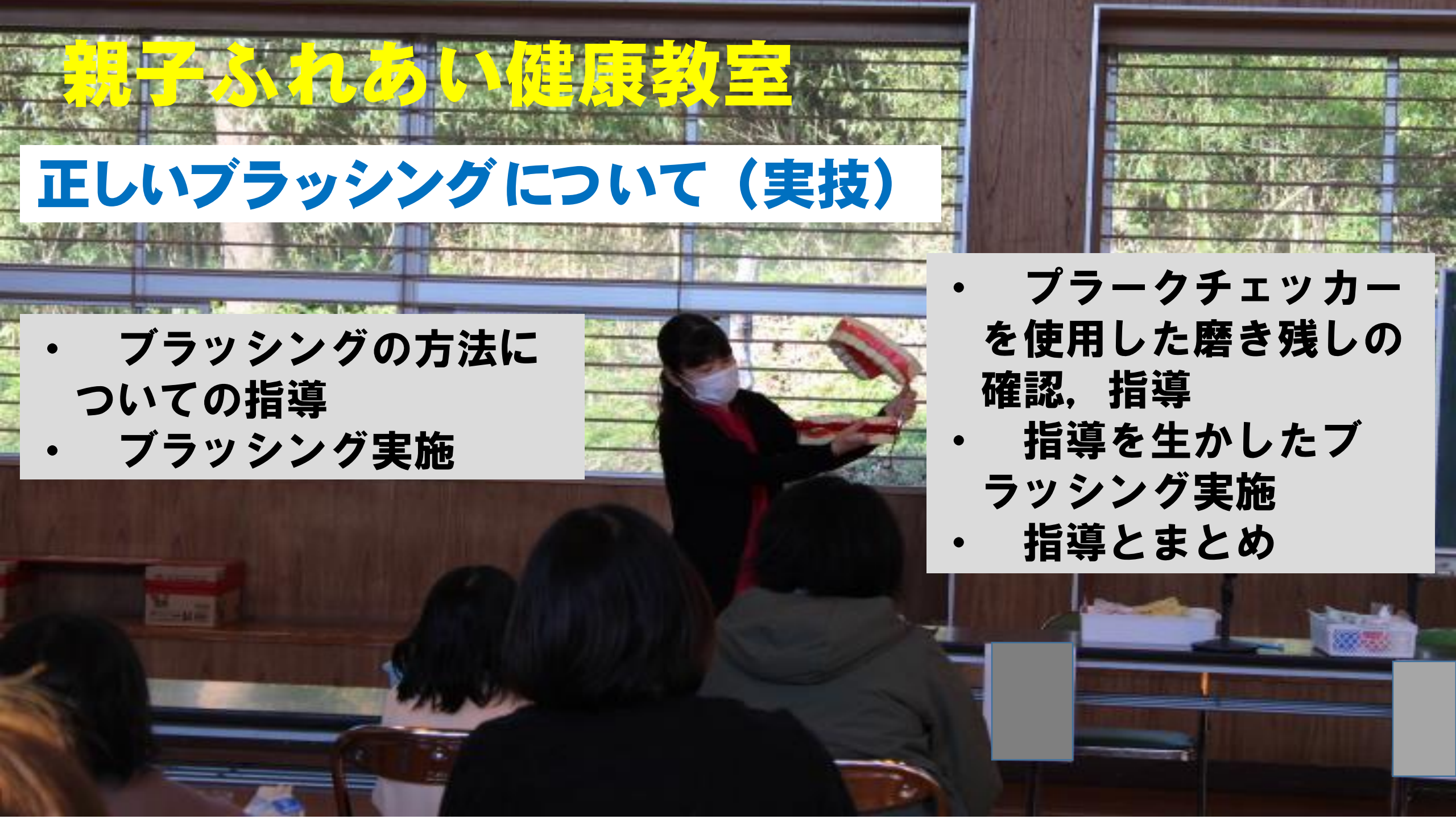
- ・ 口の異状にはどのようなものがあるか。
- ・ むし歯を放置すればどのようなになるか。
（全身への影響など）
- ・ 早期発見と早期治療の重要性

