

## 学校生活における事故防止の留意点・安全にスポーツを行うために

岐阜県歯科医師会 岐阜県学校歯科保健委員会 荒井 孝仁

「前歯を打ったらしくて」「前歯が欠けてしまった。何とかきれいになりませんか?」「2年前に前歯を打ったところが最近グラグラしてきて」など前歯なので目立つ、前歯で食べ物が切れないなど、日々の診療の中では残念ながらこのような声・悩みを多く聞きます。

しかし、事故発生時において、時に歯・口のケガは軽度にみられる傾向があるように思います。ある統計では、口のケガ総事故件数183件のところ医療機関を受診したものを調べると15%と大変低いものであったとの報告事例もありました。その後、未受診の生徒の口腔内を審査したところ、軟組織のケロイド状傷痕、歯の変色、位置移動、歯牙破損、顎関節（顎の関節）の異常など口のケガの後遺症と思われる病変が多くあり、このことから本来治療を受けるべきであったケガが多数見逃されていたのではないかと考えられます。ですから、軽い口のケガだと思っても、できる限り医療機関（歯科医院）での受診を受けていただくことをおすすめします。歯の変色などは受傷直後に出現するわけではないため、数ヶ月の受診が必要な場合もあります。

「死亡見舞金」「障害見舞金」の支給対象になる事故と、その対象とならない日常に起こる比較的軽い学校事故は、大きな差がなく紙一重なのではと思います。

廊下やグラウンドでぶつかるという事故は、学校現場において毎日のように発生しているのではないのでしょうか。大事に至らずに済むことも多いのですが、それが軽いケガで済むのか、入院や後遺症が残るような重症になるのか、取り返しのつかない事故となってしまうのかは、誰も予測できることはないのです。つまり、軽いケガで済む場合と取り返しのつかない事故になる場合とでは、原因となるものには大きな差がないということです。ほんのわずかな時間のズレ、ぶつかった部位、場所、タイミング、本人の体調、周りの状況など微妙な差が、大きな結果の違いとして現れるのではないのでしょうか。

ケガ・事故はないことが理想です。しかし、現実には毎日のようにケガ・事故は起こってしまいます。「うちの学校ではまず大きな事故は起きないだろう」という考えが非常に危険で、何年も大きなケガ・事故がないと次第に注意が薄れていき「ケガ・事故なんて起こらないよね」「大丈夫だ」という意識が蔓延し、正常化の偏見とマンネリズム、危機管理意識の欠如、チェックや支援体制の未整備などが重なり、ケガ・事故の発生が起こってしまうのではないのでしょうか。「事故は起こる」という目線、心構えで周りを見渡すことが危機管理の出発点、重症事故のみならず起こりうる事故の防止につながっていくのではないのでしょうか。

### ～幼・小学生の特徴～

休み時間、解放された子供たちは一斉にそれぞれの目的に向かって散っていく、ほぼ多くの子供たちは走って移動する、また子供たちは好奇心旺盛であるため我々大人の関心を示さないことでも夢中になる、高いところがあれば登りたくなる、狭い場所があればムリに入ったり、通ってみたくなる、歩道で同じ色のタイルを選んで歩いたり、友達とおしゃべりに夢中になって横並

びに歩いている、興味があるものがあると周りが見えなくなってしまう。我々大人にしてみれば、子供の行動は危なくて目が離せません。子ども一人一人の性格や行動パターンは、皆が違い同じものは一つとしてありません。そんな子供たちが集団で生活している学校は、それだけ事故が起こりやすい場所なのです。

事故を未然に防ぐために、事故が起こりやすい場面がどのような場面なのか、防げる事故があること、防ぎようのない事故があること、事故を最小限に食い止めるために、学校全体でよく話し合い「ヒヤリマップ」のようなものを作成し、教職員全員の意思統一をしていくことが重要であると思います。

### 事故を未然に防ぐために

- ① 自分の教室を見回してどんな危険があるか想定することが、危機管理の第一歩
- ② 気がついたらすぐに実行する
- ③ 危険を予知する鋭い感覚を磨いておく
- ④ 危険に対する正しい判断力・知識・行動力を身につける
- ⑤ 「まあいいか」の心のゆるみが危険
- ⑥ 保護者との連絡を取り合って信頼関係を作っておく
- ⑦ 事故の後の初期対応によって、その後の展開が大きく変わる
- ⑧ 日常的に安全に関する指導をきちんと行い、記録に残す
- ⑨ 実践的な計画を作成し、実地審査を行っておく
- ⑩ 常に児童の所在を把握しておく
- ⑪ 緊急体制を見直し、いつも目につくところに掲示しておく
- ⑫ 定期点検や、安全点検などの決められたことは、実施する

～中学・高校での部活・スポーツを安全に行うために～

学校において、スポーツ中のケガ・事故の70%は歯と目に起こっていることをご存知でしょうか。歯のケガ・事故を防ぐためには、マウスガードの使用を推奨します。昨年の夏の高校野球で話題になった金足農業高校の吉田投手が使用していたのを気づかれた方もおられるかと思いますが。マウスガードの使用は、ここ数年で急速に普及してきています。ボクシング、アメリカンフットボール、アイスホッケー、ラグビー、グラウンドホッケー（女子）と多くのコンタクト系のスポーツで装着義務へのルール化の方向に進んでいます。

また、歯科界ではスポーツを取り扱う学問「スポーツ歯学」として国際的に認知され日本でも研究が進んでいます。その目的として、①スポーツにおける歯と口腔の健康管理に対するサポート、②スポーツによる口のケガを防止するサポート、③スポーツ競技能力を向上させるためのサポートです。

ケガと聞くと「痛い」という言葉が頭に浮かびますが、それ以上に困るのが、歯の損傷による後遺障害ではないかと思います。スポーツによる口のケガの多くが前歯で起こりますが、歯は自然再生がないため、抜けたり、破折したりと日常の診療の中で、前歯を失って歯の大切さが改め

てわかったと言われる方を多く見てきました。

また、歯がないと運動能力も低下するとの研究もあります。マウスガードの使用にて、全てのケガ・事故が防げるということではありませんが、重症度の程度も軽くできます。マウスガードの種類は市販品（マウスフォームドタイプ）とカスタムメイドタイプがあります。市販品（マウスフォームドタイプ）は、比較的安価で自分で湯につけ自分で口に合やすものです。非常に簡単なものですが、競技している選手を見るとぴったりと合わないため、マウスガードが落ちないよう変に食いしばったり、使いづらそうな姿をよく目にしたりします。カスタムメイドタイプは、歯科医院にて作成するものです。個人ごとの歯型を採り、マウスガードのシートを軟化し、真空吸引して作成し、競技に合わせ厚みや噛み合わせを調整できるため、嘔吐感やしゃべりにくさを改善することができます。しかし、自費での診療になりますので高価になります。価格に関しては歯科医院の先生と相談してください。また、小中高生は成長期でもありますので、定期健診し常にマウスガードが適合しているか確認が必要です。また成長に伴い新しく作り直す必要があります。

「歯」や「噛み合わせ」を失うことのデメリットは大変大きなものです。また接触により相手選手にケガを負わせてしまう場合もあります。それを防止するための用具がマウスガードなのです。材質や形状、使用方法は世界中の研究者の何百、何千というレポートから導き出されたものです。マウスガードは、最新の歯科医学が生んだ最良のスポーツ用具と言えます。安全にスポーツを楽しみ、事故を防ぐために一度歯科医院で相談してみてください。