

令和7年度 第60回 東京都学校歯科保健研究大会

学校と家庭が連携して行う児童生徒の歯・口の健康づくり

■ 2026年2月26日 木 ■ オンラインライブ配信 (YouTube Live) 形式

大会要項

しょくじの
あしは
歯をみがこう



・主催・

公益社団法人 東京都学校歯科医会

第60回東京都学校歯科保健研究大会

目 次

ご 挨拶	3
大会要項	4
大会次第	6
特別講演	7
令和6・7年度 研究発表	11
令和7年度 東京都学校歯科保健功労者表彰受賞者	21
令和7年度 東京都学校歯科医30年勤続会員表彰受賞者	22
令和7年度 東京都学校歯科医会受章者・受賞者	23
令和7年度 団体の活動／研究 ポスター発表	25
令和7年度 学校歯科保健優良校表彰	35
令和7年度 東京都／全日本学校歯科保健優良校表彰	37
令和7年度 東京都学校歯科保健優良校表彰受賞校	38
令和7年度 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール	43
令和7年度 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール入賞者	47
令和7年度 歯・口の健康啓発標語コンクール・東京都学校歯科医会会長賞	53
令和7年度 歯・口の健康啓発標語コンクール 講評	55
令和7年度 歯・口の健康啓発標語コンクール応募者	56
令和7年度 歯の作文 最優秀作文	57
令和7年度 歯の作文 審査報告	59
令和7年度 歯の作文 講評	61
令和7年度 歯の作文 入選者	64
令和7年度 歯の作文 応募者	66
令和7年度 歯の作文 小・中学校最優秀作文・優秀作文	71
大会実行委員（本会役員・委員）名簿	87

〔大会要項表紙掲載作品〕

文京区立第三中学校特別支援学級（3年） 高橋幸志朗さん



ご 挨拶

公益社団法人 東京都学校歯科医会
会 長 鈴 木 あい子

日頃より、皆様におかれましては多大なるご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

この紙面をお借りして御礼申し上げます。

第60回東京都学校歯科保健研究大会を開催するにあたり、主催者を代表しご挨拶申し上げます。コロナ禍では大会そのものが中止に追い込まれたこともありましたが、その後は会場からライブ配信のみで行い、その数年後から来場者も参加可能とさせていただきましたところ、会場での参加者も徐々に増加してきておりまして、今年度も第2会場を借りて、そちらを参加型会場とさせていただいております。

今年度の大会では各種表彰に続き、「令和6. 7年度東京都学校歯科保健推進校（園）助成事業」の港区立青山小学校の研究発表がございます。青山小学校での日々の学校歯科保健活動について詳しくお話をしていただきます。また特別講演として「データでみる歯科疾患の重要性と学校歯科保健」という演題で東京科学大学大学院医歯学総合研究科歯科公衆衛生学分野ウェルビーイング創成センター教授の相田潤先生にご講演いただきます。学校病という観点からみると「う歯」は決して少なくはなっていないこと、健康格差には様々な要因が絡んでいること、むし歯予防にはフッ化物洗口を地域で進めることが効果的であることなどお話いただきます。明日からの学校歯科保健活動に何かヒントになれば幸いです。

今年度の「学校歯科保健優良校」の応募は316校、「歯・口の健康に関する図画ポスターコンクール」の応募数は157作品でした。また、「歯の作文」、「歯・口の健康啓発標語コンクール」はそれぞれ、142、43作品でした。たくさんのご応募誠にありがとうございました。

図画ポスターコンクールには、東京学芸大学名誉教授博士（教育学）の増田金吾先生を審査員長としてお迎えしまして厳選な審査を行いました。図画ポスターとしての伝達力、図画としての美しさ、他の人のまねでない自分らしさを描けているか（アイデア）、というところに視点を当てご講評いただいております。

大会の第2会場に入賞作品を展示しておりますのでご覧いただけましたら幸いです。

また作品は市ヶ谷プロムナードの駅地下展示コーナーにも11月6日より27日まで展示させていただきましたことをご報告いたします。

「歯の作文」「歯・口の健康啓発標語コンクール」は千代田区教育会 国語部長 千代田区立お茶の水小学校・幼稚園の園長でいらっしゃいます伊藤栄司先生にご講評いただきます。

図画ポスターコンクール、歯の作文、歯の標語の入賞者には表彰状と記念品を授与させていただきます。表彰式には子供たちが保護者に付き添われて晴れやかにご来場いただきます。

大勢の方々の前で表彰されることは、人生の良い思い出になると信じております。ぜひここで経験したことを忘れずに大人になっていっていただきたいと思っております。

明日のこの国を担う若者を学校歯科保健活動を通して精一杯応援いたします。

皆様の益々のご理解とご協力をお願いいたします。

最後に、本大会にご協力いただきました関係各位に感謝申し上げますとともに、ご来場またはオンラインライブ配信視聴でご参加いただきます皆様に厚く御礼申し上げます。

第60回

東京都学校歯科保健研究大会要項

1. 主 旨 学校歯科保健をとおして、次代の日本国民の健全な発育発達に寄与することを目的とする。
2. 主 題 学校と家庭が連携して行う児童生徒の歯・口の健康づくり
3. 主 催 公益社団法人 東京都学校歯科医会
4. 後 援 東京都教育委員会 一般財団法人東京都学校保健会
公益社団法人日本学校歯科医会 公益社団法人東京都歯科医師会
公益社団法人東京都歯科衛生士会 公益社団法人東京都栄養士会
一般社団法人東京都PTA協議会
東京都公立中学校PTA協議会
東京都公立高等学校PTA連合会 東京都養護教諭研究会
東京都立高等学校学校保健研究会 東京都学校保健研究会
東京私立初等学校協会
5. 期 日 令和8年2月26日(木) 午後2時 開会
6. 開催形式

会場とオンラインライブ配信 (You Tube Live) のハイブリッド開催 ※視聴用 URL は2月上旬に東京都学校歯科医会 HP (https://www.tasd.or.jp) でご案内します。 (大会終了後、2か月間インターネット動画配信予定)。
--
7. 対 象 者 学校教職員、PTA、児童生徒、教育委員会、歯科衛生士、栄養士、歯科医師等

8. 日 程

14:00 14:30 15:15 15:30 16:30

開会式 ・会長挨拶 表彰式 ・学校歯科保健 優良校入選校 ・東京都学校歯科 保健功労者 ・学校歯科医30年勤続	図画・ポスター、標語 入選者表彰 図画・ポスター コンクール講評 東京学芸大学 名誉教授博士(教育学) 増田 金吾 標語コンクール講評 千代田区教育会 国語部長 千代田区立お茶の水小学校・幼稚園 校園長 伊藤栄司 最優秀作文発表 最優秀作文講評 千代田区教育会 国語部長 千代田区立お茶の水小学校・幼稚園 校園長 伊藤栄司 優秀作文入選者表彰	研究発表 令和6・7年度 東京都学校歯科保健 推進校(園)助成事業 港区立青山小学校	特別講演 「データでみる歯科疾 患の重要性と学校歯科 保健」 東京科学大学大学院 医歯学総合研究科 歯科公衆衛生学分野 ウェルビーイング創成 センター 教授 相田 潤	閉 会
--	---	--	--	--------

9. 表彰 本大会において、令和7年度東京都学校歯科保健優良校受賞校、歯の作文・図画ポスター・標語コンクール最優秀賞受賞児童生徒、学校歯科保健功労者及び30年勤続会員の表彰を行う。

10. 図画・ポスターコンクール講評

東京学芸大学 名誉教授
博士（教育学） 増田 金吾

11. 標語コンクール講評

標語講評 千代田区教育会 国語部長
千代田区立お茶の水小学校・幼稚園 校園長 伊藤 栄司

12. 最優秀作文の発表

(1) 「この歯は家族の優しさでできている」
文京区立湯島小学校 6年 米森あやめ
(2) 「時代を超えて学ぶ、歯の大切さ」
文京区立第一中学校 3年 金澤 ふみ

作文講評 千代田区教育会 国語部長
千代田区立お茶の水小学校・幼稚園 校園長 伊藤 栄司

13. 研究発表 令和6・7年度 東京都学校歯科保健推進校（園）助成事業
港区立青山小学校

14. 特別講演

「データでみる歯科疾患の重要性と学校歯科保健」

東京科学大学大学院医歯学総合研究科歯科公衆衛生学分野
ウェルビーイング創成センター
教授 相田 潤

※会場では、ポスター発表、企業展示等を予定しております。ぜひご来場ください。

会場：TKP ガーデンシティPREMIUM 神保町
〒101-0054 千代田区神田錦町3-22 テラススクエア 3F
TEL:03-3518-8870

【配信会場】 プレミアムボールルーム

【参加型会場】 プレミアムガーデン

大会事務局：〒102-0073 千代田区九段北4-1-20
公益社団法人 東京都学校歯科医会
(電話) 03-3261-1675
(E-mail) tasd@tasd.or.jp
(ホームページ) <https://www.tasd.or.jp>

大会次第

- 14：00 1. 開会の辞 東京都学校歯科医会副会長 山室直子
2. 挨拶 東京都学校歯科医会会長 鈴木あい子
3. 表彰状及び記念品授与
 学校歯科保健優良校表彰
 東京都学校歯科保健功労者表彰
 学校歯科医30年勤続会員表彰
4. 祝辞 東京都教育委員会教育長 坂本雅彦
 東京都学校保健会会長 尾崎治夫
 日本学校歯科医会会長 柘植紳平
 東京都歯科医師会会長 北村晃己
 東京都歯科医師連盟会長 石島弘己
- 14：30～ 5. 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール受賞作品
 表彰及び講評
 講評 東京学芸大学名誉教授 博士（教育学）
 増田金吾
6. 歯・口の健康啓発標語コンクール講評
 講評 千代田区教育会 国語部長
 千代田区立お茶の水小学校・幼稚園
 校園長 伊藤栄司
- 14：50～ 7. 最優秀作文発表・表彰及び講評
 文京区立湯島小学校6年 米森あゆみ
 文京区立第一中学校3年 金澤ふみ
 講評 千代田区教育会 国語部長
 千代田区立お茶の水小学校・幼稚園
 校園長 伊藤栄司
- 15：15～ 8. 研究発表 「令和6・7年度 東京都学校歯科保健
 推進校（園）助成事業」
 港区立青山小学校
- 15：30～ 9. 特別講演 「データでみる歯科疾患の重要性と学校歯科
 保健」
 東京科学大学
 大学院医歯学総合研究科 歯科公衆衛生学分野
 ウェルビーイング創成センター
 教授 相田潤
- 16：30 10. 閉会の辞 東京都学校歯科医会副会長 箭本治

特別講演

「データでみる歯科疾患の重要性と 学校歯科保健」

東京科学大学 大学院医歯学総合研究科 歯科公衆衛生学分野
ウェルビーイング創成センター
教授

あい だ じゅん
相 田 潤



「データでみる歯科疾患の重要性と学校歯科保健」

近年、歯科口腔の健康の重要性に対する認識が高まっている。2019年には権威ある医学誌「Lancet」において初めて口腔保健の特集号が出版され、2021年には世界保健機関（WHO）の第74回世界保健総会で口腔保健に関する歴史的な決議が承認された。

このように歯科口腔の重要性に対する認識が高まった背景には、口腔疾患の有病率の高さ、健康格差の大きさ、ならびに口腔の健康が全身の健康に影響を及ぼすことが明らかになってきたことが挙げられる。実はこれらはどれも日本においても実はあてはまる内容である。

例えば過去と比較して減ったことが強調される子どものう蝕は、実は今でも他の多くの病気に比べると非常に多い疾病で、学校保健統計では近視と同じくらい多い。そしてなによりも近視で通院することは少ないが、う蝕では通院をして治療をすることが多いため、医療費の観点で見ると子どもの歯科疾患は非常に高額になる。14歳以下の国全体の医療費総額で見るとカゼなどの呼吸器系疾患に次いで歯科疾患は高額となっている。

健康格差に関しては、健康寿命と並んで国の健康政策である「健康日本21（第三次）」の目標に設定されるなど、政策的にも注目を集めている。学校保健の分野においては、子どもの貧困率の高さ、特にひとり親家庭における貧困率の高さが、健康格差と密接に関係していると考えられる。

本講演では2024年から開始された国の健康政策である健康日本21（第三次）とあわせてこれらの学問の流れに基づいた政策や公衆衛生の流れを日本の状況とともに解説をしたい。

相田 潤 (あいだじゅん)

経歴

2003年3月 北海道大学歯学部卒業

2004年3月 国立保健医療科学院専門課程修了

2007年3月 北海道大学大学院歯学研究科博士課程修了

2007年4月 東北大学大学院歯学研究科国際歯科保健学分野助教

2010年4月～11年3月

ユニバーシティ・カレッジ・ロンドン客員研究員

2011年11月 東北大学大学院歯学研究科准教授

2012年10月～2019年3月

宮城県保健福祉部参与（歯科医療保健政策担当）兼務

2020年8月～2021年5月

東北大学大学院歯学研究科歯学イノベーションリエゾンセンター地域展開部門
教授（クロスアポイントメント）

2020年8月～2024年9月 東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科健康推進歯学分野教授

2024年10月～ 大学統合により東京科学大学大学院医歯学総合研究科歯科公衆衛生学分野教授
健康格差の社会疫学や口腔と全身の疫学、震災と健康の疫学などの研究を行っている。

研究発表

令和6・7年度

東京都学校歯科保健推進校（園）助成事業

港区立青山小学校

令和6・7年度 東京都学校歯科保健推進校（園）助成事業

歯科保健教育を基に自らの体や健康について自律して考え 行動できる児童の育成

港区立青山小学校 校長 可児亜希子
学校歯科医 林 大悟
養護教諭 上瀧真佐美
河野 未空

1 はじめに

港区立青山小学校は、港区の外苑前駅から徒歩2分の場所に位置しています。港区は都心でありながらも緑が多く、自然豊かな雰囲気を感じられる地域です。今年度開校150周年を迎え、11月1日には記念式典をとり行いました。本校は、1から5年生までが単学級、6年生が2学級、特別支援学級が3学級の、計184名の児童が在籍する学校です。「1 やさしい心をもち、なかよくする子 2 よく考え、すすんで学ぶ子 3 健康で、たくましい子」。を教育目標に捧げて、教育活動を行っています。

2 本校の児童の健康状況

定期健康診断の結果を見ると、令和6年、7年度ともに内科、耳鼻科、眼科で大きな疾患のある児童はいませんでした。一方で生活面の実態を見ると、健康な生活習慣を送っていない児童が、常に一定数いるという現状が見えてきました。

本校では、ゴールデンウイーク、夏休み、冬休み明けの、それぞれ一週間の生活習慣を生活リズムチェックシートに記録する活動を全校で行っています。この活動は、長期休業で乱れがちな生活習慣を戻していくために、取り組ませているものです。その結果を見ると、朝ごはんや歯みがきについては全体の達成率が9割ですが、特に寝る時刻やテレビ・ゲームの時間については、全体の達成率が6割になります。

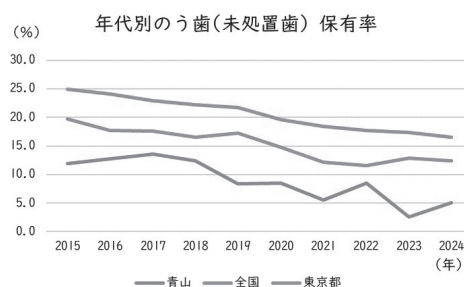
寝る時刻やテレビ・ゲームの時間は、児童自身がこれまでの生活を振り返り、より規則正しい生活となるよう個別に目標を設定しています。そのため、目標の内容は個人や学年によって大きく異なり、寝る時刻では20時を目標にする児童がいる一方で、0時を目標とする児童もいます。また、テレビ・ゲームの時間についても、0分を目標にする児童から180分を目標にする児童まで幅が見られます。

さらに、保健室来室状況からも、夜更かしする児童が多く、起きる時刻や体調不良につながっていることがあります。夜更かしの原因には、遅くまでの習い事や長時間のゲームの使用が多いことが挙げられます。また、遅刻する児童も各学年複数名いる状況です。

3 本校の歯の健康状況

う歯保有率は2015年以降、一貫して全国と東京都の割合を下回っています。また、今年度は昨年度より、う歯保有率が更に低下しました。一方で処置歯の保有率は全国や東京都を上回る状況です。

健康診断実施後の治療勧告を配布すると、早期に受診する家庭が多く、特に治療が長くなりがちな歯科において、長期休暇を活用して受診する家庭が多く見られます。こうした保護者の高い健康意識が、「う歯保有率の低さ」と「処置歯保有率の高さ」に繋がっていると考えられます。しかし、処置歯が多いということは、過去にむし歯を経験しているということの意味するため、そもそものむし歯の発生を防ぐということが課題といえます。



4 年間活動計画

	令和6年	令和7年
6月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯科講話 ・ 保健委員会による歯の健康集会 ・ 学校歯科医の特別保健だより ・ 図書授業での歯科読書 ・ 歯の健康と給食 ・ 保健指導 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯科講話 ・ 保健委員会による歯の健康集会 ・ 学校歯科医の特別保健だより ・ 図書授業での歯科読書 ・ 歯の健康と給食
9月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯と口に関する標語、図画・ポスターへの参加 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯と口に関する標語への参加
11月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学校歯科医の特別保健だより ・ 学校保健委員会 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯の健康と給食 ・ アーチェリー選手による講演会
2月	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯科授業 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯科授業
長期休業明け	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活リズムチェックカード 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 生活リズムチェックカード

5 歯科保健活動の実践

(1) 歯科講話

今年度も、全校児童を対象に歯科講話を実施しました。歯科健康診断の前後に行うことにより、定期的な受診の大切さや健康診断を受けて速やかに治療につなげることの重要性に気付けるようにすること、そして児童が歯の健康について興味関心を高められるようにしました。

講話内容は、「お口のトラブル」として、「むし歯」と「歯のけが」を取り上げました。講話では、歯のけがの発生原因、応急手当について、歯を守るために日頃からできることという内容でした。また、歯だけでなく全身の健康につながる救急処置についても触れたため、児童の健康意識をより高める機会にもなりました。



(2) 保健体育委員会の児童による歯科発表

歯科健康診断の実施後、全校児童を対象に、保健体育委員会の児童による「歯みがきパーク」の劇を行いました。劇では、まず歯科健康診断結果をもとに、青山小学校の歯と口の健康の現状についてわかりやすく伝えました。そのうえで、みがき残しが多い部分や正しい歯みがきの仕方について、スライドや大きな歯ブラシを用いて実演しながら説明しました。

劇の中では全校児童へ問いかける場面もあり、児童は熱心に発表に耳を傾けていました。また、劇を演じた保健体育委員会の児童も、歯やそ



の健康について分かりやすく伝えようとする姿が見られました。

(3) 特別号歯科保健だより

普段の保健だよりとは別に、特別号として「歯科保健だより」を発行しました。表面では、歯科講話や保健体育委員会による歯科発表など、本校で行った歯科保健に関する活動を紹介しました。裏面には、林先生にご執筆いただいた「大切な歯を守ろう！—学校生活での歯の外傷・けが・予防—」を掲載し、歯の健康を守るための大切なポイントを写真やイラストを用いて、児童と保護者に分かりやすくまとめました。完成した特別号の保健だよりは、ホームページにアップロードしご家庭へも配付しました。学校での取組を共有するとともに、家庭でも歯の健康について考える機会となるよう工夫しました。



