

「5年間学級閉鎖ナシ!」の理由は 全校一斉歯磨きだった



「歯磨きタイム」は奥歯から始めて、丁寧に口をゆすぐとき、一緒に手洗いをするのがインフルエンザや風邪対策にも効果的!

推計患者数が20万人を突破し、全国的にピークを迎えつつあるインフルエンザ。そんな中、いまだ学級閉鎖がゼロの小学校があるという。さっそく向かってみた!

「ピッカピカになったでしょー!」
「私も見て、見て! 虫歯が1本もないんだよ!!」
歯ブラシを手にした児童たちが、大きな口を開けて、真っ白な歯を見せ合っている。横浜市立中尾小学校では、給食のあとに、手洗い場で見られるいつもの光景だ。

インフルエンザが全国で大流行中だ。横浜市でも、インフルエンザの患者が多い状態が続く「流行警報」が発令されている。

そんな中、全校児童35人の中尾小学校では、インフルエンザで欠席している児童はわずか1人(2月9日現在)。しかも、3日前まではゼロだったという。

「わたしの誇りは、この学校で5年間もインフルエンザで学級閉鎖になったクラスがないことです。インフルエンザ

「今年度の全校児童の97%に虫歯が1本もありません(※)治療したこともない児童は93%。全国平均では、児童の50~60%に虫歯があるといわれています。また、6年生の永久歯の虫歯本数は0.11で、横浜市の平均0.41の約4分の1、全国平均の約5分の1です」(高橋校長)

そんな中尾小学校は、これまで「全日本学校歯科保健優良校奨励賞」を5年連続で受けている。14年には、歯の健康日本一を意味する「文部科学大臣賞」も受賞した。それにしても歯磨きが、本

当たらぬ。廊下のロッカーに並んだランドセルがきれいに整理整頓されているのも印象的だ。給食の時間になると、児童たちの机には、自宅から持ってきた歯ブラシと水の入ったコップが置かれている。12時55分。給食が終わると、「歯磨きタイム」が始まる。それまでにぎやかに給食を楽しんでいた児童たちが、一斉に教室のテレビに顔を向ける。アニメ映像が校内放送で流れる。

児童たちは「歯磨きソング」に合わせて、シャカシャカと歯ブラシを動かした。通常の歯科健診以外にも、健康な歯を保つことがいかに大事か、さまざまな取り組みを行っている。たとえば毎月8日を「歯の日」として、

高橋校長がこんなことを教えてくれた。「私が5年前に転任してきた驚いたのが、中尾小では、忘れ物をすることが少ないこと。歯磨きを通して、子供と保護者、そして学校の間に密接な関係が築かれているのが、忘れ物の少なさにも表れているのでしょー」

27年前から中尾小学校の児童の歯を見守ってきた江口先生が、最後にこう語る。

「15年ほど前に、昼の「歯磨きタイム」が行われなかった時期があるのですが、そのころは風邪をひく児童が増え、授業中に騒いだり、徘徊したりする子どもが多くなりました。それが「歯磨きタイム」を再開した途端、大声を出して騒ぐ子供もいなくなりました。歯を健康に保つことを意識することは、インフルエンザや風邪の予防だけでなく、精神的にもいい影響を与えているのかもしれないですね」

インフルエンザは 歯磨きで予防できる!

歯磨きで予防できる!

鼻呼吸になる 保湿ができる 喉が強くなる ーだから

てしまったのは友達の前で恥ずかしい思いをしてしまいます。だから低学年の児童も、口をしっかりと閉じて磨いているのです。

それで結果的に口のまわりの「口輪筋」が鍛えられるのでしょー。口がボカんと開くことがなく、ふだんからしっかりと閉じることができるようになります。

口呼吸では、喉の粘膜に直接ウイルスが届いてしまいますが、鼻呼吸をすることで、

歯の健康に関心の高い児童たちの「虫歯予防ポスター」は説得力が!

