

口からカラダへ。



健口スマイル推進事業

おうちでフロスチャレンジ

2025年8月

ライオン株式会社

狙い 親子を対象にデンタルフロス習慣定着化を通し、口腔健康の実現を目指すプログラム

取組スキーム

- 対象：歯みがき大会参加経験の小学生とその保護者
- 考え方：従来のフロス啓発は単発になりがちであり「動機付け段階どまり」になりやすい
本企画では、期間中に継続的な取組を図り、動機づけ～習慣化への定着化を目指す

■プログラムのポイント

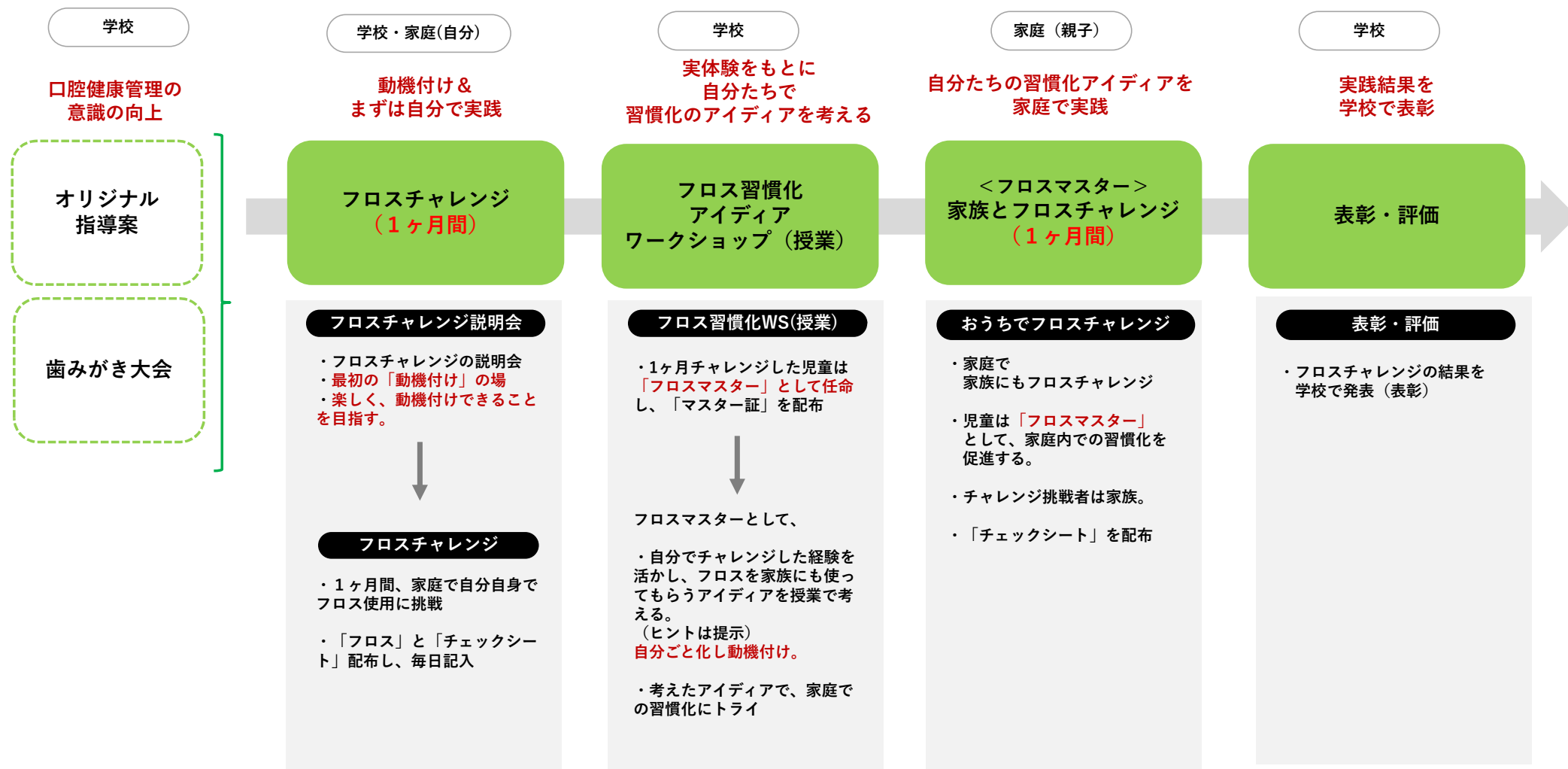
- ：フロス習慣の動機付け強化と定着化につながる効果的なプログラム
 - ・生徒をアンバサダーとして、保護者を巻き込み、学校と家庭の両方で取り組む
 - ・プログラム：21年秋月小にて高い実証効果を証明

<動機付けの強化>

- ・フロスの必要性を楽しみながら理解できるアプローチ
- ・フロス習慣化の方法（どうしたらみんな使う？）を児童自身で考えて試してみる
- ・児童自身がアンバサダー（マスター）として他の人に勧める

<習慣化の工夫>

- ・学校と家庭の両方で取り組む／親子で取り組む
- ・続けるアイデアを考えて自分で実行する
- ・日々の進捗の記録する
- ・その成果を評価（表彰）する



<Y字フロス> (18本/1人)



