

# 学校保健委員会 委員会活動でのとくみ特集 (各委員会委員長からの報告)

## 体育委員会

### 歯をくいしばって力を出す！「人運びゲーム」

体育委員会は、「歯をくいしばることで力が出る」ということを楽しみながら実感してもらうために、「人運びゲーム」を企画しました。このゲームは、ロープ付きの段ボールに人を乗せて運び、その速さを競うゲームで、全校児童でたて割り班で行いました。ゲームが始まる前には、先生から「引っ張ることが大変なときは、歯を食いしばるといいよ」と力を出すためのヒントをもらいました。

他のチームに負けないように、力をだすぞ！

歯は運動に関係するんだなあ。



段ボールに乗る人も、歯をくいしばって、落ちないようにしっかりつかまっています。



なかなか大変だ。

口をあけたら、力がぬけちゃった。



歯をくいしばって、しっかりつかまっていますね！

このゲームでは、歯と運動の関係を感しながら、楽しむことができました。なかなか他の学年の人と一緒に遊ぶ機会も少ないので、このゲームで、仲が深まったり、ふだんあまり話さない人と会話するきっかけになったりと、他の学年の人と交流することもできました。

# 美化園芸委員会

美化園芸委員会は、歯も心もきれいになるように、学校の美化に努めています。

## 鏡ふき

歯みがき後にきれいな鏡でにっこりとし、歯も心もきれいになるようにできるように、毎週水曜日の昼休みに水道の鏡の美化活動を行っています。



歯みがきの後に鏡をみて、にっこりしてほしいね。

きれいになるまで、何回もふいています。



きれいな鏡で気持ちがいい！



鏡がとてもきれい！



## 花の世話

寒くなっても忘れずに水やりを行っています。朝、水やりをしていると「おはよう、がんばっているね」などと友だちや先生に声をかけられたことがうれしかったし、がんばるぞと思えました。

## 花さがしゲーム

イベントとして全校生に参加してもらい、他の学年とのふれあいや花の名前を知ること、新しい発見や花に興味を持ってもらえました。



みんなで協力してさがしました。

## 花の紹介カード

昇降口に貼ってあります。みなさんが読んでくれているのを見て、作成した委員会のメンバーもうれしく感じています。



この花の名前知らなかったね。

みんなが、みがかれた鏡で歯を見たり、花だんの花を見たりして、きれいだなと感じてもらえるように、自分たちができる活動をしています。

# 図書委員会

図書委員会では、全校のみなさんに歯の健康について興味を持ってもらえるように、歯に関する本の読み聞かせと、図書室に歯の健康に関する本のコーナーの設置をしました。

## 歯に関する本の読み聞かせ

11月25日の朝の時間に、各学級に行って、歯に関する本の読み聞かせを行いました。全校生のみなさんに聞いてもらうことで、よりたくさんの人に歯の健康について知ってもらうことができよかったです。

『えんまのはいしゃ』  
ほらふきの歯医者とえんま様のゆかいなお話だよ。



『いーはとあーは』  
「あーっ」って言って、歯をみせて。どんな歯かな？



『ぼくたちの大切な歯』  
恐竜の歯や食性から歯の役割をみると・・・



『歯がぬけた』  
ぬけた歯をみんなはどうしてる？この本では・・・

## 歯の健康に関する本のコーナーの設置

歯に関する絵本や読み物を集めて、図書室に特別コーナーを設置しました。いろいろな学年の人に見てもらったり、図書室に来た人が歯のコーナーがあることを他の人に伝えてくれたりして、歯の健康についての知識を広めることができました。

歯の健康に加えて、かぜやインフルエンザの予防などの健康に関するコーナーも設置しています。



骨、歯、生活習慣、睡眠、かぜ、うんち、食中毒・・・など、図書室には、物語やずかんだけではなく、みんなの健康に関する本もたくさんあります。健康にもヒミツはいっぱいです。ぜひ、読んでみてくださいね。