「口呼吸をしている児童が少なく、鼻呼吸が多いことも中尾小の特徴です。手洗いの場が狭いため、子供たちは教室の席で歯を磨きます。その際に、よだれが垂れ

「15年ほど前に、昼の「歯磨きタイム」が行われなかった時期があるのですが、そのころは風邪をひく児童が増え、授業中に騒いだり、徘徊したりする子どもが多くなりました。それが「歯磨きタイム」を再開した途端、大声を出して騒ぐ子供もいなくなりました。歯を健康に保つことを意識することは、インフルエンザや風邪の予防だけでなく、精神的にもいい影響を与えているのかもしれないですね」

「私が5年前に転任してきた驚いたのが、中尾小では、忘れ物をすることが少ないこと。歯磨きを通して、子供と保護者、そして学校の間に密接な関係が築かれているのが、忘れ物の少なさにも表れているのでしょー」

27年前から中尾小学校の児童の歯を見守ってきた江口先生が、最後にこう語る。

「15年ほど前に、昼の「歯磨きタイム」が行われなかった時期があるのですが、そのころは風邪をひく児童が増え、授業中に騒いだり、徘徊したりする子どもが多くなりました。それが「歯磨きタイム」を再開した途端、大声を出して騒ぐ子供もいなくなりました。歯を健康に保つことを意識することは、インフルエンザや風邪の予防だけでなく、精神的にもいい影響を与えているのかもしれないですね」

高橋校長がこんなことを教えてくれた。「私が5年前に転任してきた驚いたのが、中尾小では、忘れ物をすることが少ないこと。歯磨きを通して、子供と保護者、そして学校の間に密接な関係が築かれているのが、忘れ物の少なさにも表れているのでしょー」

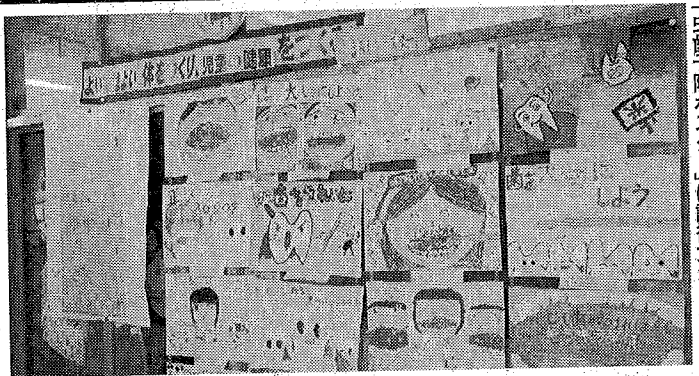
27年前から中尾小学校の児童の歯を見守ってきた江口先生が、最後にこう語る。

「15年ほど前に、昼の「歯磨きタイム」が行われなかった時期があるのですが、そのころは風邪をひく児童が増え、授業中に騒いだり、徘徊したりする子どもが多くなりました。それが「歯磨きタイム」を再開した途端、大声を出して騒ぐ子供もいなくなりました。歯を健康に保つことを意識することは、インフルエンザや風邪の予防だけでなく、精神的にもいい影響を与えているのかもしれないですね」

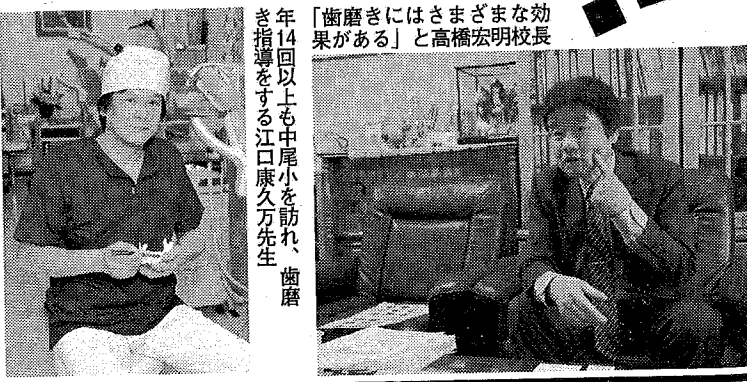
高橋校長がこんなことを教えてくれた。「私が5年前に転任してきた驚いたのが、中尾小では、忘れ物をすることが少ないこと。歯磨きを通して、子供と保護者、そして学校の間に密接な関係が築かれているのが、忘れ物の少なさにも表れているのでしょー」

27年前から中尾小学校の児童の歯を見守ってきた江口先生が、最後にこう語る。

「15年ほど前に、昼の「歯磨きタイム」が行われなかった時期があるのですが、そのころは風邪をひく児童が増え、授業中に騒いだり、徘徊したりする子どもが多くなりました。それが「歯磨きタイム」を再開した途端、大声を出して騒ぐ子供もいなくなりました。歯を健康に保つことを意識することは、インフルエンザや風邪の予防だけでなく、精神的にもいい影響を与えているのかもしれないですね」



全学年で行われる「歯と口に関する授業」や「歯磨き指導」。教材も本格的だ



「歯磨き」にはさまざまな効果がある。高橋校長が説明している。江口康久先生が指導している中尾小を訪れ、歯磨き指導をする江口康久先生