(4) 図書の時間による読み聞かせ

1・2年生の図書の時間を活用した取組です。1年生には「どうしてむし歯になるの」、2年生には「むしばミュータンスのぼうけん」を読み聞かせました。実際のむし歯の写真を見て、驚いた様子を見せる児童や、「お菓子の食べ過ぎに気を付けよう。」「テレビを見ながらだらだら食べるのは、ダメだったのか。」とつぶやく児童もおり、絵本を通して楽しみながら、食事のとり方や歯みがきなどのむし歯予防への意識を高めることができています。



(5) 歯科図書の充実

学校図書館に、歯や健康に関する特設コーナーを設置しました。意識の高まりに応じて自ら学び、情報を集められるように、歯の健康に関する絵本だけでなく、体の健康について学べる絵本をそろえています。特設コーナーは6月4日から10日までの「歯と口の健康週間」のある6月に設置しました。雨天や暑さのため外で遊べない児童も訪れ、教育的効果の高かった取組の一つと言えます。



(6) カムカム給食

栄養指導員が、「よく噛んで食べること」を意識した献立を作成し、イカやゴボウなど咀嚼回数が多い歯に良い食材を多く使用した給食を取り入れました。令和7年6月4日の給食では、放送委員会が献

立の紹介とともに、「噛むことの大切さ」について全校に向けて放送しました。

放送中、児童はしっかりと耳を傾ける様子が見られました。また、本校は校内の調理室で給食を調理しており、普段からの給食の残食はほとんどなく、好き嫌いせずに食事する姿が見られます。今回の取組も、食への関心や健康意識を高めるよい機会となりました。

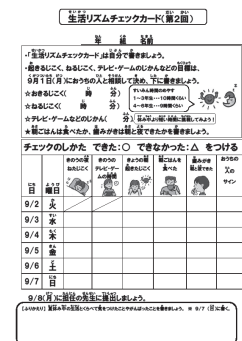
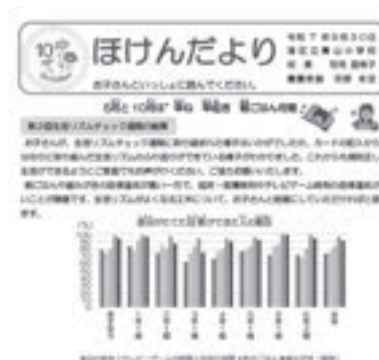


(7) 生活リズムチェックカード

本校では、ゴールデンウィーク、夏休み、冬休み明けのそれぞれ一週間の生活習慣を生活リズムチェックシートに記録する活動を行っています。この活動は、長期休業で乱れがちな生活習慣を戻していくために、取り組ませているものです。

チェック項目は、◎寝た時刻◎テレビ・ゲームの時間◎起きた時刻◎朝食の喫食◎朝と夜の歯みがきの実施状況の5項目です。歯

みがきに関する項目は、令和6年9月から新たに追加しました。実施後は結果を集計し、担任へ報告しています。また、結果や課題となった項目を保健だよりで保護者へお知らせします。学校とご家庭が協力して生活習慣の改善につなげられるよう取り組んでいます。



(8) 歯科保健指導

令和6年度には、低・中・高学年ごとに歯科の保健指導を実施しました。どの学年にも共通して、歯の健康を守るためには、「よく噛んで唾液を出すこと」が大切であるとともに、「歯の健康を守ることが全身の健康づくりにつながることを」指導しました。例えば、高学年ならば「歯の病気を起こす菌から、他の病気を引き起こす」ということまで発展させました。



(9) 歯科標語、ポスター

保健委員会の児童が、麻布赤坂歯科医師会へ歯の標語とポスターを応募しました。入賞した作品については、港区の表彰式に参加する機会をいただき、児童にとって大きな励みとなりました。このことは健康意



識の向上だけでなく、自己肯定感にもつながっています。

入賞作品や応募した児童の作品は、保健だよりや保健室前に掲示しました。友達の頑張りを知ること
で、他の児童にも歯や健康への関心が広がるよい機会となりました。

(10) 歯科掲示物

こちらは6・7月の保健室前の掲示の内容です。児童が歯への意識や興味を高めるために、歯の形を見てどの動物のものか当てるクイズ形式の内容も取り入れました。保健室前を通った児童が考えたり、友達と話したりしながら答えを予想する姿が見られました。



(11) 学校歯科医による授業

毎年2月に、6年生を対象として学校歯科医による特別授業を実施しています。これは、歯に関する知識を深めることに加え、むし歯の治療には歯科医師だけでなく、歯科衛生士や歯科技工士など多くの専門職が関わっていることを知り、「一つの仕事には様々な人が関わっている」ということにも気づいてほしいというキャリア教育の側面もあります。林先生のご厚意によって続けられている取組です。



授業の前半では、歯の本数やむし歯ができるしくみなど、基礎的な内容についてお話いただきました。後半では、顎模型の型取りの実演やデジタル機材を使用した歯科の治療方法の説明など、より実践的な学習を行いました。学校歯科医から直接学べる機会が得られたことは、他校にはない特色ある取組といえます。

(12) アーチェリー選手による講演会

令和7年11月10日（月）、2020東京オリンピックに出場された、アーチェリー選手の武藤弘樹選手による講演会を実施しました。講演の中で、武藤選手の活躍の背景には、毎日の生活習慣の積み重ねがあることを教えていただきました。歯みがきをすること、好き嫌いせず食事をするなど、日々の小さな習慣が健康な体をつくることにつながっていることを学びました。

また、実際にアーチェリーされる姿を見させていただきました。こちらが映像になります。講演会を通して、子供たちからは「何かに挑戦してみよう。」「もっと頑張ろう。」「好き嫌いなく、たくさん食べよう。」という健康な体づくりを意識する感想が得られました。



6 成果と課題

【成果】

○健康全般への興味や意欲が向上したことについて

普段は学ぶ機会が少ない専門家から直接授業を受けることができたことで、児童にとって貴重な経験となり、歯科だけでなく健康全般への興味や意欲の向上につながりました。

アーチェリー選手や学校歯科医の講話後アンケートを集計した結果、「好き嫌いせずに食事をしよう。」「毎日、歯をみがこう。」など、歯の健康を意識するようになった児童は、回答の9割以上を占めていました。児童からは、「お菓子も食べないようにしたが、特にチョコレートを食べないようにした。」「嫌いなものでも少しは食べるようにした。」「前よりも歯を丁寧にみがくようになった。」などといった、意識や行動の変化が具体的に見られました。

また、「好き嫌いせずによく噛んで食事をする」「歯を丁寧にみがく」などの歯の健康に関する行動だけでなく、「早寝早起きをする」「運動をする」など、体の健康を意識した行動を心がけている児童の割合も、回答の9割に達していました。

○学校歯科医との関りが深まり、専門的な活動が実施できたことについて

学校歯科医との関わりが深まり、歯科標語やポスターへの参加やアーチェリー選手による講演会など様々な活動を実施できました。今後も学校歯科医との連携を更に密にし、新たな体の健康に関する取組を進め、児童が健康についてより深く理解し、身に付けられるよう努めていきたいと考えています。

【課題】

○家庭との連携について

健康に関する行動の多くは家庭で実践されるものです。児童が学んだ内容を継続して行動に移すためには、家庭の協力が不可欠です。

まず、これまでは保健だよりや講演会などを通して保護者と情報共有に取り組んできました。しかし、今後は「健康な生活」に焦点を当て、年間を通して計画的に保健だよりを作成し、家庭との連携を強化していく必要があります。また、本校は年に1回、11月に内科・耳鼻科・眼科の学校医、学校歯科医、学校薬剤師、及び保護者、教職員が参加する学校保健委員会を開催しています。本校の児童の健康面の特徴や課題について話し合ったり、学校医、学校歯科医や学校薬剤師からの健康に関する専門的なお話を伺ったりできる、有意義な会なのですが、保護者の参加は十分とはいえない状況です。

今後は、保健だよりと同様に「健康な生活」をテーマとして開催し、保護者の出席しやすい日時や興味を高めるような資料や内容を工夫することで、出席率の向上を図り、家庭との連携を強化していく必要があります。

令和7年度 表彰

東京都学校歯科保健功労者

東京都学校歯科医30年勤続会員

その他受章者・受賞者

令和7年度 東京都学校歯科保健功労者表彰受賞者

(順不同・敬称略)

中野 友美子	東京都立第四商業高等学校 主任養護教諭
笹 渕 真 子	前 東京都立城南特別支援学校 主幹養護教諭 現 東京都立光明学園 副校長
芦 田 慶 子	豊島区健康部健康推進課管理事業グループ主査

令和7年度 東京都学校歯科医30年勤続会員表彰受賞者

12名（順不同・敬称略）

氏名	地区	氏名	地区
竹村 真	中野	金森 泰	府中
荒川 仁	大森	杉田 廣己	府中
土屋 昭夫	板橋	大谷 哲也	昭島
小澤 庄二	西多摩	細野 好春	昭島
高野 好正	八王子	松田 武彦	昭島
渡辺 正幸	八王子	長谷川 泰	狛江

令和7年度 公益社団法人東京都学校歯科医会 受章者・受賞者

(順不同・敬称略)

◎ 叙 勲

井上恵司(北)	旭日小授章(秋)
赤田留吉(町田)	瑞宝双光章(春)
遠藤憲史(向島)	瑞宝双光章(春)
高木洋子(足立)	瑞宝双光章(春)
榎本義男(武蔵村山)	瑞宝双光章(秋)

◎ 文部科学大臣表彰

今年度該当なし

◎ 厚生労働大臣表彰

小笠原浩一(葛飾)

◎ 東京都功労者表彰(都知事表彰)

湯澤伸好(本所)	佐藤和義(足立)
林健博(豊島)	横井伸洋(荒川)
鈴木博(板橋)	伊東祐太郎(立川)

◎ 東京都教育委員会表彰

高田敬一(向島)	湊耕一(足立)
四方田哲(江東)	岩立雅子(葛飾)
萩原彰(江戸川)	鎌田未幾(渋谷)
辛島清史(荏原)	呉橋美紀(大森)
荒木信清(世田谷)	小森幸道(世田谷)
井上恵司(北)	伊勢哲哉(板橋)
南誠二(練馬)	武藤裕次(西多摩)
滝沢伸行(昭島)	山本泰伸(昭島)
田中康雅(小金井)	

令和7年度 団体の活動／研究 ポスター発表

1. 東京都立第四商業高等学校

演者氏名：主任養護教諭 中野 友美子

演 題：全日本学校歯科保健優良校

心と体の健全育成を目指した歯科保健活動

～組織活動の活性化により行動変容を働きかける～

2. 檜原村立檜原小学校

演者氏名：校長 下川 耕史

演 題：全日本学校歯科保健優良校

3. 荒川区立汐入こども園

演者氏名：看護師 大熊 トシ子

演 題：全日本学校歯科保健優良校

学校歯科医と連携した口腔健康教育

4. 町田市立真光寺中学校

演者氏名：校長 藤井 朱世 養護教諭 斉藤 静栄

演 題：全日本学校歯科保健優良校

5. 公益社団法人大田区大森歯科医師会 学校園保健委員会

演者氏名：関根 陽平

演 題：女子プロバスケットボールチームと学校歯科医との取り組み

6. 東京都町田市学校歯科医会

演者氏名：小川 冬樹

演 題：新型コロナウイルス感染症（COVID-19）蔓延前後での

歯周疾患判定状況について ―学校歯科健康診断結果より―

7. 公益社団法人東京都学校歯科医会 学術研究委員会

演者氏名：田仲 真理¹⁾、小川 伸子¹⁾、西村 滋美¹⁾、児玉 健¹⁾、
浜野 美幸¹⁾、平野 光恵¹⁾、久保 雅幸¹⁾、小森 幸道¹⁾、
向井 美織¹⁾、澤田 章司¹⁾、金田 和彦¹⁾、嘉部 暁¹⁾、
柘植 琢磨¹⁾、山室 直子¹⁾、鈴木 博¹⁾、鈴木 あい子¹⁾、
弘中 祥司²⁾

¹⁾ (公益社団法人) 東京都学校歯科医会

²⁾ 昭和医科大学歯学部口腔衛生学講座教授

演 題：配慮が必要な幼児・児童・生徒への学校（園）歯科保健活動

―児童生徒等の特徴とそれに即した工夫の試み―

全日本学校歯科保健優良校
心と体の健全育成を目指した歯科保健活動
～組織活動の活性化により行動変容を働きかける～

東京都立第四商業高等学校
主任養護教諭 中野友美子

学校歯科医と養護教諭が連携し、健康診断での情報掲示やブラッシング指導と健診後、結果を個票で返却し、早期受診推奨を行った。学校歯科医による安全講習会、歯科衛生士による歯科保健講話、歯と口の健康週間、文化祭における保健委員会活動、ポスターコンクール、新聞切り抜きコンクールへの応募など、年間を通じて歯科保健活動を行った。歯と口の健康を意識する機会を多く設けることで、生徒の行動変容を後押しした。全科一括した治療推奨の報告書を各科ごとの様式に変更し、繰り返し受診を呼びかけたことで、歯科医院に治療に行き、報告書が戻る割合が増加した。令和6年度と令和7年度で比較すると、DF歯数が高校1年時で2.57、その後高校2年時に2.11と改善が見られた。また、ハブラシリサイクル活動や保育体験における食育活動など企業や地域等と連携した歯科保健活動を行った。健康づくりと社会貢献やSDGsを結び付けて考える契機となり、生徒の組織活動が活性化された。高校段階は進路選択や生活習慣が大きく変化する時期であり、自己の健康を見直し、生活習慣を確立していくことが必要である。引き続き、歯科保健活動を継続・推進していきたい。

全日本学校歯科保健優良校

檜原村立檜原小学校

校長 下川耕史

本校の特色である歯科保健活動として、村の訪問歯科衛生士との綿密な連携と、強力なバックアップ体制による専門的な歯科指導が挙げられる。6月には1学年1時間、歯科衛生士による歯科指導を実施し、秋には経過観察として歯科衛生士による口腔チェックを行っている。さらに、昨年度から月2～4回のペースで歯科衛生士による給食後のブラッシング指導を実施し、ブラッシングスキルの定着を目指している。また、昨年度は学校歯科医の考案により、東京都学校歯科医会の講師を招き、歯科講演会を行い、児童の歯科衛生への関心を高めた。

本校では、全児童・全職員が食堂で給食を喫食し、そこで給食後の歯みがきを行っている。その特色を活かし、食堂にて保健委員会の歯みがきに関する発表をしたり、児童をモデルにした「歯みがき戦隊」のポスターを掲示することで、小人数であるからこそ児童同士の教え合いを大切にしてきた。

専門性の高い訪問歯科衛生士や学校歯科医による直接指導と児童同士の伝え合いに力を入れて活動している。

全日本学校歯科保健優良校 学校歯科医と連携した口腔健康教育

荒川区立汐入こども園
看護師 大熊トシ子

本園では、平成20年の開園当初から、学校歯科医の三浦みつ子先生のご指導のもと、口腔衛生教育に取り組んでいます。3歳児・4歳児クラスでは、年に1回歯みがき指導を行い、紙芝居やエプロンシアターによる講話や、実際に歯ブラシをもつての歯みがき指導により、歯みがきの大切さや、よりよい歯のみがき方について学んでいます。5歳児クラスでは、三浦先生による歯みがき指導を年に2～3回行うほか、サンスター財団から歯科衛生士を招いての歯みがき指導も行っており、口腔衛生についての学びを深めています。

5歳児は、6月のむし歯予防デーに合わせて、よい歯のポスター制作も行っています。手鏡で自分の歯を見ながら、画用紙いっぱい描かれた作品は、区のコンクールで多数の入賞をいただいています。

園児のう蝕率は現在も年々減少しており、長年の取組が、家庭のむし歯予防に対する意識を高めていることも大きな成果です。

全日本学校歯科保健優良校

町田市立真光寺中学校

校長 藤井朱世、養護教諭 斉藤静栄

本校の歯科保健活動は、学校歯科医に協力を得ながら行っている。生徒は、家庭で歯・口の観察（歯垢染色剤使用）、口を大きく開けて痛くないか、皮膚がアルコールに触れて大丈夫かをチェックし健康診断にのぞんでいる。

健診の部屋は、本人以外に生徒が一人待機しているが、離れており安心して健診を受け学校歯科医にアドバイスをもらえる。2度目の歯・口の観察は、夏休み期間で、保護者からの励ましも書いてもらう。冬休み期間は、生徒保健委員会が、隣の鶴川第四小学校と「歯みがきキャンペーン」と銘打って同じ時期に、口・歯の健康を学び、口・歯の健康観察を家庭で行う。キャンペーンのクラス掲示用のポスター、プリントの作成は中学生が作り、小学生が作成した動画を全員で見て意識を高めた。生徒保健委員会は、ポスター作成や作成した標語を、健康かるたとして掲示する。お昼の校内放送で歯や口の健康の話やクイズなどを行う。生徒会朝礼では、保健委員長が災害時における口腔の健康について話し、昼休みに保健室で希望者に「歯みがきティッシュ体験」を行った。また、「歯みがきが上手になりたい。」と昼休みに保健室で歯みがきを続けた生徒は効果が目に見え続けることの大切さを実感し、歯肉が引き締まり素敵な口元になったことで自信がつきマスクを外している。毎日のブラッシングが、心身ともに効果が上がる良い機会になる。思春期に自己の健康を考え生活を築いていくポイントとして引き続き歯科保健活動を継続していきたい。

女子プロバスケットボールチームと学校歯科医との取り組み

公益社団法人大田区大森歯科医師会学校園保健委員会

関根陽平

地域プロスポーツチームと学校歯科医が連携し、児童生徒の口腔健康の向上とスポーツ外傷予防を目的に実施した取り組みについて報告する。学校現場では、むし歯・歯肉炎に加え、咬合機能の不全や口呼吸など、運動能力に影響を及ぼす口腔課題が増加している。一方、プロ選手は競技特性に応じた歯科管理やマウスガード作製が必須であり、その知見は学校保健にも応用可能である。今回、女子プロバスケットボールチームと協働し、①口腔習癖指導と姿勢の指導、②スポーツ歯科の視点を加えた体育実習を実施した。その結果、児童生徒の口腔への関心向上や保護者の理解促進が認められた。プロアスリートの実例を通じ、口腔の重要性を分かりやすく伝えられた点は大きな成果であった。本報告が、学校歯科保健と地域スポーツとの新たな連携モデル構築の一助となれば幸いである。

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）蔓延前後での 歯周疾患判定状況について - 学校歯科健康診断結果より -

東京都町田市学校歯科医会

小川冬樹

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）蔓延前後（2019年～2024年）6年間に行なわれた町田市市立小学校40校、中学校20校の児童生徒を対象とした歯周疾患判定状況について報告を致します。

小学校で歯肉の状態2に判定された児童数は2019年で最も多く見られ、それ以降各年で大きな増減は認められませんでした。中学校で歯肉の状態2に判定された生徒数は、各年で値が有意に異なり、特に2021年（緊急事態宣言3回発出）で有意に増加し、全期間ともに有意に男子の判定者数が、女子生徒より多く認められました。