親子ふれあい健康教室

正しいブラッシングについて（実技）

- ブラッシングの方法についての指導
- ブラッシング実施

- プラークチェッカーを使用した磨き残しの確認，指導
- 指導を生かしたブラッシング実施
- 指導とまとめ





正しいブラッシング指導
(実技)



正しいブラッシングで
(実技)

3 家庭と学校との連携

○ 日常の取組

- ・ 歯磨きカレンダー
- ・ 生活リズムチェック



○ 啓発活動

- ・ 学校だより
- ・ 学校ホームページ
- ・ 保健だより
- ・ 校内掲示板



歯磨きカレンダー

おやくそく



めあて



- あさとよるのはみがきをしっかりとこなう。
- おうちの^{みんな}に仕上げみがきや、^{くちのなか}のチェックをしてもらう。

みがきのこしが多いのはこんなところ



おやくそく

- あさとよるの歯みがきの結果をカレンダーに書きます。
- みがいたら○、みがけなかったら△、おうちの人に仕上げみがきや口の中のチェックをしてもらったら◎をつけます。

3 歯みがきカレンダーは6月14日(月)までに学校に持っていきましょう。



	4	5	6	7	8	9	10	○・◎ の合計
	金	土	日	月	火	水	木	
あさ	○	○	△	○	○	○	○	ク
よる	○	○	◎	○	○	○	◎	ク

保護者の方へ

子供たちの歯みがきを、「みがいている」を「すみずみまでみがけている」にするために、期間中のご家庭でも仕上げ磨きや口の中のチェックをお願いいたします。あわせて、歯科検診で治療の必要なお子さんは、この期間にぜひ治療をお願いいたします。

★児童の感想★

デと牙フロスをよく使う
ようになりました。

はみがきの学習をいかして
デンタルフロスをつかうよは

とてもすばらしいです!

これからもつづけていきます(=)♡

☆家庭から☆

学校でフロスの使い方を習った
おかげで、家でも熱心に
フロスを通して、歯を鏡で見たり、
歯間の汚れに気づいた
ようです。
ありがとうございます。

★児童の感想★

デと牙フロスをよく使う
ようになりました。

はみがきの学習をいかして
デンタルフロスをつかうよは

とてもすばらしいです!

これからもつづけていきます(=)♡

3 歯みがきカレンダーは6月14日(月)までに学校に持っていきましょう。



	4	5	6	7	8	9	10	○・◎ の合計
	金	土	日	月	火	水	木	
あさ	○	○	△	○	○	○	○	ク
よる	○	○	◎	○	○	○	◎	ク

☆家庭から☆

学校でフロスの使い方を習った
おかげで、家でも熱心に
フロスを通して、歯を鏡で見たり、
歯間の汚れに気づいた
ようです。
ありがとうございます。

★ 1学期が始まりましたが、早起きがつらくなっている人はいませんか？

「早寝・早起き」は、健康にいいですよ。

★ できることを書いてください。

早ね・早おき・朝ごはん・朝のはみがき・顔をあらう・学校でうがい・てあらい

生活リズムチェック

項目	日にち	4/19	20	21	22	23	24	25
	月	火	水	木	金	土	日	
早ね (9:30)	9:25	9:00	9:30	9:10	9:00	9:20	9:10	
早おき (6:30)	6:30	6:10	6:20	6:00	6:30	7:25	6:40	
朝ごはん たべたものを書こう	パン セリ	パン	パン	パン	パン	パン	パン	
うんちが出た	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
朝のはみがき	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
顔をあらう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
学校で うがい・てあらい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
わすれもの ハンカチ・ちりがみ・つめ・ぼうし・ マスク・フザー	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
夜のはみがき	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
おうちで うがい・てあらい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
テレビの時間	30分	40分	60分	30分	40分	40分	30分	
ゲームの時間	0分	30分	20分	35分	45分	30分	35分	
お家の人のサイン								
反省	去年よりもよくできてよかった。							



早ね (9:30)	わすれもの ハンカチ・ちりがみ・つめ・ぼうし・ マスク・フザー
早おき (6:30)	夜のはみがき
朝ごはん たべたものを書こう	おうちで うがい・てあらい
うんちが出た	テレビの時間
朝のはみがき	ゲームの時間
顔をあらう	お家の人のサイン
学校で うがい・てあらい	反省

