



「歯と口の健康」だより

歯っぴー



令和8年6月30日発行

中能登町立鹿西小学校

TEL 72-2019

FAX 72-2094

学校メールアドレス rokusei_es@school.town.nakanoto.shikawa.jp

公益社団法人 日本学校歯科医会（文部科学省後援）事業として、昨年度より「生きる力を育む歯・口の健康づくり推進事業」指定校としての取組を進めています。

昨年度の取組としては、全校児童が給食後に歯磨きをすることを習慣づけたことをはじめ、児童が自分の「歯と口の健康」について考える機会を設けることで、子ども一人一人の意識が高まっていることが成果としてあげられます。

今年度は“発信”をテーマに、家庭と地域と学校が共に「歯と口の健康」について共通理解し、子どもたちに声かけをしていくことを目指したいと思います。



【実態把握(共有)】家庭での歯磨きは？

下は、6月に実施した家庭での歯磨き調査(取組期間：一週間)の結果です(表1)。また、ふり返りから、歯磨きができなかった主な理由を表2に示します。

表1 学年別歯磨き実施率(%)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
朝	80.7	82.4	91.8	84.2	93.4	95.5
夜	90.9	96.3	84.8	91.3	96.3	98.3

表2 歯磨きができなかった主な理由

- 〔低学年〕☐ 土日、お出かけをして、疲れてそのまま寝てしまった。
- 〔高学年〕☐ 平日、習い事からの帰宅時刻が遅くなり、疲れてそのまま寝てしまった。



【お願い】家庭での歯磨き「声かけ運動」

上の結果より、就寝前の歯磨きができない原因は、発達段階に関わらず共通しているように思われます。この点、学校でも指導し(考えさせ)ます。

また、朝食後の歯磨きは夜の歯磨きよりも実施率が低く、朝の歯磨きをしないまま登校している児童が少なくないことが分かりました。

本校では、毎週木曜日の朝にフッ化物洗口を実施し、児童のむし歯予防に努めています。フッ化物洗口は、歯を強くし、むし歯になりにくい口内環境をつくる効果が期待できますが、歯磨きをして口の中を清潔にしたうえで行うことで、より高い効果が得られるとされています。(歯磨きをしないと歯垢は除去できません)

そこで、保護者の皆さまにお願いです。子どもたちが「朝食後に歯を磨いてから登校する」という習慣を身につけられるよう、ぜひご家庭で声かけや見守りをお願いします。朝の忙しい時間帯ではありますが、毎日の積み重ねが、子どもたちの歯の健康を守る大きな力になります。あわせて、就寝前の一声もよろしくお願いします。

『歯っぴー』には、子どもたちが“歯”を大切にすることで“ハッピー”な毎日を過ごしてほしいという願いを込めています。歯と口の健康は、食べる力や学ぶ力、そして心の元気にもつながる大切なものです。ご家庭と地域、学校が一緒に子どもたちの健やかな成長を支えていければと思っています。