この結果はCOVID-19蔓延時、感染予防の為に長時間マスクを使用した事が大きな要因であろう。無意識に口が開き口呼吸になると口腔内が乾燥状態になり、唾液分泌量減少の結果口腔内細菌叢に変化を生じた結果と推測される。中学生特に男子生徒への口腔衛生指導、学校歯科健診後の歯科医院受診を徹底すること、また将来パンデミックが再び起きたとき、口腔衛生環境の悪化から歯周疾患が進行する事を周知徹底することが肝要である。

配慮が必要な幼児・児童・生徒への学校（園）歯科保健活動 －児童生徒等の特徴とそれに即した工夫の試み－

公益社団法人東京都学校歯科医会 学術研究委員会

田仲眞理¹⁾、小川仲子¹⁾、西村滋美¹⁾、児玉 健¹⁾、浜野美幸¹⁾、平野光恵¹⁾、
久保雅幸¹⁾、小森幸道¹⁾、向井美織¹⁾、澤田章司¹⁾、金田和彦¹⁾、嘉部 暁¹⁾、
柘植琢磨¹⁾、山室直子¹⁾、鈴木 博¹⁾、鈴木あい子¹⁾、弘中祥司²⁾

¹⁾ (公益社団法人) 東京都学校歯科医会

²⁾ 昭和医科大学歯学部口腔衛生学講座教授

東京都学校歯科医会会員を対象に「配慮が必要な児童生徒等への学校歯科保健活動」のアンケート調査を行い、配慮するポイントを整理し会員への情報提供の一助とした。その結果、配慮が必要な児童生徒等には、従前より認識されてきた心身障害、肢体不自由、心身虚弱に加え、発達障害、情緒障害が認められた。発達障害については近年増加傾向であること、諸外国に比べ医療的ケア児が多い本邦の医療制度の充実に伴う特徴、並びに多様なルーツを有する子どもが在籍し、言語や文化面においても配慮が求められる状況等を把握することができた。今回、明らかとなったポイントと、児童生徒等の特性から必要な配慮を整理した結果、共通して応用できることが視覚的支援の有効活用であった。そこで、言葉による意思疎通のみに頼らず学校歯科健康診断と学校歯科保健活動を円滑に行うことを目的として、補助的に使用できる絵カードも作成した。その使用方法と併せ報告する。

令和7年度 学校歯科保健優良校表彰

東京都学校歯科保健優良校表彰

全日本学校歯科保健優良校表彰

令和7年度 東京都学校歯科保健優良校表彰

優秀賞受賞校・園一覧

部門	学 校 名
幼稚園	荒川区立 汐入こども園
小学校	足立区立 栗原北小学校
小学校	檜原村立 檜原小学校
中学校	町田市立 真光寺中学校
高等学校	東京都立 第四商業高等学校
特別支援学校	板橋区立 天津わかしお学校

※活動報告内容等の優れた上位6校（園）を東京都代表として、全日本学校保健優良校表彰へ推薦いたしました。

令和7年度 全日本学校歯科保健優良校表彰

推薦校・園（東京都）一覧

部門	学 校 名
幼稚園	荒川区立 汐入こども園
小学校	足立区立 栗原北小学校
小学校	檜原村立 檜原小学校
中学校	町田市立 真光寺中学校
高等学校	東京都立 第四商業高等学校
特別支援学校	板橋区立 天津わかしお学校

令和7年度 東京都学校歯科保健優良校表彰受賞校

東京都学校歯科保健優良校表彰受賞校・園(316校)

○印 東京都学校歯科保健優良校表彰優秀賞受賞校・園(6校)

◎印 全日本学校歯科保健優良校表彰推薦校・園(東京都)(6校)

<小 学 校>

<p>千代田 (3) 和泉小学校 お茶の水小学校 富士見小学校</p> <p>中央 (5) 京橋築地小学校 明正小学校 常盤小学校 阪本小学校 明石小学校</p> <p>港 (8) 高輪台小学校 御田小学校 青山小学校 南山小学校 白金小学校 御成門小学校 赤羽小学校 港南小学校</p> <p>新宿 (2) 淀橋第四小学校 戸塚第三小学校</p> <p>文京 (4) 関口台町小学校 駒本小学校 湯島小学校 窪町小学校</p> <p>台東 (4) 千束小学校 金曾木小学校 田原小学校 忍岡小学校</p> <p>墨田 (1) 菊川小学校</p>	<p>江東 (15) 水神小学校 第四大島小学校 南砂小学校 豊洲小学校 川南小学校 枝川小学校 豊洲北小学校 第一大島小学校 毛利小学校 辰巳小学校 東陽小学校 有明西学園前期課程 南陽小学校 北砂小学校 第七砂町小学校</p> <p>品川 (9) 鮫浜小学校 芳水小学校 京陽小学校 第三日野小学校 荏原平塚学園 八潮学園 台場小学校 中延小学校 三木小学校</p> <p>目黒 (6) 中根小学校 緑ヶ丘小学校 原町小学校 駒場小学校 東山小学校 大岡山小学校</p> <p>大田 (10) 入新井第一小学校</p>	<p>洗足池小学校 清水窪小学校 矢口小学校 池上第二小学校 赤松小学校 馬込第三小学校 千鳥小学校 大森第三小学校 羽田小学校</p> <p>世田谷 (7) 山崎小学校 代沢小学校 世田谷小学校 二子玉川小学校 砧小学校 用賀小学校 玉堤小学校</p> <p>渋谷 (3) 猿楽小学校 渋谷本町学園小学校 常盤松小学校</p> <p>中野 (1) 平和の森小学校</p> <p>杉並 (3) 三谷小学校 方南小学校 杉並第三小学校</p> <p>豊島 (9) 池袋第一小学校 巢鴨小学校 池袋小学校 池袋第三小学校 高南小学校 池袋本町小学校 仰高小学校</p>	<p>椎名町小学校 清和小学校</p> <p>北 (4) 谷端小学校 王子第三小学校 東十条小学校 滝野川小学校</p> <p>荒川 (9) 第七峡田小学校 瑞光小学校 汐入小学校 第六瑞光小学校 第二峡田小学校 第三峡田小学校 第九峡田小学校 尾久西小学校 第六日暮里小学校</p> <p>板橋 (6) 緑小学校 富士見台小学校 高島第三小学校 高島第一小学校 上板橋第二小学校 板橋第七小学校</p> <p>練馬 (14) 大泉第一小学校 旭丘小学校 光和小学校 田柄小学校 大泉第六小学校 小竹小学校 谷原小学校 北町西小学校 練馬第三小学校 光が丘秋の陽小学校</p>
--	---	---	--

<p>豊玉小学校 大泉学園桜小学校 豊玉東小学校 南町小学校 足立（8） 花畑西小学校 弘道小学校 千寿第八小学校 花畑第一小学校 宮城小学校 弥生小学校 千寿常東小学校 ◎◎栗原北小学校 葛飾（3） 東綾瀬小学校 北野小学校 こすげ小学校 江戸川（9） 南小岩小学校 北小岩小学校 第三葛西小学校 大杉東小学校 鎌田小学校 瑞江小学校 鹿本小学校 第三松江小学校 西小松川小学校 八王子（7） 館小学校 由井第一小学校 たがの杜小中学校 横山第二小学校 恩方第二小学校 清水小学校 長沼小学校 立川（2） 第六小学校</p>	<p>第一小学校 武蔵野（2） 第四小学校 千川小学校 三鷹（1） 三鷹市立第六小学校 青梅（1） 河辺小学校 府中（11） 府中第三小学校 小柳小学校 府中第四小学校 武蔵台小学校 白糸台小学校 府中第一小学校 若松小学校 住吉小学校 本宿小学校 府中第二小学校 府中第九小学校 昭島（4） 拝島第二小学校 光華小学校 拝島第三小学校 共成小学校 調布（2） 滝坂小学校 八雲台小学校 町田（7） 南第四小学校 町田第三小学校 小山田小学校 鶴川第二小学校 金井小学校 成瀬小学校 南第一小学校</p>	<p>小金井（1） 小金井第三小学校 小平（1） 上宿小学校 日野（2） 日野第一小学校 平山小学校 東村山（4） 富士見小学校 青葉小学校 南台小学校 萩山小学校 国分寺（1） 第二小学校 福生（3） 福生第四小学校 福生第五小学校 福生第三小学校 狛江（2） 狛江第六小学校 和泉小学校 東大和（3） 第三小学校 第九小学校 第二小学校 清瀬（1） 清瀬第七小学校 東久留米（4） 本村小学校 第五小学校 南町小学校 小山小学校 武蔵村山（2） 第四小学校 第一小学校 多摩（16） 聖ヶ丘小学校</p>	<p>貝取小学校 南鶴牧小学校 多摩第一小学校 多摩第二小学校 連光寺小学校 北諏訪小学校 東寺方小学校 西落合小学校 大松台小学校 諏訪小学校 永山小学校 瓜生小学校 豊ヶ丘小学校 愛和小学校 東落合小学校 あきる野（1） 東秋留小学校 西東京（3） 中原小学校 東伏見小学校 保谷第一小学校 瑞穂（1） 瑞穂第二小学校 檜原（1） ◎◎檜原小学校 大島（2） つつじ小学校 さくら小学校 御蔵島（1） 御蔵島小学校 八丈（1） 三根小学校 小笠原（1） 母島小中学校</p>
--	---	--	---

<中 学 校>

<p>千代田（1） 麴町中学校</p> <p>港（1） 青山中学校</p> <p>新宿（1） 西新宿中学校</p> <p>文京（2） 第九中学校 茗台中学校</p> <p>台東（1） 上野中学校</p> <p>江東（1） 深川第二中学校</p> <p>品川（2） 荏原平塚学園後期課程 八潮学園</p> <p>大田（4） 雪谷中学校 志茂田中学校 大森第十中学校 大森第二中学校</p>	<p>渋谷（1） 渋谷本町学園中学校</p> <p>杉並（1） 東原中学校</p> <p>豊島（3） 西巢鴨中学校 巢鴨北中学校 明豊中学校</p> <p>荒川（2） 第三中学校 第七中学校</p> <p>板橋（1） 板橋第一中学校</p> <p>練馬（3） 大泉第二中学校 上石神中学校 大泉西中学校</p> <p>足立（4） 鹿浜菜の花中学校 青井中学校 第十中学校 扇中学校</p>	<p>葛飾（2） 中川中学校 常盤中学校</p> <p>江戸川（3） 小岩第五中学校 葛西第二中学校 南葛西第二中学校</p> <p>八王子（1） 南大沢中学校</p> <p>青梅（2） 霞台中学校 第六中学校</p> <p>町田（2） 小山田中学校 ◎◎真光寺中学校</p> <p>日野（1） 平山中学校</p> <p>武蔵村山（1） 第三中学校</p> <p>多摩（9） 多摩永山中学校 多摩中学校</p>	<p>東愛宕中学校 和田中学校 諏訪中学校 聖ヶ丘中学校 鶴牧中学校 落合中学校 青陵中学校</p> <p>日の出（1） 大久野中学校</p> <p>大島（2） 第三中学校 第二中学校</p> <p>新島（1） 式根島中学校</p> <p>三宅（1） 三宅中学校</p> <p>御蔵島（1） 御蔵島中学校</p> <p>八丈（1） 大賀郷中学校</p> <p>小笠原（1） 母島小中学校</p>
---	---	---	--

<保育所・こども園・幼稚園>

千代田区	千代田幼稚園	江 東 区	みどり幼稚園
千代田区	お茶の水幼稚園	品 川 区	二葉幼稚園
千代田区	いずみこども園	渋 谷 区	山谷かきのみ園
千代田区	ふじみこども園	渋 谷 区	私立西原保育園ゆめ
千代田区	番町幼稚園	荒 川 区	南千住第二幼稚園
中 央 区	久松幼稚園	荒 川 区	花の木幼稚園
新 宿 区	花園幼稚園	荒 川 区	尾久第二幼稚園
文 京 区	第一幼稚園	◎○荒川区	汐入こども園
文 京 区	根津幼稚園	練 馬 区	私立あかねの森保育園
文 京 区	青柳幼稚園	府 中 市	私立光明高倉保育園
文 京 区	柳町幼稚園		

<高等学校>

大 田 区	東京都立蒲田高等学校	◎○練馬区	東京都立第四商業高等学校
世田谷区	東京都立総合工科高等学校(定時制)	調 布 市	東京都立神代高等学校(定時制)
世田谷区	東京都立園芸高等学校(定時制)		

<特別支援学校>

世田谷区	東京都立光明学園	◎○板橋区	板橋区立天津わかしお学校
------	----------	-------	--------------

令和7年度

歯・口の健康に関する 図画・ポスターコンクール

令和7年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」の東京都学校歯科医会による審査会が令和7年9月25日（木）に開催されました。このコンクールは、日本学校歯科医会が次の世代を担う子供たちの作品を対象として、口腔保健に関する理解と認識を高めることを目的に実施しているものです。そして、東京都学校歯科医会が中心となり、東京都教育委員会とも共催し東京都内の作品を集めたコンクールを実施しています。

審査会場には応募総数7,008作品の中から、地区学校歯科医会で選ばれた優秀作品として、保育所・こども園・幼稚園の部13作品、小学校低学年の部45作品、小学校高学年の部50作品、中学校の部32作品、高等学校の部7作品、特別支援学校の部10作品、合計157作品が集められました。会場の壁いっぱいには貼られた作品はどれも力作ばかりで、子供たちの熱い気持ちが伝わってくるようでした。

審査会は、一次審査さらに二次審査を行い、その結果各部門の1位から3位までの作品が選ばれました。画面いっぱいに大きな口が描かれた子供らしいのびのびとした作品や健康な生活をテーマに8020運動を取り上げた作品など、どれも甲乙つけがたい作品が多く、選ぶのに大変苦労しました。特に学年が上がるにつれ、本コンクールの趣旨である歯科保健に関する理解と認識の高まりが作品に反映されており、幼児・児童・生徒の歯科衛生に対する意識の高さを実感しました。

審査の前に、審査員長の国立大学法人東京学芸大学名誉教授 博士（教育学）増田金吾氏により、歯科保健を意識したアイデア、ポスターとしての伝達力、絵画としての美しさ等の視点を意識して評価をすると良いというお話をいただきました。

今回、各部門1位に選ばれた作品は日本学校歯科医会のコンクールに推薦されました。

本年度のコンクールにはたくさんの幼児・児童・生徒の皆さんに参加していただきました。これからも、歯や口の健康づくりに興味をもって様々な取組にチャレンジしてください。そして、生涯にわたって健康な生活を送ることができるように願っています。

令和7年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」審査員

〔審査員長〕

増田 金吾 国立大学法人東京学芸大学名誉教授
博士（教育学）

〔審査員〕

神永 貴志 東京都教育庁地域教育支援部長

布施 晴香 東京都教育庁地域教育支援部
歯科保健担当課長

小宮山みき 東京都教育庁都立学校教育部
学校健康推進課長

興梠 実 東京都教育庁指導部指導企画課
統括指導主事

阿部 智行 公益社団法人東京都歯科医師会理事

植木 凡子 東京私立初等学校協会
研究部図工研究部運営委員

〔公益社団法人東京都学校歯科医会〕

鈴木あい子 会長

山室 直子 副会長（学術担当）

箭本 治 副会長（事業担当）

柘植 琢磨 専務理事

嘉部 暁 理事（総務担当）

清水 浩一 理事（会計担当）

室岡 孝二 理事（広報2担当）

西村 健 理事（事業部チーフ）

山崎 淳史 理事（優良校表彰担当）

鎌田 未幾 理事

金田 和彦 理事（学術担当）

1位入賞作品

講評：国立大学法人東京学芸大学名誉教授
博士（教育学） 増田 金吾

保育所・こども園・幼稚園の部



港区私立太陽の子南青山保育園
(年長5歳)

富田 蓮介さん

口の中で、むし歯の菌が歯ブラシから払いのけられようとしています。むし歯の菌は、富田さんが想像して描いたものですが、ユーモラスに、そして見る人によくわかるようになっています。歯を守ることの大切さがしっかり伝わってきます。

小学校低学年の部



品川区立豊葉の杜学園(2年) 大立目 奈々さん

「みんなの宝 けんこうな歯」という標語にぴったりの絵です。それぞれの人の顔、目、歯などが線ではっきりと描かれています。家族一人ひとりの元気な笑顔が印象的です。笑顔、歯、歯ブラシは、歯科保健の大切さを伝える重要な要素です。

小学校高学年の部



江東区立第一亀戸小学校
(5年)

戸辺 ことはさん

赤ちゃんからおばあちゃんまで、みんな元気な歯と笑顔を見せています。標語の「歯は一生のたからもの」を見事に絵で表現しています。赤ちゃんは生えたばかりの4本、おばあちゃんは8020の20をクリアし、私（作者）は一杯あります。

中学校の部



練馬区立大泉西中学校(3年)

中村 凧さん

伝達力のある独創的なポスターです。画面構成、人物の入れ方もユニークですね。標語「毎日歯みがき SMILEのカギ」の文字が青をバックに白ではっきり示され、画面中央では歯ブラシのカギを持つ二人が鍵穴からこちらを見えています。

高等学校の部



東京都立大島海洋国際
高等学校(3年)

高田 峻真さん

単純明快なポスターです。標語「歯ブラシをもて! たたかうのは君だ」と併せ、歯科保健の重要性が明確に伝わってきます。擬人化された白いスーパーマンの「歯」が、黒っぽい球体の「むし歯の菌」をやっつけようとしています。

特別支援学校(特別支援学級)の部



文京区立第三中学校特別支援
学級(中学3年)

高橋 幸志朗さん

素朴な感じの作品ですが、歯みがきの大切さがジワリと伝わってきます。標語「しょくじのあしは歯をみがこう」を背景に、歯みがき、歯ブラシ、カップを前に、静かな中にも毎日しっかり歯をみがこうという人物の固い決意が伝わってきます。

2位入賞作品

保育所・こども園・幼稚園の部



品川区立二葉幼稚園(年長5歳)

海老 希美さん

保育所・こども園・幼稚園の部



多摩市私立多摩みゆき幼稚園(年長6歳)

仁平 湊太さん

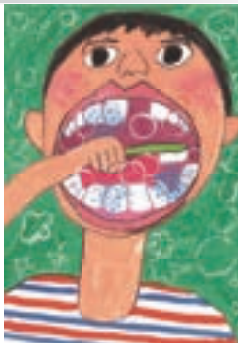
小学校低学年の部



港区立白金小学校(3年)

鈴木 智貴さん

小学校低学年の部



世田谷区立京西小学校(1年)

北野 暁さん

小学校高学年の部



墨田区緑小学校(4年)

高橋 楓さん

小学校高学年の部



多摩市立東落合小学校(5年)

原島 あずささん

中学校の部



品川区立東海中学校(9年)

佐藤 璃子さん

中学校の部



調布市立第四中学校(3年)

遠藤 葉月さん

高等学校の部



東京都立工芸高等学校(定時制)(2年)

海原 弥舟さん

高等学校の部



東京都立大島海洋国際高等学校(3年)

西村 蒼介さん

特別支援学校(特別支援学級)の部



東京都立南大沢学園(高等部1年)

武田 麗美さん

特別支援学校(特別支援学級)の部



清瀬市立清瀬第七小学校(小学校5年)

