

○松岡奈保子¹，中村譲治¹，山本未陶^{1,2}，筒井昭仁^{1,2}

(1:NPO 法人ウェルビーイング 2:福岡歯科大学口腔保健学口座)

【目的】

演者らは小学校6年生に歯肉炎をターゲットとした歯科保健教育プログラムを実施し、歯肉炎の減少と歯科保健行動の持続について効果を確認した。^{1,2,3)}

今回教育を行った際に児童に実施した自記式質問紙で「私が気づいたことは」「私が学んだことは」「私に必要だと思ったことは」の3項目に対する回答を分析し、児童の行動変容の過程の背景を検討したので報告する。

【対象および方法】

2005年にM小学6年生2クラス77名を対象にクラス単位で1週間内に1時限の歯肉炎をターゲットとした歯科保健教育を2回行った。その後は特別な教育は行っていない。実際に実施した健康教育プログラムの内容は

1 回目：歯肉についての基礎知識を教え、さらに歯肉炎について学ぶ。その後自分の歯肉を鏡でみてチャートに観察したことを書き込む。この時に歯科医療従事者が個別に指導をした。また歯肉炎を改善するためには適切な歯みがきが必要なことを伝えた。

2 回目：前回の振り返りとして知識の確認を行った上で歯垢染色をとりいれた歯みがき指導を行った。歯みがき指導は以下の要領で実施した。

1. いつものようにみがいてみる 2. 歯垢染色 3. どこが染め出されたか手鏡で観察 4. チャートに記入 5. 自分にあった歯みがきを工夫する 6. 鏡をみて観察しながら磨く

その後今日の学習のまとめとして「私が気づいたことは」「私が学んだことは」「私に必要だと思ったことは」の3項目の自記式質問紙を記入させた。

【結果】

「私が気づいたことは」：染色による視覚的な

体験から導き出された気づきと触覚的な体験から導き出された気づきが記入されていた。さらに体験が引き起こす感情の記述もみられた。

「私が学んだことは」：歯ブラシの動かし方に

ついて学んだという記述だけでなく、知識と統合した学びの記述がみられた。

「私に必要だと思ったことは」：毎日の自分の歯みがき行動の振り返りだけでなく、自分個人にあった歯みがきの習得が必要という記述がみられた。

【考察】

- ・ 体験がベースになった気づきが多かった。
- ・ その体験は感情をともなった強い気づきを喚起していた。
- ・ 染色により歯垢がついていたという気づきだけでなく歯垢はすぐとれたという歯ブラシの効果の確認の気づきも生まれていた。
- ・ 歯肉炎について学んだことで健康を守れるという自信も生まれていた。
- ・ 歯みがきという特に目的のなかった行動が健康を守る保健行動へと変化する可能性が文章に表現されていた。

【まとめ】

小学校高学年の歯肉炎をターゲットとした健康教育後に実施した児童の自記式質問紙を分析することで効果の背景と継続のきっかけが示唆された。

表 ふりかえりシートの記入例

気づいたこと	学んだこと	必要だと思ったこと
視覚的	歯ブラシの動かし方, 他	歯みがきの方法
<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯みがきをした後なのに歯垢が残っていた。 ・ 歯垢は歯ブラシを使ってすぐとれた。 ・ 歯垢をとるための歯みがきの方法がわかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯ブラシを縦にする ・ 小さく動かす ・ すみずみ ・ いろんな方向 ・ かかと、つま先磨き ・ 歯が磨けたかどうか確認の仕方 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 裏まで ・ 歯ぐきの近く ・ すみずみ ・ 小さく動かす ・ 磨き残しがないように
触覚的	知識との統合	毎日の歯みがきのやりかた
歯垢がとれるとつるつるになって気持ちがいい。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯肉炎は防げる。 ・ 病気にならない。 ・ 歯の大切さがわかった。 ・ 歯みがきの大切さがわかった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 時間をふやす ・ 時間をかける ・ ゆっくりみがく ・ 毎日ちゃんと ていねいに
感情表現		確認
「こんなに」「めっちゃ」「びっくりした」「けっこう」「以外と」「苦勞する」		<ul style="list-style-type: none"> ・ 鏡をみる ・ 舌でつるつるを確認する
		個性をふまえて
		<ul style="list-style-type: none"> ・ 個性をふまえて ・ 歯並びに合わせて磨く ・ 自分にあった歯ブラシを使う

参考文献

- 1) 藤好未陶他: 新学習指導要領に対応した新しいスタイルの小学校歯科保健学習の検討-. 口腔衛生会誌, 53:608-610.2003.
- 2) 藤好未陶他: 小学生のブラッシングと心理的要因との関連-ブラッシングに関する行動・知識・意識が歯肉炎や歯垢付着状況に与える影響-. 口腔衛生会誌, 55:3-14.2005.
- 3) 藤好未陶他: 歯肉炎予防・改善教育の効果と教育手法および児童の心理的背景要因との関連性-. 口腔衛生会誌, 55:574-585.2005.

(連絡先) 松岡奈保子 E-mail:rh8n-mtok@asahi-net.or.jp