本年度目標:むし歯治療率100%達成へ

今年、むし歯のあった子は全児童14人中5人。これまでに、1人が既に治療完了しています。現在(7/17)の本校むし歯治療率は60%となります。



「むし歯は自然には治らない歯の病気」であり、ほっておくと、どんどん進行し、学校生活にも影響が出てきます。また、むし歯の治療は早く行けば行くほど早く終わります。

本年度、『むし歯治療率100%～上場っ子全員むし歯ゼロ～』を目指しています。



まだ、むし歯治療を開始されていない御家庭は、ぜひ夏休み終了までに治療が完了できますように御協力ください。

学校だよりでの啓発（抜粋）

「むし歯治療率100%～上場っ子全員むし歯ゼロ～」

学校歯科医の先生に、「口と歯の健康」についての講話とブラッシング指導をしていただきました。また、子供たちはむし歯の原因となる歯垢（ミュータンス菌）が目に見えるように色を付け、自分が磨き残している位置を確認した後、再度丁寧に歯みがきをしました。

子供たちの大切な「口と歯の健康」を守るため、今後も学校と保護者が連携して取り組んでいきます。

『めざせ 上場っ子全員むし歯ゼロ!!』

～1回目歯科検診 むし歯ゼロ9人～

本校は学校歯科医の先生の御厚意により、歯科検診が二度(5月と11月)あります。先日、本年度1回目の検診があり、**むし歯ゼロの児童は9人**でした。

歯科医の先生からは、昨年よりも児童の歯と口の健康状態は良くなっているというお褒めの言葉をいただきました。



しかし、特に永久歯のむし歯は要注意です。乳歯のむし歯も、これから生え替わる永久歯に影響しますので、油断大敵です。むし歯がなくても、歯垢が溜まっている児童も気になります。検診結果を配付しましたので、早めの治療をお願いします。

今後も、歯みがきが大切なポイントになります。そこで、我が子の歯みがきの仕方について、各家庭で夕食後に確認をお願いします。子供たちのむし歯を減らすために、出水市では来年度以降に、小・中学校でのフッ化物洗口の取組も検討中です…。

そして、上場小学校では、今年度も子供たちの未来のために、「**むし歯治療完了 100%**」をめざします。各家庭の御理解・御協力をよろしくお願いします。

食べたら、
歯をみがこう!!





親子ふれあい健康教室

11月26日

「おし歯治療率100%～上場っ子全員おし歯ゼロ～」



学校ホームページ 教育活動の連絡と啓発



食べたら、
歯をみがこう!!



学校歯科医の先生に、「口と歯の健康」についての講話とフッ素指導をしていただきました。

また、子供たちはおし歯の原因となる歯垢（ミュータンス菌）が目に見えるように色を付け、自分が磨き残している位置を確認した後、再度丁寧に歯みがきをしました。

「おし歯治療率100%～上場っ子全員おし歯ゼロ～」をめざして、今後も学校と保護者が連携して取り組んでいきます。



上場小の元気な子供たち

大切な歯 いつまでも...



6月

歯と口の健康週間

一生を共に歩む 自分切歯

上場っ子的みんなへ
 美味しい食べ物を 美味しくいただくためにも 自分の歯を大切にしようね♡
 歯「ヤッギー」も 丈夫な歯を使って、毎日の仕事をしているんだ。さあ、みんな、食べたら、ていねいに歯みがきだよ!!

学校ホームページ 教育活動の連絡と啓発



上場小の元気な子供たち

歯みがき指導教室



歯みがきの上手な仕方を 保健の先生に 教えてもらったね。これからも、大切は自分の歯を守ろう!!