横山 健さん

3位入賞作品

保育所・こども園・幼稚園の部



港区私立ミアヘルサ保育園
ゆらりんはあと (年長5歳)
高橋 奈々華さん

保育所・こども園・幼稚園の部



品川区私立キッズガーデン品川上大崎 (年長5歳)
熊田 伊純さん

保育所・こども園・幼稚園の部



葛飾区立二上保育園 (年長5歳)
藤城 ゆり乃さん

小学校低学年の部



渋谷区立富谷小学校 (2年)
小山 智瑛さん

小学校低学年の部



練馬区立光が丘春の風小学校 (3年)
高野 咲々さん

小学校低学年の部



足立区立綾瀬小学校 (3年)
松沢 碧さん

小学校高学年の部



板橋区立紅梅小学校 (5年)
小林 陽依さん

小学校高学年の部



足立区立舎人小学校 (6年)
永山 陸翔さん

小学校高学年の部



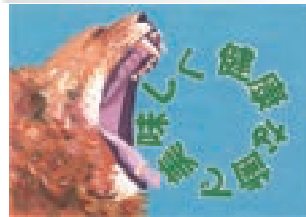
小金井市立小金井第三小学校 (6年)
久野 胡桃さん

中学校の部



品川区立荏原第五中学校 (7年)
矢吹 衣真さん

中学校の部



大田区立蒲田中学校 (3年)
坪井 芽生さん

中学校の部



江戸川区立二之江中学校 (3年)
江澤 さくらさん

高等学校の部



東京都立工芸高等学校 (定時制) (2年)
山本 聖菜さん

高等学校の部



東京都立総合工科高等学校 (定時制) (1年)
田部 詠介さん

高等学校の部



東京都立第四商業高等学校 (2年)
乙山 笑美さん

特別支援学校 (特別支援学級) の部



東京都立港特別支援学校 (高等部2年) 富岡 怜央さん

特別支援学校 (特別支援学級) の部



豊島区立巢鴨北中学校特別支援学級 (中学3年) 鈴井 こはくさん

特別支援学校 (特別支援学級) の部



中央区立銀座中学校 (3年)
青木 道隆さん

令和7年度 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール入賞者

〈保育所・こども園・幼稚園の部 図画・ポスター〉

順位	氏名	学校名	年齢
1位	富田 蓮 介	港区私立太陽の子南青山保育園	年長5歳
2位	海老 希 美	品川区立二葉幼稚園	年長5歳
2位	仁平 湊 太	多摩市私立多摩みゆき幼稚園	年長6歳
3位	高橋 奈々華	港区私立ミアヘルサ保育園ゆらりんはあと	年長5歳
3位	熊田 伊 純	品川区私立キッズガーデン品川上大崎	年長5歳
3位	藤城 ゆり乃	葛飾区立二上保育園	年長5歳
佳作	石塚 明香里	千代田区私立二番町ちとせ保育園	年長5歳
〃	川又 一 翔	中央区私立にじいろ保育園小伝馬町	年長6歳
〃	佐藤 翼	中央区立京橋こども園	年長5歳
〃	高波 陽	渋谷区私立ポピンズナーサリースクール恵比寿南	年長6歳
〃	ユン・ガイア	北区私立聖母の騎士幼稚園	年長5歳
〃	吉澤 希 美	荒川区立汐入こども園	年長5歳
〃	倉橋 杏 果	調布市私立ちょうふのぞみ保育園	年長5歳

〈小学校低学年の部 図画・ポスター〉

順位	氏名	学校名	学年
1位	大立目 奈々	品川区立豊葉の杜学園	2
2位	鈴木 智 貴	港区立白金小学校	3
2位	北野 暁	世田谷区立京西小学校	1
3位	小山 智 瑛	渋谷区立富谷小学校	2
3位	高野 咲々	練馬区立光が丘春の風小学校	3
3位	松沢 碧	足立区立綾瀬小学校	3
佳作	松坂 遙 仁	千代田区立九段小学校	2
〃	櫻井 颯 人	千代田区立お茶の水小学校	3
〃	高島 葵	中央区立泰明小学校	1
〃	郭 絢 稀	港区立赤坂小学校	3
〃	福士 羽 菜	新宿区立早稲田小学校	2
〃	柴田 実 東	新宿区立西戸山小学校	1
〃	熊澤 茉 子	文京区立千駄木小学校	3
〃	津川 由 磨	台東区立黒門小学校	2
〃	中川 琴 子	台東区立台東育英小学校	3
〃	目黒 彩 和	墨田区立緑小学校	2
〃	進藤 充 喜	江東区立第七砂町小学校	1
〃	白井 花 怜	品川区立台場小学校	2
〃	片山 郁 美	目黒区立不動小学校	2
〃	高田 碧 己	大田区立六郷小学校	3
〃	非公 開		
〃	上林 瑞	中野区立江古田小学校	3

図画ポスターコンクール入賞者

順位	氏名	学校名	学年
佳作	多山 結美乃	杉並区立天沼小学校	2
〃	加藤 実乃理	豊島区立朝日小学校	2
〃	和泉田 彩葉	北区立滝野川第三小学校	3
〃	猪狩 色葉	北区立柳田小学校	2
〃	平塚 乃愛	荒川区立瑞光小学校	3
〃	佐々木 彩夏	板橋区立緑小学校	3
〃	木内 理心	葛飾区立柴又小学校	3
〃	澤口 煌希	江戸川区立篠崎第五小学校	2
〃	近藤 葉月	八王子市立たがの杜小中学校	3
〃	内仲 悠輔	武蔵野市立第四小学校	1
〃	木下 善一	三鷹市立東台小学校	1
〃	眞榮里 堇礼	府中市立府中第三小学校	3
〃	山崎 楓実	調布市立深大寺小学校	2
〃	三沢 優奈	町田市立忠生第三小学校	3
〃	山崎 陽菜乃	小平市立小平第二小学校	3
〃	藤村 悠羽	東村山市立八坂小学校	3
〃	中牟田 莉奈	国分寺市立第五小学校	2
〃	服部 名雪	東大和市立第一小学校	1
〃	坂口 結奈	清瀬市立芝山小学校	2
〃	河北 翔真	武蔵村山市立第十小学校	1
〃	田中 光恵	多摩市立東落合小学校	2
〃	中町 棧二郎	あきる野市立東秋留小学校	3
〃	せきね しま	西東京市立保谷第一小学校	2

〈小学校高学年の部 図画・ポスター〉

順位	氏名	学校名	学年
1位	戸辺 ことは	江東区立第一亀戸小学校	5
2位	高橋 楓	墨田区立緑小学校	4
2位	原島 あずさ	多摩市立東落合小学校	5
3位	小林 陽依	板橋区立紅梅小学校	5
3位	永山 陸翔	足立区立舎人小学校	6
3位	久野 胡桃	小金井市立小金井第三小学校	6
佳作	永礼 陽那里	千代田区立千代田小学校	6
〃	柳澤 佳奈	中央区立晴海西小学校	5
〃	師岡 美月	港区立芝浦小学校	5
〃	富田 俊介	港区立青南小学校	4
〃	大村 明莉	新宿区立鶴巻小学校	6
〃	宇崎 柚希	新宿区立大久保小学校	4
〃	非公 開		
〃	小穴 千陽	台東区立東泉小学校	4
〃	石居 未帆	台東区立浅草小学校	5
〃	山田 瑚遙	墨田区立第三吾嬬小学校	5
〃	中島 凜花	品川区立伊藤学園	5

順位	氏名	学校名	学年
佳作	伊藤詩英	品川区立後地小学校	5
〃	永本聖奈	目黒区立東山小学校	6
〃	長岡佑香	大田区立洗足池小学校	4
〃	橋口美波	大田区立六郷小学校	6
〃	三浦詩生	世田谷区立代沢小学校	6
〃	赤羽航季	世田谷区立等々力小学校	4
〃	米田あかり	渋谷区立臨川小学校	6
〃	寺田美結	中野区立江古田小学校	4
〃	野田つぐみ	杉並区立高井戸東小学校	6
〃	小野喜与	豊島区立巣鴨小学校	5
〃	河合輪花	北区立滝野川第三小学校	4
〃	山崎陽奈子	北区立西浮間小学校	4
〃	江塚理央	荒川区立尾久宮前小学校	5
〃	塚田怜架	練馬区立関町小学校	5
〃	長谷川真洋	葛飾区立二上小学校	5
〃	矢次里衣菜	江戸川区立西葛西小学校	6
〃	平野樹里	八王子市立山田小学校	5
〃	獨古にい椰	立川市立第八小学校	6
〃	北村芽吹	武蔵野市立第三小学校	6
〃	龍神環	三鷹市立東台小学校	5
〃	西郷蒼斗	府中市立住吉小学校	6
〃	濱山釉月	調布市立杉森小学校	5
〃	石井莉渚	町田市立町田第六小学校	4
〃	長尾晴輝	小平市立小平第二小学校	4
〃	大友綾夏	東村山市立秋津小学校	4
〃	唐沢光	国分寺市立第五小学校	4
〃	清水優花	福生市立福生第四小学校	5
〃	大野葵	東大和市立第一小学校	4
〃	大角ころ	清瀬市立芝山小学校	5
〃	小林瑠々香	東久留米市立第六小学校	6
〃	中野絢子	武蔵村山市立雷塚小学校	4
〃	金子美咲	稲城市立稲城第四小学校	5
〃	高橋千尋	西東京市立保谷第一小学校	4

〈中学校の部 ポスター〉

順位	氏名	学校名	学年
1位	中村 凧	練馬区立大泉西中学校	3
2位	佐藤 璃子	品川区立東海中学校	9
2位	遠藤 葉月	調布市立第四中学校	3
3位	矢吹 衣真	品川区立荏原第五中学校	7
3位	坪井 芽生	大田区立蒲田中学校	3
3位	江澤 さくら	江戸川区立二之江中学校	3
佳作	飯田 桃子	千代田区立神田一橋中学校	1
〃	北川 希颯	港区立港南中学校	1
〃	五箇 心乙祈	港区立青山中学校	1
〃	赤尾 美羽	文京区立文林中学校	3
〃	菅原 つむぎ	墨田区立竪川中学校	1
〃	中野 日緒	江東区立深川第六中学校	3
〃	松永 明裕	目黒区立第十中学校	1
〃	高良 美裕	大田区立馬込中学校	2
〃	高谷 咲月	私立東京都市大学附属等々力中学校	3
〃	石村 茉子	渋谷区立渋谷本町学園中学校	7
〃	石 昕娜	豊島区立巢鴨北中学校	2
〃	岡崎 好吟	荒川区立第七中学校	3
〃	川上 小晴	板橋区立中台中学校	9
〃	内田 滯里	葛飾区立常盤中学校	2
〃	本田 悠葵	東京都立南多摩中等教育学校	3
〃	明里 真愛	立川市立立川第六中学校	2
〃	河田 夏凜	武蔵野市立第三中学校	2
〃	小林 侑輝	小平市立上水中学校	2
〃	橘 佳歩	東村山市立東村山第四中学校	3
〃	根本 瑠々菜	福生市立福生第一中学校	2
〃	藪下 香	狛江市立狛江第一中学校	2
〃	中山 和花	清瀬市立清瀬第五中学校	1
〃	熊谷 柚紀	武蔵村山市立小中一貫校大南学園第四中学校	3
〃	葉上 茉優	多摩市立多摩中学校	2
〃	佐藤 琴菜	西東京市立田無第四中学校	2
〃	宮川 陽愛	神津島村立神津中学校	1

〈高等学校の部 ポスター〉

順位	氏名	学校名	学年
1位	高田 峻 真	東京都立大島海洋国際高等学校	3
2位	海原 弥 舟	東京都立工芸高等学校 (定時制)	2
2位	西村 蒼 介	東京都立大島海洋国際高等学校	3
3位	山本 聖 葉	東京都立工芸高等学校 (定時制)	2
3位	田部 詠 介	東京都立総合工科高等学校 (定時制)	1
3位	乙山 笑 美	東京都立第四商業高等学校	2
佳作	石井 葉 潤	東京都立府中工科高等学校	1

〈特別支援学校 (特別支援学級) の部 図画・ポスター〉

順位	氏名	学校名	学年
1位	高橋 幸志朗	文京区立第三中学校特別支援学級	中学校3年
2位	武田 麗 美	東京都立南大沢学園	高等部1年
2位	横山 健	清瀬市立清瀬第七小学校	小学校5年
3位	青木 道 隆	中央区立銀座中学校	中学校3年
3位	富岡 怜 央	東京都立港特別支援学校	高等部2年
3位	鈴井 こはく	豊島区立巣鴨北中学校特別支援学級	中学校3年
佳作	五十嵐 み き	品川区立荏原平塚学園	小学校5年
〃	非 公 開		
〃	本多 凜 夜	江戸川区立中小岩小学校特別支援学級	小学校5年
〃	榎本 煌 生	東大和市立第三小学校	小学校6年

令和7年度

歯・口の健康啓発標語コンクール

東京都学校歯科医会会長賞

江戸川区立第七葛西小学校 4年

しま ぶくろ も な
島 袋 百 愛

『歯みがきは わたしのけんこう おうえんだん』

令和7年度 歯・口の健康啓発標語コンクール 講評

千代田区教育会 国語部長
千代田区立お茶の水小学校・幼稚園
校長 伊藤 栄 司

令和7年度の「歯・口の健康啓発標語コンクール」には、小中学校合わせて43点の作品の応募がありました。東京都学校歯科医会会長賞を受賞した作品は「歯みがきは わたしのけんこう おうえんだん」に決まりました。

歯みがきをすることは自分の健康を守ることであると、運動会で活躍する「おうえんだん」を用いて、楽しく進んで磨きたくなる表現にまとめられています。歯みがきをする時、ドンドンといった太鼓の音や「がんばれ!」「しっかり磨こう!」と応援団の声や音が聞こえてきそうです。歯みがきが面倒だなと思ってしまうようなときは、この標語を思い出して楽しくみがけるといいですね。

大切さはわかってもつい後回しにしがちな、歯みがきを楽しいイメージに変え進んで取り組めるようにしてくれる素敵な標語です。

令和7年度 歯・口の健康啓発標語コンクール 応募者

標 語	学 校 名	氏 名	学年
ダイヤより 輝く白い歯 きれいだな	千代田区立お茶の水小学校	杉 本 有	5年
歯をみがき 未来の自分に ハッピーを	中央区立常盤小学校	小木野 未 來	6年
歯みがきで 体と歯の健康を 守ろうよ	港区立白金小学校	土 田 航 暉	4年
永久歯 欠けたら一生 戻らない	港区立青山小学校	若 松 遥 生	5年
自分の歯 生涯ずっと 宝物	江東区立東陽小学校	伊 藤 誠	6年
歯磨きは将来のための貯金箱	品川区立宮前小学校	山 上 大 芽	6年
いたたたた そうなる前に 歯をみがこう	目黒区立緑ヶ丘小学校	星 川 輝	6年
歯と口が 元気だと 君の笑顔が かがやくよ	大田区立矢口小学校	岡 本 花 音	6年
歯磨きは、僕の健康、支えます。	渋谷区立長谷戸小学校	有 福 千 尋	5年
歯みがきは「おいしく食べる」をつなぐバトン	杉並区立杉並第二小学校	田 中 彩 愛	6年
かがやく歯 にこにこえがお すてきだね	豊島区立朝日小学校	塩 野 璃 奈	6年
歯みがきで みんなにじまん キレイな歯	荒川区立大門小学校	半 田 芭 奈	6年
歯みがきは 笑顔が続く 第一歩	葛飾区立北野小学校	前 田 碧 衣	5年
○ 歯みがきは わたしのけんこう おうえんだん	江戸川区立第七葛西小学校	島 袋 百 愛	4年
100年を 共に生きる 歯を作る。	八王子市立山田小学校	高 畑 璃 人	5年
自分の歯 世界に一つの 宝物	府中市立若松小学校	竹 中 太 一	5年
自分のためにも 相手のためにも	調布市立上ノ原小学校	瀬 瀬 実 優	6年
歯みがきで 歯っぴー 心がパラダイス	小平市立小平第三小学校	南 侑 利	4年
むし歯ゼロ 続く健康 歯の力	東大和市立第八小学校	安 西 陸 希	5年
よくかんで きれいにはみがき 大切だ	清瀬市立清瀬第七小学校	鈴 木 志 奈	4年
防災の リュックに1本 歯ブラシを	多摩市立多摩第一小学校	由 井 さくら	6年
未来の歯 みんなで共に 目指そうよ	稲城市立稲城第四小学校	遠 藤 紗 奈	6年
歯をちゃんとみがいてうがいをする	瑞穂町立瑞穂第一小学校	榎 本 陽 月	6年
笑うたび キラッと光る あなたの歯	大島町立さくら小学校	竹 内 雪 莉	6年
よく噛めば 元気と長寿の二刀流！	台東区立駒形中学校	羽 田 恭 祐	中3
白い歯に 未来の夢が 映りこむ	江東区立深川第六中学校	吉 永 葉 南	中3
YOUR TEETH YOUR LIFE	品川区立東海中学校	和 田 誉	9年
笑ってね 食べてね 見えるよ 歯合わせ(幸せ)が	大田区立志茂田中学校	阿 部 一 佳	中2
歯みがきは 健康めざす 第一歩	渋谷区立広尾中学校	古 屋 日 織	中1
むし歯予防 むしばまれる前に 対策を	杉並区立松溪中学校	松 原 優衣香	中2
歯と口は 笑顔と未来の 応援団	豊島区立駒込中学校	中 澤 佳 之	中1
1日の スタートラインは 白い歯で	荒川区立第七中学校	菅 原 和 琴	中2
歯磨きで 輝く笑顔 育もう	八王子市立たがの杜小中学校	岩 澤 碧	中2
歯みがきし 守ろうピカピカの歯と笑顔	武蔵野市私立藤村女子中学・高等学校	谷 前 咲 奈	中2
歯みがきは 元気を守る おまじない	調布市立第四中学校	中 村 心 音	中1
心と歯 輝かせるため 磨き続けよう	町田市立忠生中学校	神 田 園 夏	中1
歯みがきで ひかりつづける 私の歯	小平市立上水中学校	金 澤 圭 悟	中1
歯みがきと 歯間ブラシの 二刀流	東大和市立第四中学校	中 条 一 翔	中2
歯の健康 毎日磨いて 金メダル	清瀬市立清瀬第五中学校	加 納 桃 加	中1
守ろうよ 100年後の歯 *笑顔歯条例で	多摩市立青陵中学校	照 井 希 美	中1
星よりも かがやくその歯 見せつける	大島町立第一中学校	鈴 木 うるみ	中3
歯を守り 未来の健康 つくる日々	東京都立総合工科高等学校(定時制)	藤 原 吏 翔	高2
いつまでも 食べたいものを 食べるため	武蔵野市私立藤村女子中学・高等学校	宮 尾 愛 希	高3

