

소규모 학교에서의 이닦기 지도

이 영 수
충청남도 예산군
장복초등학교 양호교사

I. 서론

1. 지도의 필요성

보건교육은 개인이나 지역사회 주민의 건강을 유지하고 증진하는데 목적이 있으므로 보건에 관한 지식 전달은 물론 생활태도 및 행동의 변화까지 유도되어야 한다.

그렇기 때문에 기본생활습관 형성기라고 볼 수 있는 유치원과 초등학교 때의 보건교육은 일생동안 그들의 건강관리 능력의 기초가 될 수 있으므로 그 필요성과 중요성이 더욱 강조되고 있다.

특히 구강보건은 초등학교 학령기의 특징이라 볼 수 있는 당분의 섭취가 많고 구강관리능력이 성인기에 비해 미흡하며 또한 유치와 영구치가 교환하는 시기이므로 집중적이고 계속적으로 이루어져야 함은 아무도 부인할 수 없을 것이다.

이것을 증명하는 많은 논문들과 연구조사 결과를 기초로 아동들의 이닦기 습관 형성을 위한 지도에 적용 해 보았다.

2. 지도의 목적

바른 이 닦기 지도를 통해 치아우식증 치아 보유 개수를 낮추고 이 닦는 습관 형성을 통해 구강보건관리 능력을 증진하고자 한다.

II. 본론

소규모 학교에서의 이닦기 지도

1. 실태 분석 및 대책

학년초 구강보건에 관한 설문조사를 통해 아동 및 교사의 구강보건에 대한 의식 및 실천정도를 조사하고 실태를 분석하여 지도의 중점사항을 추출하였다.

내 용	실 태 분 석	대 책
◎구강보건의식에 관한 학생 실태	· 구강보건에 대한 의식 및 실천 부족 · 구강보건교육의 필요성 인식 부족	· 보건교육시간 확보를 통해 구강보건 의식 함양
◎구강보건의식에 관한 교사 실태	· 구강보건교육의 체계성 부족 · 학습 자료가 충분치 못함 · 필요성은 인식하나 지도에 어려움이 있음	· 구강보건교육 및 지도를 위한 연수 실시 · 교수 학습자료 구입 및 제작
◎이 닦기 실천을 위한 환경 조사	· 이닦기 도구 준비 소홀 · 개인 사물함에 보관하여 위생상 문제점 노출 · 이닦기 여부의 확인 불가	· 이 닦기 실천을 위한 시설환경 정비
◎치아우식증 치아 보유개수	· '98. 신체검사 통계- 1인당 치아우식증치아 3.6개 보유로 나타남	· 치아우식증 치아 보유 개수 3.0이하로 낮춤

2. 지도의 중점사항

- 가. 보건교육 시간 확보를 통해 학년성에 맞는 구강보건 교육 실시
- 나. 이닦기 지도를 위한 시설 환경 정비
- 다. 자발적 참여 유도를 위한 다양한 보상제도 운영

3. 지도 기간 및 대상

1998~현재까지 장북초등학교 유치원~6학년

4. 지도의 실제

- 가. 보건교육 시간 확보를 통해 학년에 맞는 구강보건교육 실시

1) 구강 보건교육 연간 계획 수립

학교보건 연간계획에 의거 1, 2학년은 월 1회 3~6학년은 주 1회 보건교육 시간을 확보하고 학년에 맞는 구강보건교육을 연계성 있게 실시할 수 있었다.

구강보건 교육 연간 계획

(예시 1)

학 년	시간수	지도 내용	교수·학습 자료	비 고
유치원	1	치아우식증 예방과 이닦는 방법	치아모형, 칫솔, 불소용액	수돗가에 가서 직접 닦아 봄
1	2	치아의 역할, 치아우식증 예방법, 이닦는 방법, 불소양치 방법	치아모형, 칫솔, 불소용액, 학습지	
2	2			
3	3	치아의 구조, 역할	치아모형, 칫솔	구강보건의 중요성을 부각시킴
		3대 구강병의 원인, 증상, 예방법	PPT자료	
		올바른 이닦기	비디오	
4	1	3대 구강병 예방과 이 닦기	PPT자료, 학습지2	
5	1	불소 양치와 치아 건강	학습지3	잘 못 알고 있는 상식 깨기
6	1	치과 상식	학습지4	

2)건강생활 실천장 제작 활용

본교 소개 자료를 살펴보면 아동들이 연령에 비해 체구가 작으나 강인한 편이고 위생 관념이 부족한 것으로 소개되고 있다.