保健だより

ほけんだより 6月

令和3年6月3日
出木市立上郷小学校
保健室

6月4日～10日



歯と口の健康週間

みなさんの歯はうどんな状態ですか？子どもの歯(乳歯)がゆがんでいる人、主さかけの歯がある人、おとなの歯(永久歯)がそろった人など、いろいろだと感じます。主さかわりが完了する10才前後は、歯を一番大切にしてほしいときです。これからも健康な歯でおいしくごはんを食べられるように、毎日の歯磨きを励ましてみましょう。



子どもたちの歯の様子(歯科検診結果から)



人数には差はありますが、昨年度(86%)より少しむし歯がある子どもの割合が増えました。これまでに、ご家庭で声かけや仕上げみがき等ご協力いただいております。ありがとうございます。歯みがき等の生活習慣に関わることは、粘り強く毎日続けることが大切だと感じます。学校でも歯みがき指導等行っています。今後とも、ご家庭での声かけ等、ご協力をお願いいたします。



むし歯の進み方



むし歯は、むし歯菌に歯が溶かされる病気です。

むし歯の初期は、そのまましておいても治りますが、むし歯は、そのままにしておいても治りません。ひどくなるだけです。むし歯がある人は、早めに治療に行きましょう。むし歯がない人も、歯と口の健康を守るために、定期検診を受けましょう。

みがき残しの多い場所はココ！



歯と歯肉の境目



歯と歯の間



歯茎のみぞ



歯並びが悪いところ

歯みがきのコツは、

- 1 歯ブラシはえんぴつにぎり
- 2 歯ブラシは軽い力で、小刻みに動かす
- 3 鏡を見ながらみがく



この3つが元々できていれば、キミは歯みがきの達人だグロ〜♪

むし歯菌が大好き!?

歯垢がたまるとむし歯菌が大好き!

歯垢がたまると、むし歯菌が大好き! 歯垢がたまる場所は、歯と歯の間、歯と歯肉の境目、歯並びが悪いところ、歯茎のみぞ、歯の腐ったところなどです。歯垢がたまる場所を、歯ブラシでよくみがきましょう。

むし歯菌は、甘いものや糖分が大好き!

むし歯菌は、甘いものや糖分が大好き! 甘いものや糖分は、むし歯菌の大好物です。甘いものを食べた後は、歯を水でよくすすぎましょう。また、歯垢がたまる場所を、歯ブラシでよくみがきましょう。

歯の掃除が大好き!

歯の掃除が大好き! 歯の掃除は、むし歯菌を減らすのに効果的です。歯垢がたまる場所を、歯ブラシでよくみがきましょう。また、歯垢がたまる場所を、歯ブラシでよくみがきましょう。



今年度もよろしくお願ひします。歯みがきカレンダー

今年度も歯みがきカレンダーを活用し、1日3回の歯みがき習慣を定着させたいと考えています。

子どもたちの歯みがきの様子やご家庭からのコメントを楽しみにしています。子どもたちが歯みがき習慣を身につけ、歯や口の健康を保ち、推進してあげよう。お忙しいこととは思いますが、ご家庭での声かけや見届けよろしくお願ひいたします。



6月



校内掲示による啓発

歯と口の健康週間



A~Eは乳歯(子どもの歯)です

1~8は永久歯(大人の歯)です

乳歯が抜けて永久歯が生えてきます

Aのあとに **1** **B**のあとに **2**

Cのあとに **3** **D**のあとに **4**

Eのあとに **5**

6と**7**は永久歯が生えてくるだけです

6は1, 2年生くらいで生えてきます

7は5, 6年生くらいで生えてきます

8は生える人も、生えてこない人もいます

健康な歯

シー **C**

治療が必要なむし歯

ジー **G**

治療が必要な歯ぐきの病気

歯肉炎 歯肉炎

3密をさげよう!

まどのない建物の付帯施設を避けよう

密閉 密集 密接

マル **O**

むし歯になったけど、治した歯

シー オー **CO**

むし歯になりそうな歯

よくみがけば、元に戻ります

ハツ **X**

抜いたほうがいいかもしれない乳歯

ジー オー **GO**

歯ぐきが少しはれている

軽い 歯肉炎

一生を共に歩む 自分の歯

●6020運動を推進しよう

●一生自分の歯で暮らそう

●歯みがきで心の健康を守ろう

歯と口の健康週間 令和3年6月4日~10日

「私の大切な歯」 ...子供たちの感想より...