○東京都学校歯科医会会長賞 ※「笑顔歯条例」は多摩市で今年度より施工された条例です。

令和7年度

歯の作文 最優秀作文

発表者

文京区立湯島小学校 6年

米森 あやめ

題名『この歯は家族の優しさでできている』

文京区立第一中学校 3年

金澤 ふみ

題名『時代を超えて学ぶ、歯の大切さ』

※小・中学生の最優秀作文(2点)と優秀作文(14点)は、71～84頁に掲載しております。

令和7年度 「歯の作文」 審査報告

公益社団法人東京都学校歯科医会

理事 西村 健
理事 大橋 美保

令和7年度は、「歯の作文」の募集に対して、小学校の部で24校85作品、中学校の部で14校57作品が寄せられました。多くの学校に本事業の趣旨をご理解いただき、またご協力くださいましたこと、主催者として御礼申し上げます。

さて、本事業は児童生徒が日頃の家庭や学校、さらに社会から得た知識や実体験を通して歯・口の健康づくりについて思考し作文に表現することによって、生涯にわたり「自分の健康は自分で守る」ことを学ぶ、学校歯科保健活動の健康づくり育成事業の一環として実施しておりますが、学校現場におかれましては限られた時間の中で作品の応募にご尽力いただいていることに深く感謝申し上げます。

第一次審査は令和7年9月4日に歯科医師会館会議室において開催し、(公社)東京都学校歯科医会役員16名と広報委員6名がその審査にあたりました。審査委員は、児童生徒が歯科保健のどのような問題を作文に取り上げ、その問題をどのように思考し取り組んでいるか、またその取り組みと理解をいかに工夫して表現しているかについて、学校歯科医の立場から慎重に審査を行いました。

第二次審査は、千代田区教育会国語部長 千代田区立お茶の水小学校校長 千代田区立お茶の水幼稚園園長でいらっしゃる伊藤栄司先生にお願い致しました。審査は、作文としての完成度、作者の狙いやテーマの取り扱い、またそれに伴う歯科的題材がどのような形で作文の中に活かされているかなど総合的に判断していただき、その結果、小学校の部25作品、中学校の部15作品を下記の表のように優、良の2段階評価により決定していただきました。

そして、小学校、中学校の優作品の中からそれぞれ1作品が最優秀作品として選ばれ、今回の第60回東京都学校歯科保健研究大会の席で発表するに至りました。

学年／評価	優	良	計
小学5年生	5	9	14
小学6年生	4	7	11
中学1年生	0	4	4
中学2年生	1	3	4
中学3年生	4	3	7

今回の審査でも、児童生徒が自らの歯・口の健康づくりの問題に熱心に取り組み思考している姿が作品から伝わってくるのと同時に、家庭においても学校においても「生きる力」を育む環境づくりに取り組んでいただいている保護者や学校の先生方の存在を垣間見ることができました。また、これも日頃より各学校で学校歯科保健活動にご尽力下さっている学校歯科医の先生方のおかげによるものと改めて感謝する次第です。

終わりに、「歯の作文」の募集に際しましてご協力いただきました地区学校歯科医会、地区歯科医師会、地区教育委員会、学校関係者の皆様、ならびに伊藤栄司先生に厚く御礼申し上げます。

作文審査会出席者

公益社団法人東京都学校歯科医会 役員

会 長	鈴木あい子	副会長	山室 直子
副会長	箭本 治	専務理事	柘植 琢磨
理 事	清水 浩一	理 事	矢野 章
理 事	室岡 孝二	理 事	西村 健
理 事	大橋 美保	理 事	山崎 淳史
理 事	鎌田 未幾	理 事	金田 和彦
理 事	田仲 眞理	理 事	安藤 武史
理 事	中山 敦	監 事	鈴木 勝

公益社団法人東京都学校歯科医会 広報委員会 委員

委員長	南 誠二	委員長代理	浅見 律
委 員	小泉 王介	委 員	大久保 悟
委 員	辛島 清史	委 員	赤尾 眞理

令和7年度 歯の作文 講評

千代田区教育会 国語部長

千代田区立お茶の水小学校・幼稚園

校園長 伊藤 栄 司

■はじめに

今年度は、神田祭が行われ多くの人で賑わいました。私も少しお祭りに参加したのですが、お神輿はとても重いので担ぐときは奥歯にぐっと力を入れます。そんな時、健康な歯を維持することができてよかったなと感じます。皆さんの作文にも書かれているように、歯の健康は全身の健康維持に直結しています。生涯に渡って、健康な歯を維持できるよう歯のために何ができるか、みんなで考え実践していきましょう。

また、学校歯科医の先生方には、日頃より子どもたちの歯を気にかけてくださるだけでなく、歯の大切さや上手な磨き方など具体的にご指導いただき、ありがとうございます。この場をお借りし、心より感謝申し上げます。

令和7年度 歯の作文 応募作品数

	7年度	6年度
小学校	85	101
中学校	57	64
合計	142	165

■総評

今年度も全般的に「歯の大切さ」について考えるレベルの高い作文が集まりました。選択した題材の内容、的確な表現力、思いを伝えようとする意欲を評価しました。特に、自分の経験や体験から学んだことや伝えたいことなどを具体的に分かりやすく表現している作品は高く評価しています。どの作品も生涯に渡って歯を大切にしていきたいとの願いが込められており、歯を大切にすることで健康で充実した毎日を過ごしていることが伝わってきます。日頃の様子が目に浮かぶような素敵な作品も多数寄せられており、読んでいて心が温かくなりました。作品を応募してくださった皆様に敬意を表します。

■小学校の部（優秀賞9作品）

「この歯は家族の優しさでできている」 米森 あやめさん

基本的に歯の健康を守るのは自分自身なのかもしれませんが、一緒に考え助けてくれた家族に焦点を当てて書かれた良作です。時間もお金もかかる矯正について、家族に支えられながら乗り越えた姿が目に見えます。自分だけの頑張りではなく、周りの人々の関わりに目を向けている心温まる作品です。

「健康は「歯」から始まる」 矢部 彰さん

むし歯になったときの経験から、歯の大切さに気づき歯の健康を守るためにできることを表現しています。面倒に感じていたことが、やがて習慣になりピカピカの歯だと気分も良くなることに気付いた心の動きを上手に表しています。歯を大事にしていこうとする意欲を高めてくれる作品です。

「人生で初めて歯が欠けたとき」 池田 紗也さん

歯が欠けてしまったショッキングな出来事をきっかけに、歯科医の先生に様々な事を教わりながら歯の大切さに気付いていく様子が詳しく書かれています。幸い永久歯ではなかったようですが、歯1本1本に目を向け、生涯に渡って歯を大切にしていこうとする気持ちが伝わってきます。

「不安だらけの歯の異常」 齋藤 あかりさん

3か月に1度、歯の定期健康診断に通い日頃から歯をととても大切にしている様子が伺えます。ある日、健康診断で異常が見つかりとても不安になってしまった心の動きが表現されています。幸い、矯正を含めた治療で済むことが分かりましたが、定期健康診断や歯みがきの大切さを再認識し生涯に渡って健康な歯を守り続ける決意が伝わります。

「歯磨きの大切さ」 村松 佳奈さん

自分では歯を丁寧に磨けていると思っていたらむし歯になってしまった経験をもとに、歯みがき大会に参加し正しい方法を学ぶ姿が描かれています。具体的に教わる中で、自分には足りなかったポイントが分かり、丁寧に隅々まで磨いていきたいと決意する心の動きが分かりやすく表現されています。

「相棒の電動歯ブラシ」 江頭 紬稀さん

電動歯ブラシを「相棒」と表現し、歯の健康を守るために大切に使用している気持ちがよく表れている作品です。デンタルフロスや歯みがき粉にも気を使い、毎日丁寧に磨いているからこそ歯科医に褒められた時の喜びが伝わってきます。楽しく歯みがきを続けるためのヒントがたくさん込められた作品です。

「家族の歯の健康をめざして」 高山 優子さん

歯の矯正治療を経験したことから、自分だけでなく家族の歯の健康についても思いを広げています。父や母、同居する祖父母にも歯の健康を守るためにどんなことに気を付けているか、実際に聞くことで歯の大切さを感じ取ったことが伝わります。また、テレビの番組からは歯の健康と病気との繋がりについて学ぶなど様々な面から歯を大切にしていこうとする気持ちが上手に表現されています。

「フロス、さぼっていた」 田中 悠斗さん

一生懸命歯を磨いていたのにむし歯になってしまった経験から、フロスを使ってもっと丁寧に歯みがきをしたかった心の動きが上手に表現されています。幸いむし歯になった歯が乳歯だったので一安心ですが、歯医者に行く時のドキドキした様子が目に浮かぶようです。むし歯が1本もない81歳のおじいさんを目標に頑張る決意に頼もしさを感じる作品です。

「歯みがき大会から学んだこと」 福品 公成さん

歯みがき大会に参加して学んだことを具体的に詳しく記しています。また、学んだことだけではなく、実際に試してみた感想も添えられていて、知識が身につけていることが分かります。たくさんある情報の中から健康な歯や歯茎を保つためのポイントを整理してまとめている点も優れています。

■中学校の部（優秀賞5作品）**「時代を超えて学ぶ、歯の大切さ」 金澤 ふみさん**

歴史上の人物に焦点を当て、歯の治療について詳しく調べ、自分の考えを述べている秀作です。源頼朝について様々な説を検証するだけでなく、歴史についても調べ頼朝死亡後に歯みがきが広がったことを記すなど歴史の面白さも表現しています。また、数値を基に現代中学生の歯に関する課題を整理し、どうしたらよいかもかかかれている等、読み進めるのが楽しくなる作品です。

「歯は命！」 筒井 康一さん

歯並びと運動能力について詳しく調べ、自身の経験を交えながら表現しています。口腔周囲筋を鍛える体操やせんべいやするめなどの固いものを食べる習慣など、具体的に実践しながら確認している様子が伺えます。さらに、矯正治療に多額の費用が掛かることを例に挙げ、多くの人が治療を受けられるようにすることが大切であるとまとめている点に提案性を感じる作品です。

「当たり前を支える歯と口の健康」 林 宸玥さん

当たり前だと思っていた歯の健康が実はそうではなかったことに気付いたところから学びが始まっています。兄のむし歯体験を間近で見たことにより歯や口の健康について意識し始め、保健学習を通して歯が様々なことに影響していることを学んでいます。歯みがきやうがい自分の命を守る第一歩であると気づき、手間を惜しまないように自分を戒めている表現が優れています。

「歯並びと健康」 仲神 凜人さん

痛みを耐えながら歯列矯正治療を受けた経験を通して、様々な事を学び成長する姿が上手に表現されています。また、費用面にも着目し優れた治療が安く受けられたり、保険が適用されたりすることを提案するなど、自分の体験をたくさんの人のために役立てていこうとする前向きな表現が優れています。「将来の自分の子どもにも伝えていきたい」とまとめている点が印象的です。

「歯は何のためにあるのか」 熊井 七渚さん

痛み出して初めてわかる歯の大切さについてむし歯になった経験を交え、「歯は何のためにあるのか」真剣に考え、調べまとめた作品です。歯は心と体の両方を支える大切なパーツであることに気づき、デンタルフロス等を使って丁寧に磨く習慣が身についたと表現しています。様々な体験や学びを通して「生きること全て」に繋がる歯の健康について力強くまとめています。

令和7年度 歯の作文 入選者

小学校の部

優9名

題 名	学 校 名	氏 名	学年
この歯は家族の優しさでできている	文京区立湯島小学校	米 森 あやめ	6
健康は「歯」から始まる	文京区立湯島小学校	矢 部 彰	6
人生で初めて歯が欠けたとき	文京区立湯島小学校	池 田 紗 也	6
不安だらけの歯の異常	江東区立東陽小学校	齋 藤 あかり	5
「歯みがきの大切さ」	品川区立台場小学校	村 松 佳 奈	5
相棒の電動歯ブラシ	品川区立鈴ヶ森小学校	江 頭 紬 稀	6
家族の歯の健康をめざして	豊島区立清和小学校	高 山 優 子	5
フロス、さぼっていた	豊島区立仰高小学校	田 中 悠 斗	5
歯みがき大会から学んだこと	福生市立福生第五小学校	福 品 公 成	5

良16名

題 名	学 校 名	氏 名	学年
むし歯にならないために	港区立赤羽小学校	小 黒 葉	5
歯の手術ときょう正	江東区立東陽小学校	藤 澤 優 音	5
歯の印象	江東区立東川小学校	小 町 和香奈	6
自分自身で守る歯	品川区立鈴ヶ森小学校	相 澤 桃々子	6
未来の健康のために今からできること	品川区立鈴ヶ森小学校	下 山 亜依里	6
生活につながっている歯	品川区立鈴ヶ森小学校	鈴 木 七 海	6
歯と口の健康	板橋区立緑小学校	金 谷 朋 晃	5
「歯みがき VS むし歯」	板橋区立緑小学校	澁 谷 麗 奈	5
良い歯のためにできること	葛飾区立北野小学校	五 島 羽 菜	6
歯と口の健康が守る私の未来	府中市立府中第九小学校	永 田 結 子	5
歯石についての予防法	町田市立成瀬小学校	関 根 青 依	5
歯をみがく時に意識していること	町田市立忠生第三小学校	白 石 真 菜	5
大切な歯と臭い	東大和市立第二小学校	江 畑 日 陽	5
歯の大切さ	東大和市立第二小学校	後 藤 夏 海	6
むし歯	東久留米市立小山小学校	河 村 結 子	5
歯をみがいて笑顔になろう	檜原村立檜原小学校	シグリスト 恵	6

中 学 校 の 部

優5名

題 名	学 校 名	氏 名	学年
「時代を超えて学ぶ、歯の大切さ」	文京区立第一中学校	金 澤 ふ み	3
歯は命！	文京区立茗台中学校	筒 井 康 一	2
当たり前を支える歯と口の健康	品川区立大崎中学校	林 宸 玥	9
歯並びと健康	世田谷区立砧南中学校	仲 神 凜 人	3
歯はなんのためにあるのか	江戸川区立瑞江第三中学校	熊 井 七 渚	3

良10名

題 名	学 校 名	氏 名	学年
「歯について」	文京区立第一中学校	北 村 優 花	2
歯の大切さ	目黒区立第十中学校	赤 木 璃 子	1
人を「美しく」みせる歯	世田谷区立砧南中学校	福 田 菜 月	3
毎日5分の未来への投資	世田谷区立砧南中学校	安 藤 洸 星	3
一回痛めると一生そのまま	練馬区立練馬東中学校	須 田 栞	2
二才のむし歯	江戸川区立瑞江第三中学校	福 田 悠 人	1
食べる実感を伝えてくれた歯	江戸川区立瑞江第三中学校	射 場 新	1
乳歯がぬけるということ。	江戸川区立瑞江第三中学校	脇 花 撫	1
みんなと一緒に歯みがきを	日野市立平山中学校	太 田 雪 歩	2
歯をきれいに保つ大切さ	日野市立平山中学校	町 田 ひめ乃	3

令和7年度 歯の作文 応募者

小学校の部

題 名	学 校 名	氏 名	学年
歯の健康と体の健康	千代田区立和泉小学校	神 田 有利奈	6
むし歯にならないために	港区立赤羽小学校	小 黒 栞	5
歯を大切にするといいこと	港区立赤羽小学校	石 井 真理佳	5
むし歯にならないために大切なこととむし歯になる理由 「歯の健康を守り続けるために」	港区立赤羽小学校	長 浦 百花	5
八〇二〇うんどう	文京区立金富小学校	鈴 木 ちひろ	6
将来も楽しくすごすために	文京区立金富小学校	北 川 怜	6
チャンスは今。チャンスは減る。チャンスはつかめ。	文京区立湯島小学校	畠 結美菜	6
健康は「歯」から始まる	文京区立湯島小学校	西 岡 実之	6
この歯は家族の優しさでできている	文京区立湯島小学校	矢 部 彰	6
人生で初めて歯が欠けたとき	文京区立湯島小学校	米 森 あやめ	6
普通に過ごすための歯	文京区立湯島小学校	池 田 紗也	6
歯は、一生を共に過ごす仲間だ	文京区立湯島小学校	小 笠 蒼	6
歯と口のけんこうづくり	文京区立湯島小学校	畠 田 花	6
歯と口の健康	江東区立明治小学校	片 山 芽衣子	6
私の矯正	江東区立南砂小学校	福 原 健	6
歯を育てるための道のり	江東区立東陽小学校	福 田 実樹	5
歯の手術ときょう正	江東区立東陽小学校	若 林 佳歩	5
自分の「歯」について考えたこと	江東区立東陽小学校	藤 澤 優音	5
「歯みがきをする理由」	江東区立東陽小学校	中 島 凜玲	5
不安だらけの歯の異常	江東区立東陽小学校	田 村 美織	5
歯の印象	江東区立東陽小学校	齋 藤 あかり	5
笑顔をつくる小さな骨	江東区立東川小学校	小 町 和香奈	6
健康の入口とは	江東区立東川小学校	村 井 志帆	6
一生を共にする歯	江東区立東川小学校	矢 作 咲月	6
歯の健康を保つには	品川区立台場小学校	佐々木 由衣	5
未来の歯はむし歯ゼロ	品川区立台場小学校	白 石 悠夏	5
「歯みがきの大切さ」	品川区立台場小学校	南 山 絹華	5
歯みがき大会で教わったこと	品川区立台場小学校	村 松 佳奈	5
歯みがきをしている時	品川区立台場小学校	吉 本 智美	5
自分自身で守る歯	品川区立台場小学校	倪 軒 慈	6
歯の矯正	品川区立鈴ヶ森小学校	相 澤 桃々子	6
歯をしっかりとみがけていますか	品川区立鈴ヶ森小学校	山 崎 優日	6
相棒の電動歯ブラシ	品川区立鈴ヶ森小学校	蒔 田 梨心	6
歯を大切に	品川区立鈴ヶ森小学校	江 頭 紬稀	6
未来の健康のために今からできること	品川区立鈴ヶ森小学校	谷 中 仁	6
健康につながる歯	品川区立鈴ヶ森小学校	下 山 亜依里	6
生活につながっている歯	品川区立鈴ヶ森小学校	清 水 志穂	6
むし歯のこわさとその予防	品川区立鈴ヶ森小学校	鈴 木 七海	6
		後 藤 エマ	6

