



令和8年度鳥取県デンタルプロフェッショナル派遣事業（むし歯予防コース）

モデル校 倉吉市立河北小学校4年生（取組3年目）

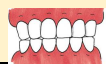
歯と口腔の健康づくりを推進するため、河北小学校4年生が、むし歯予防に取り組んでいます。令和8年度は取組み最終年度です。今年度も、楽しくお口の健康習慣が身につくよう進めていきます。

※学習内容 令和6年度:①歯みがき・デンタルフロスの習慣を身につける②おやつや飲み物について知る③かかりつけ歯科医をつくる

令和7・8年度:令和6年度の目標①②③に加えて「よく噛んで食べる」を追加

令和8年度

歯科保健教育1回目



～かむかむ 大作戦～（令和8年6月17日 参観日）

①学校歯科医による講話

《～かむかむ 大作戦～》

○かむことには5つの効果の復習

○お口をとじることはとても大切

○姿勢をよくするためにはお口を閉じることも大事

○3回の講話について復習

※最強！むし歯攻略法！（R6）

※知らなきゃそんする歯のはなし（R7）

※かむかむ大作戦（R8）

よくかむ合言葉は
「みんなで噛もう
1. 2. 3」



お口ぽかんを治すためのトレーニング「いーうーもー体操」をみんなでやってみました。



岸田学校歯科医スライド資料より



※お口ぽかん
お口が半開き・開きっぱなしになっている状態。
（医学的には「口腔閉鎖不全症」と呼ばれることが多い）



③まとめ（約束）

○講話の内容のふりかえり

○デンタルフロスの使用について確認



歯と歯の間は、むし歯になりやすいです。
歯ブラシでは落とすことができない歯と歯の間の汚れは、デンタルフロスを使えばよかったですね。

②咀嚼チェックガム体験

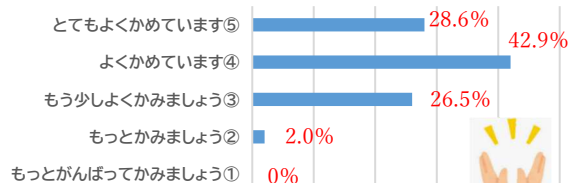


○かめているかどうかガムを使ったテスト

※60回かむことで色が変化するガムで、よくかめばかむほど、色が赤くなっていきます。

※参観日のため親子で体験していただきました。

①	②	③	④	⑤
もっとがんばって かみましよう	もっと かみましよう	もう少し よくかみましよう	よく かめています	とてもよく かめています



結果が④⑤だった児童がたくさんいました。R7年度に「よくかむこと」について学習した成果が結果に表れているようです。

判定結果を確認し、「これからはよくかんでご飯を食べる。」と感想を書いている児童がいました。



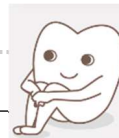
児童の感想



口がかわくと、むし歯や歯肉炎になってしまうことがわかりびっくりした。よくかむことで唾液がでるから、今日のお話を活かしてこれからもよくかみたい。



今まで意識していなかったもので、知らないうちに、口が開いていたかもしれないと思いました。これからは意識してお口をとじて、姿勢をよくしたいです。



※11月に開催する最後の歯科健康教育では、今まで学習した内容のクイズ大会や、口をつかったレクリエーションを予定しています。