

# 子どもの発達段階等からみた歯・口の健康づくりの重点内容

## 小学校、中学校

時期		重点	内容
小学校	<p>小学校における基本的な生活習慣の確立を図ると同時に、生涯における健康づくりの基礎を培うために積極的に歯・口の健康づくりを活用すべきである。さまざまな機会を通して、計画的かつ組織的に歯・口の健康づくりを展開することを通して、子どもに確かな健康観を育てていく必要がある。</p>	<p>① 歯・口の発育や疾病・異常など、自分の歯や口の健康状態を理解し、自らの健康を保持増進する態度や習慣を身につけることができるようにする。</p> <p>② むし歯や歯肉の病気の予防に必要な歯のみがき方や望ましい食生活などを理解し、歯や口の健康を保つのに必要な態度や習慣を身につける。</p> <p>③ 歯・口の健康づくりから全身の健康づくりへ保健行動を展開できるようにする。</p>	<p>① 自分の歯や口の健康状態の理解            歯・口の健康診断に主体的に参加し、自分の歯・口の健康状態について知り、健康の保持増進に必要な次の事柄を理解し、実践できるようにする。            ア. 歯・口の健康診断とその受け方            イ. 歯・口の病気や異常の有無と程度            ウ. 歯・口の健康診断の後にしなければならないこと            エ. 乳歯から永久歯への交換と体の成長            オ. 第一大臼歯のむし歯予防の方法            カ. 歯の形とその役割</p> <p>② むし歯や歯肉の病気の予防に必要な歯のみがき方や食生活            ア. 歯や口を清潔にする方法について知り、常に清潔に保つことができるようにする。            ・ 歯のみがき方とうがいの仕方            ・ フッ化物配合歯磨剤やフロスについて            イ. むし歯や歯肉の病気の予防、さらに歯の健康に必要な食べ物について知り、歯の健康に適した生活習慣を身に付けることができるようになる。            ・ むし歯や歯肉の病気の原因とその予防            ・ 咀嚼と歯の健康            ・ 歯の健康に必要な食生活            ・ 間食のとり方、選び方</p> <p>③ 歯・口の健康づくりから全身の健康づくりへと行動を広げることができる            ア. 歯みがきが手洗いなどの清潔と関連づけられる。            イ. 健康づくりには努力が必要であることがわかる。</p>
中学校	<p>中学校においても基本的な目標と内容は、小学校で示されたものと大きな違いはないが、永久歯の咬合が完成する時期であると同時にむし歯も歯肉炎も発生しやすい年齢にあることから、さらに実践が重要となる。また、歯の外傷の発生率も高くなる時期なので、歯や口の外傷予防についての理解を深めることができるようにする。</p>	<p>歯や口の健康課題を自ら発見して解決し、生活習慣の改善など毎日の生活に生かすことができる。また歯・口の健康づくりを基礎として、心身の健康づくりへ展開することができるようにする。さらに、スポーツ等による歯・口の外傷についても理解し、予防しようとする態度を育成する。</p>	<p>① 自分の歯や口の健康状態の理解            ア. むし歯や歯肉炎の原因と予防の方法を知る。            イ. 歯列や咬合の状態を理解する。            ウ. 口臭の原因と予防の方法を知る。</p> <p>② むし歯や歯肉の病気等の予防に必要な歯のみがき方や食生活            ア. 効果的な歯みがきの方法とフロスなどの用具を知り、自分に合った方法を工夫できる。            イ. フッ化物配合歯磨剤等の機能を知り、実践に生かすことができる。            ウ. 歯みがきが歯肉炎の改善に役立つことを知り、歯みがきの仕方を改善することができる。            エ. 間食の選択と、とり方の自己管理ができる。            オ. 食生活の改善と自己管理ができる。            カ. マウスガードにより歯・口の外傷予防ができることを知る。</p>

# 子どもの発達段階等からみた歯・口の健康づくりの重点内容

## 高等学校、盲・聾・養護学校

時期		重点	内容
高等学校	<p>高等学校では、卒業後に社会へ巣立つ生徒もあることから、生涯にわたる健康の保持増進という観点からも歯科保健の大切さを理解させ、実践できるようにすることが必要である。重点と内容については、中学校とほぼ同様である。</p>	<p>歯や口の健康課題を自ら発見して解決し、生涯にわたって進んで健康によい生活行動が実践できるようにする。</p>	<p>① 自分の歯や口の健康状態の理解            ア. むし歯や歯肉炎の原因と予防の方法を知る。            イ. 進んで健康相談を受けることができる。</p> <p>② むし歯や歯肉の病気等の予防に必要な歯のみがき方や食生活            ア. 効果的な歯みがきの方法とフロスなどの用具を知り、自分に合った方法を工夫できる。            イ. フッ化物配合歯磨剤等の機能を知り、実践に生かすことができる。            ウ. 歯みがきが歯肉炎の改善に役立つことを知り、毎日の実践に生かすことができる。            エ. 間食の選択と、とり方の自己管理ができる。            オ. 食生活の改善と自己管理ができる。            カ. マウスガードにより歯・口の外傷予防を自己管理できる。</p>
盲・聾・養護学校	<p>盲・聾・養護学校においては、幼・小・中・高等学校の目標に沿いながら、一人ひとりの障害の種類や程度に応じて個別の目標を設定する必要がある。積極的な支援活動を背景として、自立に向けた知識、態度および習慣の育成を図る。</p>	<p>障害のある子ども達の障害の種類や程度と発育・発達段階に即しながら、歯・口の健康づくりの活動を通じて、健康意識や健康によい生活行動の変容を促し、自らの力を最大限に発揮させ、自立に向けた態度や習慣を身につけることができるようにする。</p>	<p>すでに述べた各学校段階の重点や内容等を参考として、一人ひとりの目標や方法及び支援等の内容を作成する。</p>