題 名	学 校 名	氏 名	学年
きょうふの口腔がん	品川区立鈴ヶ森小学校	西 村 滯 李	6
歯並びについて	品川区立鈴ヶ森小学校	佐 藤 優 心	6
「ぼくの犬歯」	大田区立馬込小学校	宮 田 昌 和	5
家族の歯の健康をめざして	豊島区立清和小学校	高 山 優 子	5
歯の健康は未来への投資	豊島区立清和小学校	野 澤 音 瑠	6
未来は歯の健康から	豊島区立清和小学校	光 永 咲由莉	6
歯は人生の友達	豊島区立清和小学校	久保田 紡 季	6
歯医者に行きたくない私の決心	豊島区立清和小学校	廣 瀬 久美子	6
私の歯の経験・これから	豊島区立仰高小学校	栗 林 沙 妃	5
フロス、さぼっていた	豊島区立仰高小学校	田 中 悠 斗	5
むし歯のおそろしさ	豊島区立仰高小学校	加 藤 結 菜	5
歯の仕組みと役割とは？	豊島区立仰高小学校	浅 利 隼 斗	6
きれいなお口も一歩から	豊島区立仰高小学校	岩 井 千 尋	6
歯と口の健康	板橋区立緑小学校	山 岸 愛 花	5
歯と口の健康	板橋区立緑小学校	中 島 瑛 仁	5
歯と口の健康	板橋区立緑小学校	金 谷 朋 晃	5
歯と口について	板橋区立緑小学校	小 堤 晴 夏	5
「歯みがき VS むし歯」	板橋区立緑小学校	澁 谷 麗 奈	5
「歯と生活は共通」	板橋区立緑小学校	萩 原 絆 心	5
良い歯のためにできること	葛飾区立北野小学校	五 島 羽 菜	6
歯と口の健康が守る私の未来	府中市立府中第九小学校	永 田 結 子	5
歯石についての予防法	町田市立成瀬小学校	関 根 青 依	5
歯をみがく時に意識していること	町田市立忠生第三小学校	白 石 真 菜	5
ゆめをかなえるために	町田市立忠生第三小学校	麻 本 千 晴	5
むし歯にならないように気をつけよう	町田市立忠生第三小学校	河 西 滯 子	5
自分の大切な歯	福生市立福生第五小学校	鈴 木 優 菜	5
むし歯にならないための基本	福生市立福生第五小学校	山 本 愛 李	5
歯みがき大会から学んだこと	福生市立福生第五小学校	福 品 公 成	5
自分だけの歯の大切さ	東大和市立第八小学校	金 澤 愛 梨	5
歯・口の健康づくり	東大和市立第二小学校	山 中 陽 葵	5
健康な歯になるために	東大和市立第二小学校	永 野 昭 翔	5
「歯みがきの大切さ」	東大和市立第二小学校	中 村 日向子	5
「歯の大切さ」	東大和市立第二小学校	杉 山 モ ナ	5
大切な歯と臭い	東大和市立第二小学校	江 畑 日 陽	5
歯を健康に	東大和市立第二小学校	大 鹿 環 奈	5
歯の大切さ	東大和市立第二小学校	後 藤 夏 海	6
歯の考え	東大和市立第二小学校	藤 野 結 海	6
むし歯	東久留米市立小山小学校	河 村 結 子	5
ぼくの歯	東久留米市立小山小学校	赤 坂 聡 介	6
偉大なフッ素	東久留米市立小山小学校	小 園 実和子	6
一生つかう歯	東久留米市立小山小学校	山 本 葵	6
子どものむし歯の割合	東久留米市立小山小学校	小 谷 優 羽	6
歯と口の健康	多摩市立西落合小学校	稲 山 慶 也	6
		大 島 花りん	6

歯の作文 応募者

題 名	学 校 名	氏 名	学年
歯と口の健康作り	多摩市立西落合小学校	遠 藤 裕 月	6
歯をみがいて笑顔になろう	檜原村立檜原小学校	シグリスト 恵	6

中学校の部

題名	学校名	氏名	学年
咀嚼は大切	港区立青山中学校	木村伸弥	1
噛む事の大切さ	港区立青山中学校	矢延康太	1
「油断はむし歯のもと」	文京区立第一中学校	岩瀬稟	1
「歯との向き合い方」	文京区立第一中学校	飯島栞	1
「歯について」	文京区立第一中学校	北村優花	2
「歯の大切さ」	文京区立第一中学校	川口実希	2
「時代を超えて学ぶ、歯の大切さ」	文京区立第一中学校	金澤ふみ	3
「健康な歯と良い印象」	文京区立第一中学校	石沢わかこ	3
「ながら磨きについて」	文京区立第三中学校	御子柴希海	2
「自分に合った方法で」	文京区立茗台中学校	池上彩	1
「健康な歯について」	文京区立茗台中学校	岡本百乃	1
歯は命！	文京区立茗台中学校	筒井康一	2
歯みがき	文京区立茗台中学校	中居林佳奈	2
「未来の歯は今守る」	文京区立茗台中学校	久松和心	3
歯みがきって何のため？	文京区立茗台中学校	清水宏美子	3
歯と口の健康を守る大切さ	品川区立荏原平塚学園	栗田乃愛	3
「学ぼうよ、歯の大切さ」	品川区立荏原平塚学園	橋本雄河	3
歯の健康を守る事は、全身の健康に繋がる。	品川区立荏原平塚学園	村上聖真	3
歯みがきの重要性について	品川区立荏原平塚学園	山本彰之丞	3
当たり前を支える歯と口の健康	品川区立大崎中学校	林宸玥	3
口腔の健康を守るために。	品川区立大崎中学校	河合希乃香	3
むし歯	目黒区立第十中学校	安間新生	1
「歯みがきはサボるとだいなしに!？」	目黒区立第十中学校	山本泰生	1
歯の大切さ	目黒区立第十中学校	赤木璃子	1
正しい歯みがきのしかた	目黒区立第十中学校	松永明	1
口や歯の健康を保とう	目黒区立第十中学校	岡田治樹	1
歯の大切さ	目黒区立第十中学校	小松莉乃	1
歯の大切さ	大田区立志茂田中学校	大塚蒼哉	2
歯みがきが嫌い	世田谷区立砧南中学校	安次富琴子	3
人を「美しく」みせる歯	世田谷区立砧南中学校	福田菜月	3
毎日5分の未来への投資	世田谷区立砧南中学校	安藤洸星	3
歯並びと健康	世田谷区立砧南中学校	仲神凜人	3
歯医者へ行くこと	世田谷区立砧南中学校	原山諒己	3
丈夫な歯の作り方	世田谷区立砧南中学校	乙田柊真	3
一回痛めると一生そのまま	練馬区立練馬東中学校	須田栞	2
歯と歯みがきの大切さ	練馬区立練馬東中学校	国井陽奈	2
歯と共に築く明るい未来	葛飾区立中川中学校	藤田優莉亜	3
二才のむし歯	江戸川区立瑞江第三中学校	福田悠人	1
食べる実感を伝えてくれた歯	江戸川区立瑞江第三中学校	射場新	1
感謝をもって	江戸川区立瑞江第三中学校	山本心絆	1
乳歯がぬけるということ。	江戸川区立瑞江第三中学校	脇花撫	1
歯の大切さ	江戸川区立瑞江第三中学校	高橋愛栞	2

題 名	学 校 名	氏 名	学年
歯並びと健康	江戸川区立瑞江第三中学校	高山佳澄	2
歯の健康の大切さ	江戸川区立瑞江第三中学校	服部慶次	2
歯はなんのためにあるのか	江戸川区立瑞江第三中学校	熊井七渚	3
歯は命	江戸川区立瑞江第三中学校	後藤 蓮	3
わたしたちの歯	日野市立平山中学校	寺島 樹麗	1
みんなと一緒に歯みがきを	日野市立平山中学校	太田雪歩	2
朝の歯みがき	日野市立平山中学校	富樫 菜々	2
歯みがきについて思うこと	日野市立平山中学校	橋本 咲希	3
歯をきれいに保つ大切さ	日野市立平山中学校	町田 ひめ乃	3
むし歯	日野市立平山中学校	中嶋 睦 仁	3
歯を清潔に保つには	武蔵村山市立第三中学校	高橋 純 平	3
大切な歯	武蔵村山市立第三中学校	横地 璃琥斗	3
自分の歯を大切にしよう	武蔵村山市立第三中学校	小沼 紗 英	3
「歯の大切さに気づいた私の変化」	武蔵村山市立第三中学校	野上 楓 果	3
歯ブラシ以外での大切さ	武蔵村山市立第三中学校	田丸 凜 和	3

令和7年度 歯の作文

小・中学校 最優秀作文

小・中学校 優秀作文

※児童生徒の作文は基本的に原文表記のまま掲載しております。

令和7年度 歯の作文 小学校最優秀作文

この歯は家族の優しさでできている

文京区立湯島小学校

6年 米森 あやめ

私は歯のかみ合わせが悪く、それがずっと気になっていました。四年生になったとき、母に、「かみ合わせが悪いね。」と言われ、矯正歯科に連れて行ってもらいました。そこで初めて「矯正」という言葉を知りました。

病院に行ってみると、先生が私の歯を見て「これは矯正すればきれいになりますよ。」と言ってくれました。でも、歯を動かすには時間がかかるし、けっこうなお金もかかると聞き、私はびっくりしました。

歯ならびが悪くても、日常に直接的な支障は出ないのに、何十万円もかけて矯正しないとイケないのか。そうしたら家族に迷惑がかかるのではないかと不安でした。すると、母は、「迷惑だなんて思うわけないでしょ。あやめの笑顔を守るためだから、何十万だってかけるよ。」と力強く言うてくれました。そのとき私は、「矯正は私だけの頑張りじゃなくて、家族の協力も必要なんだ。お父さん、お母さん、ありがとう。」と思いました。

矯正は思っていたよりも大変でした。ワイヤーを着けた日は、ご飯を食べるときに歯が痛くて涙が出そうになったり、口の中に違和感があって、話すのも難しい日があったりしました。友達との会話でも、自分の口元が気になって、なんだか前より笑いにくく感じることもありました。

でも、そんなとき母は、やわらかいご飯を作ってくれて、私のことを気づかってくれました。父

も、歯医者さんへ行くとき、いつも車で送り迎えをしてくれました。妹も、私が「歯が痛い」と言っているときにずっと励ましてくれました。私は、毎回歯を丁寧に見てくれる先生や看護師さん、見守ってくれる家族に支えられていることを、少しずつ実感していきました。

歯医者さんに何度も通ううちに、少しずつ歯が動いてきて、前よりもきれいな歯ならびになっていくのがわかりました。鏡を見たとき、「がんばってよかった。」と思えるようになりました。それ以上に私は家族の優しさや、私の歯のためにたくさんの人がお金と時間をかけてくれたことに感謝しました。

矯正が終わった今、私は前よりも自分の歯を大切にするようになりました。せっかくきれいになった歯をむし歯でだめにしてしまったら、家族や先生、私のがんばりにも申し訳ないと思うからです。だから、毎日歯をしっかりみがくことや、甘いものを食べすぎないように気を付けています。

これからも、この経験を忘れずに、ずっと歯を大切にしていきたいと思います。私の歯ならびは、家族の温かさでできたものです。だからこの歯を大切にすることは、家族への「ありがとう」を、これからも伝え続けることだと思っています。

令和7年度 歯の作文 中学校最優秀作文

「時代を超えて学ぶ、歯の大切さ」

文京区立第一中学校

3年 金澤 ふみ

時は鎌倉時代、今から八百二十六年前。平家を滅ぼし、武士による政治である鎌倉幕府を初めて開いた人物、源頼朝は、五十一歳で亡くなりました。その原因が、口内環境の悪さだと知って、とても興味をもちました。

頼朝は落馬して体調を崩し、そのまま亡くなってしまいますが、くわしい死因としては脳卒中説や破傷風説などがあります。数々の説がある中で、療養中に水を誤嚥し、それにより細菌が肺に侵入して肺炎を起こす誤嚥性肺炎の説に注目します。この肺炎を大きく悪化させたのが、「むし歯」と「歯周病」です。頼朝は死の四年前から「歯の痛みで苦しんで目が覚めた」と言った記録が残っているほどむし歯が多く、権力闘争によるストレスから歯周病も悪化していました。このように口内環境が悪かったので、水の誤嚥で、増殖した菌が肺に入りこんでしまい、誤嚥性肺炎を起こしてしまったのです。

この時代に歯科治療があったら、未来は変わったかもしれない。実際、頼朝が亡くなった少し後には、仏教經典に基づく歯みがき習慣が広まりました。タイミング遅いです。広まった歯みがきは、塩を歯みがき粉として楊枝で歯を磨く方法でした。頼朝が生きていた時に広まっても、助かりそうにはないですね。

さて、今までタイムスリップをしていたような感覚ですが、現代はどうでしょうか。楊枝で歯をみがいていた時代から八百年以上たち、今やナイロンや合成樹脂でできた歯ブラシで歯をみがいています。頼朝の時代にはとても多かった、というよりも、対処法が無かったむし歯は、今はどうなっているのでしょうか。

中学生におけるむし歯の経験率は、年々減少し

ていて、一九七〇年代には九十パーセントを超えていたのに対し、二〇二五年では、二十六パーセントまで下がりました。ですが、油断はできません。中学生は、部活動によるスポーツドリンクの摂取や、間食の増化、塾などで夜遅くまで行動することによる生活習慣のみだれなどから、むし歯になりやすいです。また、二十代から四十代くらいでなりやすい歯周病も、中学生はなりやすいです。理由としては、ホルモンバランスの変化や、生活習慣の変化によって歯茎が腫れ、出血することなどがあげられます。これは、「思春期性歯肉炎」ともよばれています。頼朝と同じく、ストレスでどんどん口内環境が悪くなっていくと思うと、どんな時代でも、歯はキレイで健康的なのが一番良いと思いました。

頼朝の生前の歯との戦いや死因、中学生でもむし歯や歯周病になりやすい理由を調べたら、前より一層、歯への意識が高まりました。私は小さい頃から、めったにむし歯にならなかったのですが、その理由は、歯みがきが好きだったからだと思います。今でも好きなので、これからも続けます。むし歯になるとご飯がおいしく食べられなくなったり、激しい痛みが出たり、おもいっきり笑えなくなったりします。むし歯なることは「痛い」「歯医者行きたくない」などの感情だけではなく、日常生活の楽しさが大幅に減ってしまうと思います。だからこそ、毎日の丁寧な歯みがきをはじめ、生活習慣の改善やデンタルフロスの使用、糖分を控えたり、歯科医院を定期的に受診したりして、自分で自分の歯を守っていきます。歴史に名を残す頼朝でもできなかった、「口内環境を良くする」ということを、私は毎日当たり前のように行いたいです。では、歯をがみいてきます。

令和7年度 歯の作文 小学校優秀作文

健康は「歯」から始まる

文京区立湯島小学校
6年 矢部 彰

皆さんは、自分の「歯」をどれくらい大切にしていますか。自分は幼い頃、歯みがきが嫌いで、よく母に「ちゃんと歯みがきなさい。」と注意されていました。しかし、ある出来事がきっかけで、自分は歯の大切さに気付きました。

それは、三年生の時にむし歯が出来た事です。右の奥歯がズキズキと痛み、ご飯もあまり食べられなくなってしまいました。母に言われて、渋々歯医者に行くと、「むし歯が深いところまで進行しているよ。」と言われ、結局削って詰め物をする事になりました。

治療は終わりましたが、そのとき自分は、「歯は、こんなに大切だったんだ。」と、初めて実感しました。食事をするのも、会話をするもの、笑顔になるのも、全て歯があってこそできる事です。

歯医者の方が教えてくれたのですが、大人の歯は全部で二十八～三十二本あり、一度抜けてしまうと、もう新しく生え変わることはないそうです。子供の頃は乳歯なので、歯が抜けても永久歯という新しい歯が生えてきます。しかし、永久歯は失ったら二度と生えてこないと聞いたので、自分はもっと歯を大切にしようと思いました。

又、歯を大切にしないと、身体他の部分にも悪影響があると聞きました。むし歯の細菌が体内に入り込むと、病気になることもあるそうです。歯は、口の中だけではなくて、身体全体の健康にも関係しているという事を初めて知って驚きました。

それ以来、自分は毎日、朝夜はきちんと歯みがきをするようになりました。最初は面倒に感じていましたが、今ではすっかり習慣になりました。

歯がピカピカだと気分も良く、何だか自分に自信がもてるような気になります。

歯は、一度悪くなると元には戻りません。だからこそ、毎日の小さな積み重ねがとても重要な事です。歯を守ることは、自分自身の健康を守ること。これからも、「健康は歯から始まる」という意識を忘れず、歯を大切にしていきたいです。

人生で初めて歯が欠けたとき

文京区立湯島小学校
6年 池田 紗也

夜、歯みがきをしているとき、急にガリッと音がして見てみると、それは歯でした。しかし、その歯はもともとぐらぐらしていたため、その歯が抜けたのだと思っていました。しかし、抜けたと思っていた歯が小さくて、もう一度見てみると、歯が欠けていることがわかりました。

翌日、放課後に歯医者に行くことになりました。私は学校でも欠けた歯のところが気になってしまい、いつも以上に、授業も休み時間も、あまり集中できませんでした。そして、放課後に歯医者に行くと、なぜ歯が欠けたのか聞くと、神経が吸収されて空洞になったときにもろくなった乳歯に何かの力が加わり、欠けてしまっていると言っていました。話を聞いてとても驚きました。それと同時に、欠けた歯が乳歯だったことに安心しました。先生は、このまま放置していたら、欠けた部分のところが当たって危ないと言っていたため残っている歯を抜くことになりました。私は抜くことが怖くてずっとソワソワしていました。しかし、先生はとても優しく、麻酔も痛くないようにしてくれて抜くのも全く痛くありませんでした。抜いた歯の上には永久歯がいて、今も少しずつ生えてきています。

私は、この体験を通して、歯をもっともっと大

切にしようと思いました。なぜなら、この抜いた歯が、乳歯ではなく永久歯だったらと考えると、もう代わりはないし、怖く思うからです。また、歯一本欠けただけでこんなにも集中できなくなってしまうことに驚き、歯は、とても大事な存在で、すごい役割があるということも実感しました。

この欠けた体験がなければ、この思いはうまれなかったし、永久歯は一生に一本だから今まで以上に歯みがきを徹底するきっかけにもなりました。この経験を機に、歯一本一本を大切にしようと思う気持ち、歯を大切にすることを忘れずに歯を大切にしたいです。

不安だらけの歯の異常

江東区立東陽小学校
5年 齋藤 あかり

私は、三ヶ月に一回ほど歯医者で定期検診をしに行きます。これまでは「特に異常はない。」と言われていましたし、自分でも異常はないと思っていました。

ですが、最近になって、四年生の夏休みに抜けた歯がまだ生えてきていないことに気づきました。そこで、定期検診に行って、歯医者さんに気になることはないかと聞かれたときに「去年の夏休みに抜けた歯がまだ生えてきていないことが気になります。」と言ってみました。すると、歯医者さんが「もしかしたら、下に永久歯がないかもしれないから、レントゲンを撮ってみようか。」と言いました。「え…。永久歯がないってどういうこと？永久歯がなかったら、一生生えてこないのかな？手術するのか？」など、疑問がまたたく間に浮かんできて大混乱しました。今まで異常はないと言われていた分、初めてのことで怖くなりました。

定期検診はいつもどおり終えて、いよいよレントゲンを撮るときになりました。レントゲンも初めてで、部屋の雰囲気などがいつもとちがうのを

見て、さらにきんちょうしました。

撮ったあと、歯医者さんが画面に写真を映してくれて、「永久歯はここにちゃんとスタンバイしてるよ。そして、原因は、横の歯と生えてこない歯の永久歯が重なっている所があることだよ。これは、きょう正が必要だよ。」と原因と治りょう法を説明してくれました。「歯はちゃんとあるんだ！よかった！」と安心しました。

いつも異常なしだったのでそれが当たり前だと思っていただけ、歯に異常があると、とても不安になることが初めて分かりました。

これからも不安を少しでも減らせるように、定期検診を続けて異常を早く見つけ、むし歯にならないようにしっかり歯みがきをすることや、歯を強くする「カルシウム」などの栄養をとることを意識します。そして、美味しくご飯が食べられたり、おもいっきり歯を見せて笑えたりする今に感謝し、この状態をキープして、一生健康な歯でいることを目指します。