이러한 단점을 보완하고자 본교에서는 “건강생활 실천장”을 제작하여 활용하고 있다. 나의 소개, 건강 3운동 실천, 나의 체격 변화, 불소양치, 응급처치 등의 내용으로 구성되어 있으며 무엇보다도 아동 스스로 건강관리를 할 수 있도록 제작하여 활용하고 있다.

소규모 학교에서의 이닦기 지도

(예시 2)

건강 3운동 실천

☆ 감고, 씻고, 닦기를 잘 실천하였는지 매주 월요일 스스로 기록하십시오.
매우잘함(○) 보통(△) 안함(×)

항목 월(주)		2-3일에 한번머리 감기	매일 손,발 씻기	매일 아침,저녁 이닦기	항목 월(주)		2-3일에 한번머리 감기	매일 손,발 씻기	매일 아침,저녁 이닦기
3 · · ·	1				9 · · ·	1			
	2					2			
	3					3			
	4 · · ·					4 · · ·			

나. 이 닦기 지도를 위한 시설 정비

1). 시설 정비

그 동안 각 교실 개인 사물함에 이 닦기 도구를 보관하고 있었으므로 통풍이 되지 않아 칫솔의 세균 번식이 우려되고 급식 후 교실까지 올라가야 하는 불편과 아동들이 이를 닦는지 여부가 불투명하였다. 이런 단점을 보완하고자 다음과 같이 정비하였다.

- 가) 이 닦기 도구를 급식실 출구와 수돗가에서 가까운 서고 입구로 옮겼다.
- 나) 앵글을 이용하여 학년별로 선반을 제작하였다.
- 다) 선반 위에 장판을 깔고 이름표와 컵을 놓을 위치를 표시하였다.
- 라) 과학실에서 내 놓은 실린더 꽃이를 이용하여 칫솔을 꼽게 하였다.

이렇게 시설을 정비하고 증식 후 나오면서 바로 이 닦기 도구를 가지고 수돗가에서 이를 닦도록 지도한 결과 한사람도 빠짐 없이 이를 닦았으며 식후 3분 이내에 이를 닦을 수 있었다.

2) 이 닦기 지도

철저한 이닦기 지도를 위하여 다음과 같은 방법을 구안하였다.

- 가) 양호교사는 아동보다 먼저 식사를 마친다.
- 나) 학년별 불소통을 수돗가에 진열한다.
- 다) 스티커를 갖고 수돗가에서 서서 이 담는 방법을 지도한다.
- 라) 불소 양치까지 마친 아동은 스티커를 나눠준다.
- 마) 스티커는 출입구 옆에 학년별 불소양치 현황표 자기 이름 옆에 붙인다.
- 바) 한달 후 이 담기 여부를 개인별로 통계를 내고 누가철을 한다