# 放送委員会

歯と口の健康の意識を高めることができるように、お昼の放送で、曜日ごとに様々な呼びかけをしています。

## 歯に関する曲

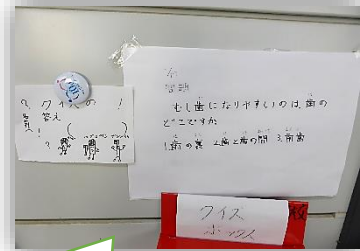
毎週月曜日に、歯みがきに関する曲を流しています。

歯に関する曲を  
14曲も準備したよ。



## 歯に関するクイズ

火曜日のクイズのコーナーに、歯に関するクイズを取り入れています。最初は難しかったのか、応募用紙がなかなか集まりませんでした。そこで、3択クイズにしたところ応募数が増えました。



1階、2階  
両方に掲示しています

当たると  
いいな。



クイズの正解者  
を発表します

こたえは  
これかな～？



正解してる人が  
たくさん！



## 歯と口の健康に関する標語

8月から11月まで、6月に保健室で全学年から募集した「歯と口の健康に関する標語」を3点ずつ放送していました。

## 歯みがきのゆるキャラづくり

歯みがきを身近に感じてもらうために、歯みがきのゆるキャラをつくり、クイズの応募用紙に掲載しています。まだ、見たことがない人はクイズの応募用紙に描いてあるので、ぜひ見てクイズに応募してみてください。



長男  
マイクン（6年生）B型  
・短気  
・歌うことが好き  
・むし歯ゼロ  
・歯みがきの歌  
・しっかりみがいている



次男  
ハブマイクン（3年生）AB型  
・まじめ  
・歯みがきが好き  
・むし歯3本  
・おくまでみがく  
・ときどき歯みがきをさぼる



三男  
ブラシ郎（3才）A型  
・あばれんぼう  
・食べることが好き（メロン、たこ焼き）  
・食べてる時はおとなしい  
・乳歯にゅうし  
・しっかりみがいている

これらのことに取り組んでみて、歯の大切さや、歯みがきの大切さを知ってもらうことができました。これからも、放送委員会はみんなが楽しくなるような放送をするように頑張っていきます。

# 保健給食委員会

## 歯に関する紙しばいの読み聞かせ

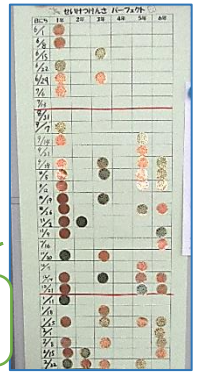
保健給食委員会では、6月の歯と口の健康週間と11月の「いい歯の日」にちなんで、朝の時間に歯に関する紙しばいの読み聞かせをしました。この読み聞かせを通して、全校生にむし歯のこわさを知ってもらうことができ、しっかり歯みがきをしようという意識が高まりました。

みんなに歯みがきしようと思ってもらえるようにしたいね！



## 清潔検査で歯ブラシチェック

以前、清潔検査では、ハンカチ・ティッシュ・つめのチェックをしていましたが、2学期から歯ブラシの項目もいれました。この項目を入れたところ、歯ブラシへの意識も高まり、歯ブラシの毛先が広がってしまったら、自主的に歯ブラシを交換する人が増えました。そして、キレイな歯ブラシで給食の後に歯をみがいてもらうことができました。



パーフェクトの学年も増えてきました！  
めざせ！全校生パーフェクト！

## 歯みがきカレンダーの作成

毎月、その月に合ったイラストをかくて歯みがきカレンダーを作っています。歯みがきカレンダーがあることで、歯みがきをいつもよりも意識してもらえます。自分の反省やうちの人からの一言のスペースもあるので、また来月がんばろうという気持ちにもなってもらえます。

交代でイラストをかいています。



## 生活習慣アンケート

全校生を対象に生活習慣に関するアンケートを実施しました。内容は、睡眠・食事・手洗い・排便・洗顔・歯みがきです。それぞれを集計して、その結果に対するアドバイスや感想を書き、全校生に見てもらうことができました。

寝る前に歯みがきを忘れる人が多いね。



## 歯っピースローガン

歯っピースローガンは11月の「いい歯の日」に全校生が書いた標語で、歯がハッピーになるような標語のことです。これを毎日お昼の放送で、2人ずつ紹介しています。また、昇降口にも掲示しているので、みんなに見てもらうことで、歯の健康を意識してもらうことができました。

今日はだれのスローガンかな？



## 歯みがきフォト

お昼の歯みがきの時間に、各学級の歯みがきをしている様子を撮影しました。撮った写真はベストショットを選び、コメントを書いて保健室前に掲示しています。

みんな歯みがきががんばってるね。