「歯みがきの大切さ」

品川区立台場小学校
5年 村松 佳奈

私は食事をしたり、甘いものを食べたりする私たち人類にとって歯みがきはとても大切なことだと考えています。しかし、以前は、ていねいにすみずみまで歯をみがいていませんでした。自分としてはていねいにすみずみみがいていたつもりだったのですが、今思うときれいにみがいていませんでした。そんな歯のみがき方が何日も何日も続きました。私は一年生のころはむし歯なんてなかったのに、年を重ねるにつれ、むし歯がたくさん見つかるようになってしまいました。歯医者でむし歯になってしまった歯の一部をけずりとられるあのこわい感覚は忘れられません。

私は今年五年生になって全国小学生歯みがき大会に参加しました。私は全国小学生歯みがき大会で歯みがきをするときのポイントやコツ、ていね

いに歯をみがかないと歯や顔の印象はどのようになっていってしまうのか知りました。例えば、歯みがきをしないと歯肉炎になってしまったり、歯が茶色く見えてしまって顔の印象が変わってしまうことです。他にも、きれいに歯をみがくには歯ブラシを歯の面にきちんと当てて、軽い力でみがき、場所によってみがき方を変え、小さく動かしてみがくと良いということを知りました。さらに、歯ブラシだけでは歯と歯の間のごれが約六割しか落とすことができないことも知りました。でも六割しかよごれが落ちないとむし歯になるかく率も高まるし、不健康に見えてしまいます。そして、どんどん印象が変わっていってしまいます。それは絶対にいやです。そこで、私は全国小学生歯みがき大会で習ったきれいな歯のみがき方を実践したり、全国小学生歯みがき大会ですすめられたデンタルフロスを使ってみました。すると、歯ブラシだけでは落ちない歯と歯のごれもきれいに落とすことができ、とても気持ちよくすっきりしましたし、歯や歯ぐきが変わった気がします。

このことから私はていねいにすみずみまできちんと歯をみがくことの重大さを実感しました。これからも全国小学生歯みがき大会で習ったポイントやコツを使って、いつまでもきれいで、むし歯にならず、歯をみがいていきたいと考えています。それは、私たち人類にとって、歯をみがくことはとても大切なことだと考えているからです。

相棒の電動歯ブラシ

品川区立鈴ヶ森小学校
6年 江頭 紬稀

私は小さいころ、一度むし歯になりかけたことがあります。それはちょうど、一人で歯をみがくようになったころでした。

お母さんと歯医者に行ったとき、「奥の歯がむし歯になりかけていますね。一人でみがいているんですか？」と、お医者さんがお母さんに聞いて

いました。友達からむし歯になったときの事を聞いていた私は、絶対にむし歯になりたくない！と心の中で願いました。

歯医者への帰り道、私はお母さんに聞きました。「むし歯って、どうしたらなるの？」お母さんはこう答えました。「少し難しいけど、歯が私たちが食べたご飯を栄養にして、歯が溶けちゃうの。だからちゃんと歯みがきしないとダメよ。」私はその時難しい言葉ばかりで何を言っているのかさっぱり分かりませんでした。こわい！ちゃんと歯みがきしなきゃ！と思いつつ、友達は歯が溶けてなくなってしまったのか？ととても心配になりました。

次の日、お母さんは私を家電量販店に連れて行ってくれました。何をしに来たのだろうと不思議に思うと共に、久しぶりの家電量販店にわくわくしていました。すると、お母さんが一つのもの前で立ち止まりました。ふとその商品棚を見ると、それは電動歯ブラシでした。お母さんはそれを指さすと、私に聞きました。「どれがいい？好きな買ってあげるよ!!」これが、私と電動歯ブラシの出会いでした。

その日から、私はその電動歯ブラシで歯をみがくようになりました。当時私が好きだったキャラクターのものでとてもテンションが上がり、自分から歯をみがくようになりました。その後もお母さんは、私が歯みがきを自分からしてくれるようにと、たくさんアイテムを買ってきてくれました。味がついているデンタルフロスや、メロンソーダ味の歯みがき粉、フッ素入りのガムなど、どれもわくわくするものばかりでした。

それから何ヶ月か後、次の歯医者への受診の日。私はむし歯になっていたらどうしよう、と不安で仕方ありませんでした。

運命の時。私はドキドキしながら口を開きました。歯医者さんは一通り歯を見ると、こう言いました。「前回のむし歯になりかけた歯が治っていますね。歯みがきをがんばっている証です。」その言葉を聞いた瞬間、不安が喜びに変わりました。今まで歯みがきをがんばったおかげだ！と小

さいながらにとっても感動しました。

こんな出来事があったから、私は今もずっとその電動歯ブラシで歯をみがいています。今でも歯みがきをがんばれているのは、あのころのお母さんと電動歯ブラシのおかげです。これからも、私はずっと相棒の電動歯ブラシと一緒に、むし歯のないきれいな歯を目指していきたいと思います。

家族の歯の健康をめざして

豊島区立清和小学校

5年 高山 優子

私は今、上下ともワイヤーを付けて歯ならびのきょう正治りょうをしています。大きい病院に行ってレントゲンをとって調べたりもしました。私はあごの骨が少し小さくて大人の歯が入りきらないそうです。そのため、健康な大人の歯を二本も抜きました。始めは抜きたくなかったけれど、抜かなければきれいな歯ならびにならないと思い、抜くことにしました。

麻酔をしてペンチのような器具で歯をつかみ色々な方向に動かしながら抜きました。麻酔の注射はあまり痛くなかったけれど、歯を抜くときの音が怖かったです。ギコギコ、ゴリゴリと色々な音が聞こえました。その時に、と中に麻酔が切れたらどうしよう。抜いた後はどうなるんだろう。と少し不安になりました。

きょう正が始まってからは、きょう正のワイヤーを調節した日からしばらくは痛いし、器具が当たってよく口内炎になります。固いものや大きいものは食べにくいし、歯みがきに時間はかかるし、大変なことは本当にたくさんあるけれど、将来きれいな歯ならびになって健康になりたいので、今はがまんしてがんばっています。

お母さんは、子どもの頃、下の歯が前に出てしまって不正こう合だったので、中学生の時に私と同じようにきょう正治りょうをしたそうです。やっぱり口内炎や治りょうの痛みなど大変なことでもたくさんあったけれど、治りょうして良かった

と言っていました。

お母さんは今も歯ならびがきれいで、歯の健康にも気を付けています。時々歯医者さんに行ってお手入れもしているのでむし歯も全くありません。私と同じように大変な経験をしているので、色々相談できて良かったなと思いました。

うちのお父さんは、今は全て治したけれど、前はむし歯がたくさんありました。そのために歯医者さんに行ってきたさんの治りょうをしました。よく歯みがきをして、普段から気を付けていればならなかったことだけど、それをしてこなかったもので、よけいなお金がたくさんかかってしまいました。「もっとちゃんと歯みがきをしていれば良かった。時々歯医者さんで歯のお手入れをしてもらっていれば良かった。」と言っていました。また、お父さんは、これからは時間をかけてしっかり歯みがきをして、半年に一回は歯医者さんで必ず見てもらうようにするそうです。家族のために朝早くから一生けん命働いてくれている大好きなお父さんが、歯を大切にしてください。これからもずっと元気でいてほしいです。

一緒に住んでいるおじいちゃんとおばあちゃんは、歯の健康にとっても気を付けているので、七十五才の今も少しの部分入れ歯ですんでいます。おじいちゃん、おばあちゃんになっても、固いものもおいしいご飯も自分の歯で食べられるなんていいなと思います。

この間見たテレビ番組で、むし歯や歯周病などの歯の健康が、体の健康ととても深く関係していると言っていました。心臓病や糖尿病、認知症など、歯には関係なさそうなたくさんある病気と歯の健康がこんなにつながっていることを知って、私はとてもおどろきました。見た目の良さだけではなく、歯と歯ぐきの健康は思っていた以上に大切なのだと分かりました。

私はこれからも、朝、昼、夜の歯みがきをていねいにやること、甘いものを食べすぎないこと、好ききらいをしないで何でも食べることを意識していきたいです。そして、家族みんなと歯を大切にしてください。自分の歯でおいしくご飯を食べられ

るように、みんなですっと仲良く健康でいられるようにしていきたいです。

フロス、さぼっていた

豊島区立仰高小学校
5年 田中 悠斗

「え、むし菌かな？」ある日、ぐらぐらしていた歯がぼろっとぬけました。すっきりした気持ちでぬけた歯を見ていた時、そのとなりの歯が見えました。歯と歯が接していた側面に、黒い点があったのです。それは、まちがいなく「むし菌」でした。

ぼくはびっくりしました。保育園のころから、毎日、朝と夜はしっかりみがき、5年生になってからは、給食の後もみがいていたのに、どうして。頭がポカーンとなりました。

ぼくがむし菌になったことで一番いやだったのは、今まで一生けん命歯をみがいてきたのに、むし菌ができたことです。そもそもむし菌があるなんて思いもしませんでした。鏡でむし菌を見つけてから、歯医者さんに行くまでの間、ぼくの頭の中は不安でいっぱいでした。「もし、この歯が永久歯だったらどうしよう。」「歯医者さんに行くと歯をけずられるのかな？」そう思って、心ぞうがバクバクして、ずっと鏡を見つめていました。ただ、学校の給食は普通においしく食べられました。歯がぬけた痛みとむし菌ができたということがショックで落ち込みました。

そして、歯医者さんに行く日。ぼくはきんちょうしながらしん察台に座りました。先生がぼくの口の中をライトで照らし、むし菌を確認します。「ああ、これか。」先生の言葉にぼくの心配は大きくなりました。しかし、次に聞こえてきたのは、予想外の言葉でした。「この歯もすぐぬける歯だから、放っておいても大丈夫だよ。」その先生の言葉を聞いて、心がほっとするような気持ちになり、「よかった。」と心から安心しました。

付きそっていた母が、「フロスは使わないとい

けないのですか？」と聞くと、先生はやさしい口調で教えてくれました。「フロスはむずかしいからね～。でもしっかりフロスを使って、歯と歯の間をみがくといいですよ。」ぼくはその時、はっとしました。フロスを使わなければいけないことはわかっていたけど、面倒くさくてさぼっていたことでむし菌ができていたのです。自分の歯を守るために、これからはフロスをしようと決めました。

ぼくには、目標があります。それは、八十一歳になるおじいちゃんです。おじいちゃんは、なんと生まれてから一度もむし菌になったことがないそうです。自分の歯で、今もおいしそうにご飯を食べるおじいちゃんは、かっこいいです。

今回の経験は、ぼくにとって、不安で、とてもいやなものでした。でも、この経験があったからこそ、フロスの大切さが改めてわかりました。いつかおじいちゃんになったとき、今のぼくのおじいちゃんのように、自分の歯でご飯を食べ続けられるようになるのが夢です。

はみがき大会から学んだこと

福生市立福生第五小学校
5年 福品 公成

ぼくは、第八十二回全国小学生歯みがき大会を通して、歯や歯ぐきを健康に保つ方法を学びました。

一つ目は、歯の表面のねばねばした正体についてです。「食べかす」だと思っていましたが、実は「歯垢」という細菌のかたまりであることが分かりました。また、歯垢1mgの中には、一億個以上の細菌があることが分かり、とても驚きました。そして、だ液の流れが悪い場所で細菌が増殖し、白またはうす黄色のねばねばした歯垢をつくりだすことを知りました。

二つ目は、歯ぐきの病気についてです。歯ぐきの病気は、「歯肉炎」という病気です。歯肉炎になると歯ぐきが赤くなり、形が丸く、厚く腫れる

ようになります。また、健康な歯ぐきと比べ、やわらかくなり、少しの力で出血してしまいます。実際に健康な歯ぐきと歯肉炎の歯ぐきの写真をみると、とても赤く腫れている様子が分かりました。感染経路は、主に歯垢の蓄積が原因でなることが分かり、歯みがきが大切なのだと思いました。歯肉炎にならない方法は、毎日のていねいな歯みがきだけではなく、デンタルフロスを使った効果的な歯垢の除去、さらに定期的に歯医者に行くことが大切であることが分かりました。歯みがきは、歯の健康だけでなく、歯ぐきの健康も守る役割があることを学びました。

三つ目は、歯ブラシでみがききれない場所についてです。主に、歯と歯の間、歯と歯ぐきの境目、そして奥歯のかみ合わせの部分が歯ブラシの届きにくい場所です。歯ブラシの届きにくい場所をきれいにするためには、デンタルフロスを使うことが大切であることを学びました。

四つ目は、デンタルフロスの使い方です。デンタルフロスとは、歯垢や食べかすを除去するために使う口の中の清掃用具のことだと知りました。使い方は、鏡で確認しながら、歯並びにあわせて

糸を歯と歯の間に入れ、上下に動かしながら歯垢を落とします。歯みがき大会でデンタルフロスを初めて使ってみて、歯ブラシのほかにも、汚れをとる道具があることを知り、便利だなと思いました。歯みがき大会の日の朝も歯みがきをしてから登校しましたが、デンタルフロスを使うと、歯垢がたくさん取れたので、驚きました。

最後に、歯ぐきを健康に保つ方法についてです。歯ぐきを健康に保つためには、定期的に歯医者さんに行くこと、毎日のていねいな歯みがき、デンタルフロスや歯間ブラシの使用、そして、バランスのとれた食生活が大切であることを学びました。

このように、ほくは、歯みがき大会で歯と歯ぐきについて多くのことを学びました。歯みがき大会を終えて、むし歯にならないように、汚れが落ちにくい歯と歯の間や歯と歯ぐきの間を意識して歯みがきをするようになりました。また、今まで使っていなかったデンタルフロスも使うようになりました。これからも歯みがき大会で学んだことを意識して健康な歯や歯ぐきを保ちたいと思います。

令和7年度 歯の作文 中学校優秀作文

歯は命！

文京区立茗台中学校
2年 筒井 康一

「きれいですね～」

かかりつけのデンタルクリニックに定期検診で行った時、僕の歯のレントゲン写真を見て、歯医者さんはそう言いました。僕も確かにきれいな歯並びだなと思いました。

世の中には、歯並びのきれいな人とそうでない人がいます。歯並びのよさは、運動能力の向上に繋がるそうです。なぜなら、口周りの筋肉は、顔だけでなく首や肩、そして全身の筋肉とも繋がっている為、歯並びが悪いと、これらの筋肉にも悪影響を及ぼしやすいからです。全身の歪みに繋がることがあるそうです。運動能力の高いトップアスリートの選手に、歯並びがよい人が多いのも納得です。

では、歯並びをよくするには、どうすればよいでしょう。その方法は、二つあります。

一つは、口腔トレーニングです。具体的には、「あいうべ体操」や「舌スポットトレーニング」が推奨されています。あいうべ体操は、「あ～」「い～」「う～」「べ～」と発声する体操で、舌や口腔周囲筋（唇、ほほ、あご、舌などの口の周りの筋肉）をきたえ、口呼吸から鼻呼吸への移行を促すそうです。舌スポットトレーニングは、上の前歯の裏に舌の先端がつき、舌全体が上あごについている状態にするトレーニングです。リラックスしている時や飲み込む時に舌がこの位置にあるように意識することで、舌癖の改善に繋がるそうです。

もう一つは、硬いものを食べることです。せんべいやするめのように硬いものを食べるには、しっかりよく噛む必要がある為、あごの発達を助

け、結果として歯並びをよくする効果が期待できます。また、するめのように噛む回数が多いものは、唾液の分泌も促進され、むし歯予防に効果的です。ただし、硬いものばかり食べるのは歯に負担がかかり、逆に歯並びが悪くなる可能性があるため、注意が必要です。ちなみに、むし歯がなくて歯並びがきれいな僕は、毎日欠かさずせんべいを食べています。僕の妹は、するめが大好きなので、よくおやつにするめを食べています。妹も同じくむし歯が無く、歯並びがきれいです。

一方、小学三年生のいとは、あごが小さくて歯が大きい為、歯並びが悪く、ワイヤー矯正を始めようとしています。僕は、いとこの勉強を週に一回見ているのですが、短い時間しか集中することができません。歯並びがよいと、学習能力も向上するそうなので、矯正をして集中力が上がっていくと良いと思います。また、いとは体幹がしっかりしていないので、よく転び、壁にぶつかってしまうこともあります。これも歯並びが関係しているのかもしれませんが、矯正をして、歯並びがよくなることで運動能力の向上にも繋がり、怪我が減ると嬉しいです。

日本は、歯並びが悪い人の割合が六十パーセントを超えていますが、そのうち矯正治療をしている人の割合は、十～二十パーセント程だそうです。矯正には、お金も時間もかかるので、治療したくてもできない人も多いのではないかと思います。歯科矯正をしたい人が気軽に治療を受けられるようになれば、口腔疾患が減り、さらには全身疾患も減るという良い循環が生まれると僕は思います。つまり、歯は命！に繋がるということです。僕は、これからも自分のきれいな歯を守り、大切にしていきたいです。

当たり前を支える歯と口の健康

品川区立大崎中学校
9年 林 宸玥

私たちが日々の生活の中で、あたりまえのように行っている「食べる」、「話す」、「笑う」という行動。そのすべてに関わっているのが、歯と口の働きです。食事をするのも、誰かと会話をするのも、家族や友達と笑い合うのも、歯と口が健康だからこそ、何の支障もなく行うことができます。けれども、そのありがたさは、不調になって初めて気づくものなのかもしれません。

私がそのことを強く意識するようになったのは、兄の体験を間近で見たことがきっかけでした。数年前、兄は中学受験を控えていました。毎日夜遅くまで机に向かい、一生懸命に勉強していた兄の姿は、今でも印象に残っています。けれどもある日、兄は「歯が痛い」と言い始めました。最初は軽い痛みだったようで、「ちょっと疲れてるだけだよ」と気にしていない様子でした。しかし数日後、痛みはどんどんひどくなり、食事のときもまともにかめず、夜も眠れないほどになってしまったのです。

心配した母が歯科医院に連れて行ったところ、むし歯がかなり進行していると診断されました。兄は「少し痛むくらい我慢すればいい」「今は勉強を優先したい」と思っていたようですが、その我慢が逆に、受験勉強に支障をきたすほどの痛みへとつながってしまったのです。兄はしばらくの間、治療のために勉強時間減らさざるを得ず、食事も思うようにとれない日が続いて、かなり落ち込んでいました。

私はその様子をすぐそばで見ている、「歯が健康でないことが、これほどまでに生活に影響するのか」と驚きました。兄は無事に受験を終え、志望校にも合格しましたが、「もっと早く歯医者に行っていればよかった」、「痛みを軽く見たのは失敗だった」と言っていたのが印象的です。

それ以来、私は歯と口の健康について、日ごろ

から意識するようになりました。毎日の歯みがきをより丁寧に行うようになり、うがいの回数も増えました。歯科検診のときにも「大丈夫かな」と気にかけるようになり、自分の口の中の状態に関心を持つようになったのです。

また、中学に入り保健の授業で学んだことも、私の意識を変える大きなきっかけになりました。授業では、よくかむことが脳の刺激につながり、集中力や記憶力が高めるという話がありました。食事のときにただおなかを満たすのではなく、しっかりと時間をかけてよくかむことで、頭の働きにも良い影響があるのだと知り、「歯の働きって、思っていたよりずっとすごいんだな」と感心しました。