<예시 3> 중식후 이 담는 모습

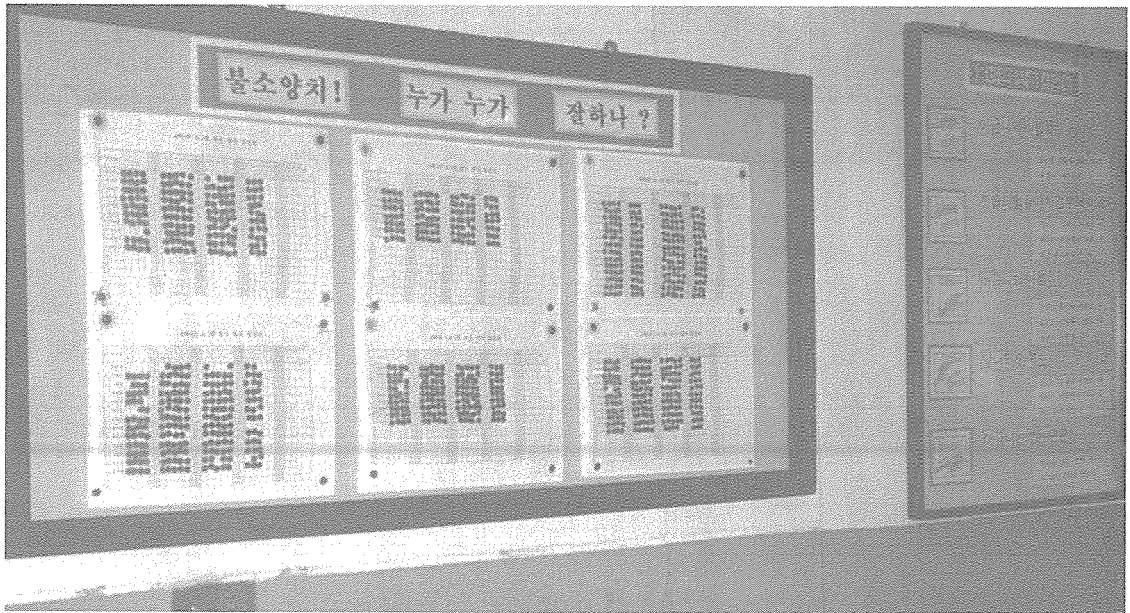


소규모 학교에서의 이닦기 지도



<예시 4> 이 닦기 도구 보관 모습

<예시 5> 학년별 불소양치현황표



3) 학부모 교육

결국 학교에서 한 번도 빠지지 않고 이 닦기를 한다 해도 아침저녁은 집에서 닦아야 되므로 가정에서의 이 닦기 지도는 그만큼 비중이 커질 수 밖에 없다. 따라서 학부모님의 적극적인 지도가 이닦기 습관 형성에 많은 영향을 미칠 수 있으므로 학부모 교육은 필수 조건으로 작용한다. 그리하여 한 달에 한번 발간되는 학교 보건소식을 통해 구강 보건의 중요성과 관리방법, 치료방법 등을 시리즈로 엮어 학부모 교육을 실시하였다. (예시6)

다. 자발적 참여 유도를 위한 다양한 보상제 운영

- 1) 4월 7일 세계보건의 날 기념 '교내 그리기, 글짓기 대회'를 개최하여 각 부문별로 시상하여 구강보건의식을 함양하였다
- 2) 6월 9일 구강 보건의 날을 맞아 건치 아동을 시상하였다. 선발 기준은 구강검진 결과 치료할 치아가 하나도 없는 아동 중, 불소 양치를 한번도 거르지 않은 아동, 건강생활 실천장 기록을 잘 한 아동을 점수화하여 선발 시상하였다. (예시7)
- 3) 학교보건소식지에 이달의 퀴즈란을 마련하여 흥미를 갖고 구강보건 상식을 알아보도록 하였다.
- 4) 학기말에는 불소 양치를 가장 잘 한 반을 선정하여 불소양치 우수반으로 지정 시상하였다.

소규모 학교에서의 이닦기 지도

건치 아동 선발을 위한 채점표

(예시 7)

항목	점수	5	4	3	2	1
1. 치료할 치아, 빠진 치아가 없는가?						
2. 치열이 고른가?						
3. 불소양치를 잘 했는가?						
4. 건강생활실천장을 잘 기록 했는가?						
총 계						

표 창 장

학년 반
성명

위 어린이는 건강생활을 잘 실천하여 건치아동으로 선발되었으므로
이를 표창함

1999. 6. 14

장북초등학교장 김 찬 구

Ⅲ. 결론 및 제언

1. 결론

- 가. 학년성에 맞는 체계적인 구강보건 교육을 통해 구강질환예방은 물론 이 닢기 습관을 형성시킬 수 있었다.
- 나. 이 닢기 지도를 위한 시설 정비를 통해 이 닢기를 보다 편리한 환경에서 실천할 수 있었다.
- 다. 가정과의 연계 지도를 통해 구강보건교육의 효과가 지역사회로까지 파급될 수 있었다.
- 라. 치아우식증 치아1인당 보유 갯수를 98년 3.6개에서 99년 2.9개로 줄일 수 있었다.

2. 제언

- 이미 많은 학교에서 실시하고 있는 ‘불소양치용액 사업’은 담장자의 적극성 여부와 각종 시설설비조건, 담임교사의 협조 정도가 성패의 변수로 작용하고 있다. 보다 적극적이고 체계적인 문제 접근을 통해 변수의 폭을 줄이고 계획했던 효과를 올릴 수 있기를 바라며 다음과 같은 점에서 보완 연구가 이루어져야 하겠다.
- 가. 학교 규모에 맞는 이 닢기 실천 프로그램이 개발된다면 각 학교에서 겪게 되는 시행착오를 줄일 수 있을 것이다.
 - 나. 지역사회 의료기관과의 협조가 원활히 이루어진다면 좀 더 효과적일 것이다.
 - 다. 학년별로 성장 발육에 맞는 교육 과정을 개발한다면 좀 더 체계적이고 효과적인 교육이 이루어질 것이다.