※1か月6本を想定。
※児童及び保護者分
※洗って繰り返し使用
できます。
※毛が毛羽ってきたら
交換してください。

<フロスチャレンジ説明動画3本> ※お知らせするURLにアクセス

■フロスの役割説明動画（約4分）



（全国小学生歯みがき大会動画より抜粋）

■GOGOスキマバスターズ動画（30秒） 2022年新制作



（ライオンオリジナル動画）

■フロス実習 & 効果実感動画（約5分）



（全国小学生歯みがき大会動画より抜粋）

<ワークシート等の電子媒体> ※印刷して配布等してください

■チャレンジ説明シート（児童用及び保護者用）



■チャレンジチェックシート



■振り返りシート



■フロスマスター認定証



フロスチャレンジ説明会

①イントロダクション＆資料配布（5分）

②フロス紹介～動画視聴（10分） フロスの役割を知る ※「歯みがき大会DVD（抜粋）」を見ながら



※映像上、ドリルを使うシーンがありますが、ドリルは配布しないため、映像上で考えるという指導をお願いいたします。

③フロス紹介～動画視聴（5分） 学んだことを楽しく定着 ※「GOGOスキマバスターズ」を見ながら



④フロス実習～動画視聴＆効果実感（10分） フロスの使い方実習 →使ったフロスを嗅いでみよう ※「歯みがき大会DVD（抜粋）」を見ながら



⑤フロスチャレンジの説明（5分） ※事前に出力印刷、児童説明用は印刷せず画面共有でも可



活動案：おうちでフロスチャレンジ

6

フロスチャレンジ

- ・1ヶ月間、家庭で自分自身でフロス使用に挑戦
- ・「フロス」と「チェックシート」配布し、毎日記入

<フロスチャレンジの内容>

家庭で1ヶ月程度の実施想定。

- ・Y字フロス配布（18本）※1か月6本を想定。2か月目もこちらから使用いただけます。（洗って繰り返し使用できます。毛が毛羽ってきたら交換してください。）

・チェックシート

- 家で毎日フロスを実施したらチェック（自分でサイン、保護者に押印など）
- 毎週のこだわりポイントも記載し、意識しながら使う習慣づけ
- **終了後、先生にチェックシート提出**



チェックシート ※事前に印刷して配布してください

カラー印刷用

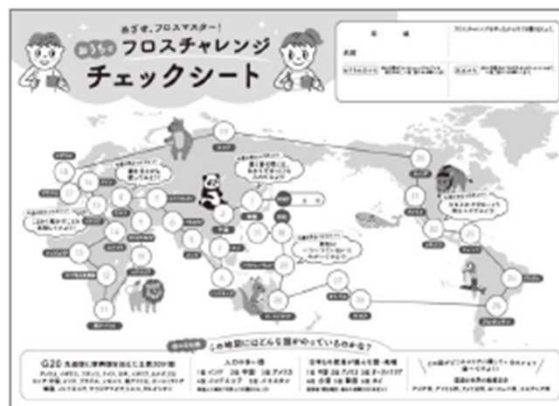
オモテ面



ウラ面



白黒印刷用



フロス習慣化 アイデアワークショップ

- ・フロスを家族にも使ってもらうアイデアを授業で考える。（ある程度のヒントは提示）**自分ごと化し動機付け。**
- ・自分で1ヶ月トライした経験をいかして、どうしたら家族がフロスを使うようになるか考える
- ・班ごと、個人ごとに決めたアイデアで、家庭での習慣化を実施
- ・児童は「**フロスマスター**」として**任命**し、「**フロスマスター証**」を配布

①イントロダクション＆資料配布（3分）

②自分のチャレンジ振り返り（個人ワーク→班で発表）（10分）

- ・よかった点、問題点を整理する
- ※「**ふりかえりシート**」を使って



③フロスマスターに任命（3分）

- ※「**フロスマスター認定証**」配布



※事前に印刷して配布してください

④「家族とフロスチャレンジ」の説明（4分）

- ※「**説明用シート（保護者用）**」
「**チェックシート**」を見ながら



※事前に印刷して配布してください

⑤家族にフロスを使ってもらうアイデア開発（班ワーク）（10分）

- ・どうしたら使い続けるかのアイデア
- ・ヒントも参考に
- ※②で使用の「**ふりかえりシートのウラ面**」も参考にしながら

⑥自分で試すアイデアをシートに記入（個人ワーク→班で発表）（5分）

- ※②で使用の「**ふりかえりシートのウラ面**」に記入



家族とフロスチャレンジ

- ・ 家庭で家族にもフロスチャレンジ
- ・ 児童は「**歯みがきマスター**」として任命し、家庭内での習慣化を促進する。
- ・ 「フロス」と「チェックシート」に毎日記入

<フロスチャレンジの内容>

家庭で、自分+家族で1か月程度の実施想定。

- ・ Y字フロス（初回に配布したものをご使用ください。6本×2人分
- ・ チェックシート
 - 家で毎日フロスを実施したらチェック（相互にサイン）
 - 毎週のこだわりポイントも記載し、意識しながら使う習慣づけ
 - **終了後、先生にチェックシート提出**



チェックシート ※事前に印刷して配布してください

カラー印刷用

オモテ面



ウラ面



白黒印刷用