さらに、自分で調べていく中で、「オーラルフレイル」という言葉にも出会いました。これは口の機能が衰えていくことを意味する言葉で、高齢者に多く見られる現象です。けれども、若いうちに歯を失ってしまうと、年齢に関係なく口の働きが低下しやすくなると知って、今の自分の習慣が将来の健康にもつながっていることに気づきました。

また、歯や口の中を清潔に保つことは、むし歯や歯周病の予防になるだけでなく、糖尿病や心臓病、さらには肺炎などの全身の病気の予防にもつながっていることも分かりました。たった数分の歯みがきやうがいといった習慣が、自分の命を守る第一歩になっていると考えると、少しの間も惜しんではいけないのだと感じます。

兄のように、大事な時期に歯のトラブルで苦しむことがないように、私はこれからも毎日のケアを大切にしていきたいと思います。そして、健康な歯と口で、しっかり食べ、しっかり笑い、前向きに日々を過ごしていけるように、これからも自分の体と向き合っていきたいです。

歯並びと健康

世田谷区立砧南中学校
3年 仲神 凜人

私は小学三年生から歯列矯正をしています。「歯と口の健康」というテーマについて考えた時、私の経験した歯列矯正を思い出しました。この経験はただの見た目の問題では無かったと気が付きました。

私が矯正を始めた理由は、歯並びが悪く、医師に勧められ、両親も賛成してくれたからです。特に前歯の隙間が目立ち、人前で歯を出して笑うことが恥ずかしかった記憶があります。医師は、見た目だけでなく「噛み合わせが悪いと将来の健康にも良くない」と教えてくれました。その時はよく分かりませんでしたが、後から調べてみるとむし歯や歯周病、顎関節症、歯の摩耗や割れ、歯ぎしり、食いしばりなどが、噛み合わせが悪いことによって起きることがわかりました。ただ、始める前は器具の見た目や痛みがないかとても不安でした。

実際に初めてみると、ワイヤーで歯を締め付けられる痛みで夜眠れなかったり、器具が頬の内側にあたることで大きな口内炎ができて食事が取れなかったり、話しにくさもあつたりと苦勞がたくさんありました。でも、少しずつ前歯の隙間が埋まり、歯並びがきれいになっていくのを感じられるようになると、頑張っ続けていこうと思うようになりました。また、器具によって歯に汚れが付きやすくなってしまったので、むし歯にならないよう丁寧に歯みがきをする習慣ができました。歯列矯正をきっかけに歯の健康について、以前よりも気をつけるようになりました。

まだ矯正は続いています、始める前に比べると歯並びがとてもきれいになり、自信が持てるようになりました。痛みを耐え、むし歯にもならずにここまで来れたのは自分の努力と、頻繁に病院に連れて行ってくれた両親の支えとおかげだと思います。歯列矯正には、見た目だけではなく健康

上のメリットもたくさんあるので、これからも頑張っ続けていきたいです。

しかし、歯列矯正は誰にでも簡単にできるわけではありません。実際私の治療費も決して安いものではなかったと両親から聞いています。調べてみたところ、歯列矯正には平均で七〇万円から一〇〇万円ほどかかるといわれています。しかも保険がきかず、ほとんどが自費での治療になります。私のように歯並びや噛み合わせに悩んでいても、費用の面であきらめる人がいるそうです。歯列矯正は見た目だけを治すためではなく、噛み合わせを治し、しっかりと食べて話せるようになる健康にも良い治療です。それなのに受けたくても受けられない人がいることを知り、残念に思いました。もっと受けられる人を増やすために、歯列矯正の費用をもう少し安くしたり、保険が適用されると良いと感じました。

歯列矯正を経験して私は、歯と口の健康を守ることの大切さを知ることができました。これからも歯みがきを続けて、むし歯や歯周病にならないように気をつけていきたいです。そして将来の自分の子供にも歯の健康の大切さを教えられる大人になりたいと思います。

歯はなんのためにあるのか

江戸川区立瑞江第三中学校
3年 熊井 七渚

「歯はなんのためにあるのか」と聞かれたら、多くの方は「食べるため」と答えるだろう。もちろんそれは正しいが、私は中学一年生のときにある体験から、もっと深い役割があることに気づいた。

私は中学一年生の冬、奥歯にむし歯ができてしまった。痛みをごまかしながらすごしていたが、ついに食事中にズキンと激しい痛みが走り、ご飯もろくに食べられなくなった。歯医者に行った結果、もう少し時間がたっていたら、神経を抜く治療が必要になる寸前だった。今日、歯医者に来て

いなかったら、もう歯はなくなっていたかもしれないねとお医者さんに言われた。私は初めて「歯ってなくなったら終わりだな」と実感した。治療が続く間、片方の歯でばかりかむようになり、あごがだるくなったり、好きなものを思いっきり食べられなかったりして、初めて、歯のありがたさを感じた。

歯はただ食べるだけのためにあるのではない。話す時の発言を助けてくれたり、笑顔をつくったりするのも関係している。前歯が一本ないだけで、笑うことに自信を持てなくなる人もいる。つまり歯は私たちの「見た目」や「気持ち」に大きく関わっているのだ。

さらに、よくかんで食べることで消化が助けら

れ、健康にもつながる。最近では、かむ回数が少ないと集中力が下がるという研究もあるそうだ。歯は、体と心の両方を支える大切なパーツなのだ。

あのときのむし歯の経験をきっかけに、私は毎日3回、ていねいに歯みがきをしている。フロスなども使いつつでもきれいな歯でいられるように心がけている。

「歯はなんのためにあるのか」。

それは、「生きることすべて」に関わるためだ。食べる、話す、笑う、健康でいる。どれも当たり前のようで実は歯があるからこそできること。私はこれからも、この大切な歯をできるだけ長く守っていきたいと思う。

第60回東京都学校歯科保健研究大会

協賛・CM・広告掲載・企業展示

協賛企業

- ・ライオン株式会社
- ・サンスター株式会社
- ・株式会社ジーシー

CM 企業

- ・ライオン株式会社
- ・株式会社歯愛メディカル

広告掲載企業

- ・ライオン株式会社
- ・公益社団法人日本臨床矯正歯科医会
- ・日本保険マネジメント株式会社
- ・株式会社 GIA
- ・株式会社ギコウ
- ・オハヨー乳業株式会社
- ・株式会社ロツテ

企業展示

- ・株式会社ギコウ（広告含）
- ・オハヨー乳業株式会社（広告含）
- ・株式会社ロツテ（広告含）
- ・株式会社シエン社

大会実行委員
(本会役員・委員)名簿

第60回東京都学校歯科保健研究大会実行委員(本会役員・委員)

委員長	鈴木あい子
副委員長	山室 直子 箭本 治
事務局長	柘植 琢磨
総務	嘉部 暁
会計	清水 浩一
監事	鈴木 勝 岡谷 進

進行係	担当役員	西村 健 進行リーダー	山崎 淳史 進行	山室 直子 賞状受渡し担当
		柘植 琢磨 スライド・リハーサル担当	安藤 武史 次第送り担当	
受付係	担当役員	清水 浩一 受付チーフ	金田 和彦	
	担当委員	南 誠二		
控室係・誘導係	担当役員	嘉部 暁 控室チーフ	大橋 美保	
		鎌田 未幾	田仲 眞理	
場内・案内係	担当役員	箭本 治 総括	嘉部 暁	安藤 武史
		矢野 章	室岡 孝二	中島 陽州
接待・案内係	担当役員	鈴木 勝	岡谷 進	
場外・案内係	担当役員	山崎 淳史 案内チーフ	中山 敦	
	担当委員	小泉 王介	大久保 悟	
写真報道・記録係 (ホワイエ・第二会場担当)	担当役員	室岡 孝二		
	担当委員	南 誠二 浅見 律	小泉 王介 大久保 悟	辛島 清史 赤尾 眞理
救護係	担当役員	鎌田 未幾	田仲 眞理	

第60回東京都学校歯科保健研究大会要項

令和8年2月26日 発行

(発行者) 鈴木 あい子

(発行所) 公益社団法人 東京都学校歯科医会

東京都千代田区九段北4-1-20

TEL 03-3261-1675

(印刷所) 一世印刷株式会社

東京都新宿区下落合2-6-22

TEL 03-3952-5651

GIKOデジタルデンティストリー

口腔内スキャナーをお持ちの先生、または導入をご検討されている先生へ。
弊社で取り扱うデジタルデンティストリーのご案内です。

対応口腔内スキャナー

株式会社ギコウは国内に流通している口腔内スキャナー**すべて**に対応しています。



作製補綴物について

- ・モデルレスで製作の補綴物はフルジルコニアのような CAD/CAM 加工製品のみです。
- ・レイヤリングの場合は3Dプリント模型での作製になります。

(2024年7月時点) 保険CAD/CAMインレー

商品名	オールセラミックス	オールセラミックスインレー	コバライトボンド ※1	ジルコニアレイヤリング ※1	フルジルコニア	ジルコニアインレー	HIK	GAB	GikoAligner ※2
マテリアル等	オールセラミックス	コバライトボンド	ジルコニア			チタンベースフルジルコニア	チタンカスタムアバットメント	矯正装置	
部位									

※1 陶材薬盛の為、造形模型が必要です。(有料)
※2 セミナーの受講が必要です。

IOS・デジタル歯科技工専用コールセンターのご案内

IOS・デジタル歯科技工に関するお問い合わせはこちらへお問い合わせください。

フリーダイヤル

0120-948-886

受付時間
9:00~18:00
※土曜・日祝除く

歯科技工の未来を創造する

株式会社 **ギコウ**

ベルギー料理&ベルギービールの店

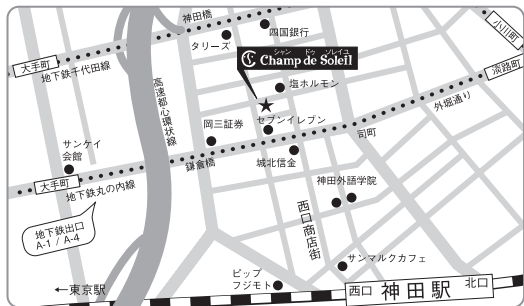
Depuis 1994



Champ de Soleil

シャン ドウ ソレイユ

シャン・ドウ・ソレイユは「美食の王国」と讃えられるベルギーの郷土料理を中心に、こだわりの西欧料理をご用意しています。また70種類以上のベルギービールを専用のビールグラスで堪能する、まさに本場の風味を感じていただけます。是非、本格的ベルギースタイルを心ゆくまでごゆっくりとご堪能下さい!



詳しくはホームページをご覧ください
<http://champdesoleil.com/>

オーナーシェフ 原田延彰

シャン・ドウ・ソレイユ

東京都千代田区内神田1-10-6 一世会館
TEL 03-5281-0333 / FAX 03-5281-0334

大切なご家族とクリニックをお守りし 安心と診療に適した基盤づくりを お手伝いさせていただきます

歯科医師のリスク対策に特化し、最大限メリットを活用した「団体保険」を中心にご案内しております。

ぜひ、皆様の福利厚生の充実にお役立てください。

- ☆ 団体歯科医師賠償責任保険
- ☆ 団体所得補償保険・GLTD (団体長期障害所得補償保険)
- ☆ 自動車保険、火災保険
- ☆ 医療保険・がん保険、経営者保険のご相談など受付けております。

近年、医療機関を標的とした、ランサムウェアをはじめとした サイバー攻撃による被害が増加しています!!



サイバー攻撃、
情報漏えいリスクの
対策はできていますか?

サイバーリスク保険

医療機関のシステムが感染すると電子システム等が利用できなくなり、診療への支障や患者の個人情報などが窃取されたりするなどの被害をもたらす可能性があります。

情報漏えい等の事故発生の場合、早期発見・早期対処が極めて重要です。

保険会社の持つ緊急時のサポートサービスを活用することでインシデント発生時における負担の軽減を図ることもできます。詳細につきましては弊社までお問い合わせください。

資料請求・ご相談・お問合せは下記までご連絡ください

生命保険・損害保険代理店

日本保険マネジメント株式会社



QRコードからも
お問合せ
いただけます

〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町2-2-13 八千代ビル4F
TEL. 0120-463-176 平日 10時-17時
FAX. 0120-463-175
Mail info@jimhoken.com

保険はどこも同じではありません。
明日への安心、ご相談ください。



歯科医師賠償責任保険
自動車保険
火災保険

所得補償保険
生命保険
ゴルファー保険

G.I.A.へおをください

先生方の団体扱いの保険をご用意しております。

自動車保険、火災保険、所得補償保険、傷害保険、生命保険、医療保険、
医師賠償責任保険、旅行保険等、取扱いしております。

●取扱保険会社

- ・東京海上日動火災保険(株)
- ・損害保険ジャパン(株)
- ・三井住友海上火災保険(株)
- ・セコム損害保険(株)
- ・Chubb 損害保険(株)
- ・AIG 損害保険(株)
- ・キャピタル損害保険(株)
- ・ソニー生命保険(株)
- ・SOMPO ひまわり生命保険(株)
- ・三井住友海上あいおい生命保険(株)
- ・東京海上日動あんしん生命保険(株)
- ・アフラック生命保険(株)
- ・メットライフ生命保険(株)
- ・日本生命保険相互会社

株式会社G.I.A.

〒190-0022 東京都立川市錦町2-1-1
タウンコート立川 403号
TEL 042-524-3203 (代表)
FAX 042-527-9776
URL <https://gia-t.jp/>

日本医科歯科協同組合

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷5-26-5
代々木シティホームズ 101号
TEL 03-3352-9771 (代表)
FAX 03-3352-9559
URL <https://n-ikashika.jp/>

人を想う幸せ...

ホンモノは、おいしい。
OHAYO

ボクの先生は、

いつもボクのことを安心させてくれて、元気をくれる。

名医ってそのことを一番にわかっている気がする。

先生が言った...

「未来を担う子供たちにバクテリアセラピーを伝えたい。

500兆個以上の菌の多様性が人の命を支えてくれている。

そのリーダー的な存在がロイテリ菌なんだよ...」

先生はすべてを治して、すべてを予防する...

なんて言ってくれるワケじゃない...

でも、ボクを想う心が、ボクに夢と希望を与えてくれる。

目に見えないチカラが、ボクにとって一番大切な宝物だと信じてる。

詳しくは



ロイテリ乳酸菌ヨーグルト

ロイテリ

ohayo-reuteri.com

全身の菌質をケアして菌バランスを整えることで健やかな毎日をサポート



「第20回ブレースマイルコンテスト」
一般部門 最優秀賞「最高の笑顔」佐藤優萌さん(神奈川県在住)

若いうちからの矯正歯科治療で 「歯の健康長寿」を 叶えましょう

毎日おいしく食事がとれることは健康を維持し、生活の質を高めることにつながります。そのために大切なのが、よくかめる安定した咬み合わせです。問題のある咬み合わせは、矯正歯科治療で早めに改善することが、歯を長持ちさせ、生涯元気に生きることにつながります。

厚生労働省と日本歯科医師会が1989年から推進する「ハチマルニハチマル」運動は「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」をスローガンとしたものです。この運動が始まって間もない1993年には8020達成者は10%弱でしたが、2023年の最新調査では50%超となりました。

では、どのような理由で私たちは歯を失うのでしょうか。理由のトップ3は「歯周病」「むし歯(う蝕)」「破折」です。歯周病やむし歯になる主な原因は磨き残しですが、歯並びや咬み合わせの悪さも歯を早期に失うことにつながります。U字形のアーチを描

いてすべての歯が隙間なく並んだ「正常咬合」に対し、咬み合わせに問題のある「不正咬合」は歯ブラシが届きにくく、しかも食事や睡眠中に一部の歯に過剰な力や横揺れの力がかかるため、むし歯や歯周病の進行を助長してしまつたのです。

矯正歯科治療は歯を支える歯槽骨や歯肉などに問題がなければ、いくつになっても受けることができますが、年齢が上がると歯や歯周組織に問題がある場合が多く、治療内容が複雑で費用も多くなりがちです。自分の歯を長く健康に保つには若いときからの矯正歯科治療がおすすめです。

日本臨床矯正歯科医会では、矯正歯科治療の正しい情報提供を行うため、養護教諭をはじめ学校関係者の方々に向けての無料の講演会を全国各地で行っています。当会会員である矯正歯科医による講話・講演を、子どもたちのすこやかな未来のために役立ててください。

(公社)日本臨床矯正歯科医会とは?

「公益社団法人日本臨床矯正歯科医会」は、矯正歯科の臨床経験を5年以上有する矯正歯科専門開業医からなる全国組織です。矯正歯科の専門団体として、「よい咬み合わせときれいな歯並びによって心身の健康を育む」を治療目的とし、見た目の美しさだけでなく、咬み合わせの改善、咀嚼機能の向上、口全体の健康増進に取り組んでいます。



公益社団法人
日本臨床矯正歯科医会
<https://jpao.jp>



本会の
ホームページ



YouTube
矯正歯科の選び方

LOTTE

噛むこと研究室

噛むチカラを、みんなのチカラに。



ロッテは1948年の創業以来、ガムを作り続けてきました。
私たちはこれからも様々な研究機関や企業と連携し、
最適な“噛む”を提供することで、
みんなの力になりたいと考えています。



脳とこころ



からだの健康



お口の健康



子どもの発育



美容

噛むこと情報サイト

噛むこと研究室 <https://www.lotte.co.jp/kamukoto/>



ガムをかんだ後は紙に包んでくずかごへ。





第83回 全国小学生 歯みがき大会



全国小学生歯みがき大会は、
小学生の歯と口に対する健康意識を育むことを目的に、
毎年「歯と口の健康週間（6月4日～10日）」にあわせて開催しております。
参加小学校に教材を提供し、
本編映像（DVDまたはYouTube）を見ながら参加いただく事ができます。
日頃の歯科保健指導の一環として、ぜひご活用ください。

DVD・YouTubeで
参加する
歯みがき大会



開催概要

大会期間

2026年6月1日(月)～10日(水)

参加対象

小学校5年生 ※4年生・6年生でも参加いただけます。
※いずれか1学年の参加となります。

参加費用

無料 ※使用する教材（児童用ドリル、歯ブラシ、デンタルフロスなど）も無償で提供いたします。

定員

6,100校 / 340,000人(先着順)

申込期間

2026年1月5日(月)～2月27日(金)

申込方法

ライオン歯科衛生研究所のホームページよりアクセス

<https://www.lion-dent-health.or.jp/>

ライオン歯科衛生研究所

検索



※開催概要は、変更になる場合がございますので、予めご了承ください。

※2025年10月中旬より、全国小学生歯みがき大会サイトに「第83回 全国小学生歯みがき大会」に関するご案内を掲載いたします。詳細は、全国小学生歯みがき大会サイトにてご確認ください。

主催：(公社)日本学校歯科医会 / (一財)東京都学校保健会 / ライオン株式会社 / (公財)ライオン歯科衛生研究所

後援：文部科学省 / 東京都教育委員会 / (公財)日本学校保健会 / (公社)日本歯科医師会 / (公社)東京都歯科医師会 / (公社)東京都学校歯科医会
(公社)日本歯科衛生士会

※記載団体は第82回大会のものです。

お問い合わせ先

公益財団法人ライオン歯科衛生研究所 〒111-8644 東京都台東区蔵前1-3-28

☎ 03-6739-9001

✉ 6480@lion.co.jp