○むし歯がなくて良かったです。これからも歯みがきを続けようと思います。

○むし歯がなかったから、良かったです。これからも、朝・昼・夜、しっかりと歯みがきをしていきたいです。

○私は、今、歯みがきを3分間しているけれど、むし歯があった気がします。だから、これからはもっと歯みがきをていねいにしたり、コーラやチョコなどもあまり食べないようにしたりして、歯を守っていきたいです。そして、歯をきれいにしたいです。次、歯医者に行くときは歯を抜くので、とても心配です。でも、がんばりたいです。



「私の大切な歯」 ...子供たちの感想より...

○私はプラークがたまりやすいので、しっかりとした歯みがきを1日3回、3分間を守って、もっと歯を守っていききたいです。

○むし歯があるかないか心配して、ドキドキしました。むし歯がないように、これからも歯みがきをしたいと思います。

○歯をぬいていたかったです。むし歯がないようにしたいです。

○むし歯が何個かあるので、そのむし歯をなくして、元気な歯にしたいです。

○これからちりょうをして、むし歯をなくしていききたいと思います。がんばります。



「私の大切な歯」 ...子供たちの感想より...



○1学期にむし歯があったけど、歯医者さんに行くとなくなったので、良かったです。

○むし歯があったから、これからは、きちんと歯をみがいて、むし歯をなくしたいです。病院に行って、むし歯をなおしたいです。

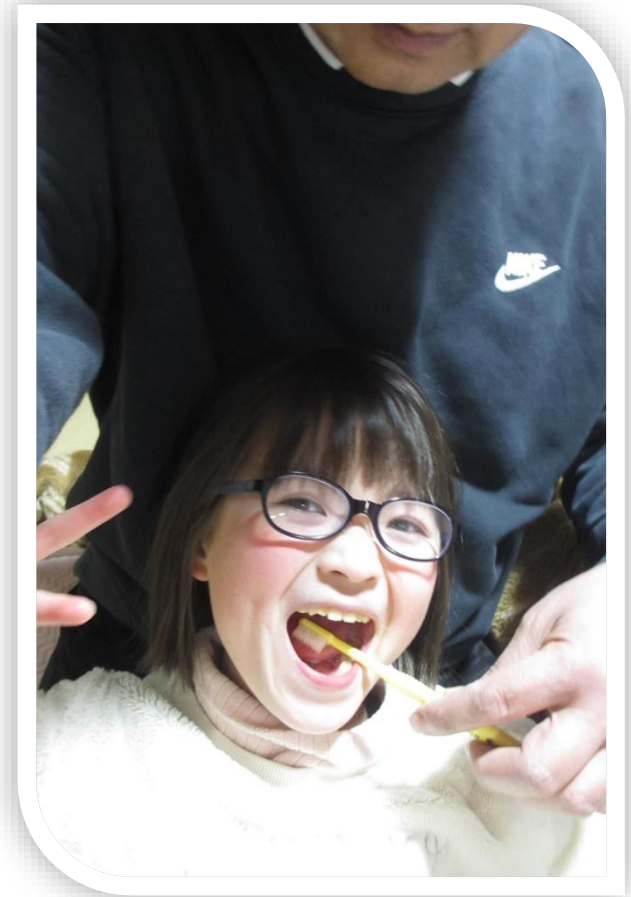
○まだちりょうは終わっていませんが、むし歯なしの上場小にしたいです。

○むし歯がないと思いますが、あったらちりょうしたいと思います。

○1学期もむし歯がありませんでした。今朝も、むし歯がないかなと心配していました。これからもむし歯がないといいです。

成果と課題

- 子供たちの歯みがきに対する意識が高まってきた。
- 子供の口と歯の健康について，家庭と学校の共通認識が高まってきた。
- 学校と保護者が一緒になって取り組むことが重要だと認識した。
- 家庭での「仕上げ磨き」の取組を今後も継続して進めていきたい。
- むし歯治療の取組からむし歯にさせない取組を今後も続けていきたい。
- これからも，「上場っ子全員むし歯ゼロ!!」を毎年めざしていきたい。



【家庭での仕上げ磨き】



歯と口から始まる健康な生活づくり

～めざせ「上場っ子全員 むし歯ゼロ!!」～



出水市立上場小学校PTA

