

口腔衛生委員会報告

疾病ハイリスクアプローチ「歯肉炎予防アプローチ」事業について

1 はじめに

本委員会では、幼児・児童生徒の口腔疾患の実態と問題点を把握し、その対策を図るため、ハイリスクアプローチの在り方について検討した。平成30年度は、昨年度に引き続き、減少傾向にあるむし歯に対し、依然として疾病罹患率の高い歯肉炎に焦点を当てモデル事業を実施し、その取組や成果について報告し合った。さらに県内の学校に具体的な取組を紹介し、広くハイリスク・アプローチの啓発を行うことにした。また、増加傾向にある歯・口のけが予防についても啓発を行うことにした。

2 疾病ハイリスク・アプローチモデル校

(1) 疾病ハイリスク把握フローチャートについて

日本学校歯科医会発行のハイリスク把握フローチャートを参考にし、学校の実情に応じて対象の把握をする。

(2) 対象

定期健康診断において以下の項目に該当する幼児児童生徒

- ① 未処置3本以上を有する者
- ② 歯垢の状態2の者
- ③ 歯肉の状態2の者

※これらの項目のうち、単独あるいは複数の項目を選択し、全校で40名程度の児童生徒を対象とする。人数の調整により全学年としてもよい。したがって対象児童生徒の未処置2本以下、歯肉・歯垢の状態が1になることも考えられる。

(3) 連絡方法

- ① 指導の前に家庭に連絡する。(家庭へはハイリスクという言葉は伝えない)
- ② 12月末までに終了し、結果報告を提出

(4) 指導

内容は学校歯科医と協議の上、学校の実情に応じて実施しやすい方法で指導を行うこととする。(保護者参加型が望ましい)

学年ごとに分けて少人数で行うことが理想であるが、日程の都合で複数学年を一度に行ってもよい。また、養護教諭が保健室にて個別指導を行ってもよい。

(5) モデル校と実践校の取組状況

口腔衛生委員会の委員の担当する学校に協力を依頼した。幼稚園については、歯肉炎への取組は困難と思われるが、将来の生活習慣病予防の観点から実施を依頼した。

【モデル校】

- ・小学校：岐阜市立徹明さくら小学校、岐阜市立岩野田小学校、美濃加茂市立太田小学校、中津川市立東小学校
- ・高等学校：揖斐高等学校、海津明誠高等学校、多治見高等学校
- ・幼稚園：中津川市立南幼稚園

【歯科指導と食に関する指導の連携実践校】

- ・小学校：岐阜市立本荘小学校

3 モデル校と実践校の取組報告

■ 岐阜市立徹明さくら小学校

対象 6年生(53人)

1 児童の歯・口の実態

本校は、給食後に、5年生からは歯ブラシとワンタフトを併用し、6年生になるとさらにデンタルフロスを併用し、歯肉炎予防を意識した歯みがきを実践している。しかし、歯科健診での6年生の歯肉炎罹患率は昨年度 67.7%、今年度 96.2%と高い割合になっている。

(ハイリスクの対象となる未処置歯3本以上、歯垢の状態「2」、歯肉の状態「2」の児童はいない。)

今年度は、歯肉炎罹患率の改善を目指し、昨年度に引き続き、さらに徹底した歯肉炎予防の取組を6年生対象に行った。

2 取組の内容

4月 歯科健診後の歯みがき指導

- ・歯科健診のシステム化により、健診結果をパソコン入力し、その場で個別指導票を印刷、個別指導票を見ながら歯科衛生士のみがき方指導を受けた。

6月 歯科指導

- ・養護教諭と担任で指導を行った。歯肉炎の原因は歯垢であること、歯肉の観察の仕方、自分のブラッシングの課題を見つけるためにプラークテストを行った。
- ・昨年度の口腔内写真と現在の歯肉の状態が比較できるように、個人のクリアファイルを準備した。

7月 口腔内写真撮影

- ・昼休みを利用して口腔内写真を撮影した。

9月 給食後の歯みがき強化月間

- ・7月に撮影した口腔内写真に歯肉炎の部分を学校歯科医が明記したのを見ながら、給食後の歯みがきを行った。「さくら3周みがき」の最後を、歯と歯肉の間をみがく仕上げみがきの時間とした。
- ・毎日プラークテストを行い、歯肉の腫れとみがき残しを確認した。
- ・歯肉炎改善のための意識持続のための方法として、数回、学校歯科医のメッセージを録音して6年生に伝えた。

10月 臨時歯科健診と口腔内写真を使った学校歯科医からのアドバイス・委員会による歯みがき教室（プラークテスト）

- ・7月に撮影した口腔内写真を見ながら、臨時歯科健診を行った。歯肉炎改善の有無を中心に健診を行った。

12月 臨時歯科健診と学校歯科医、歯科衛生士による歯科指導

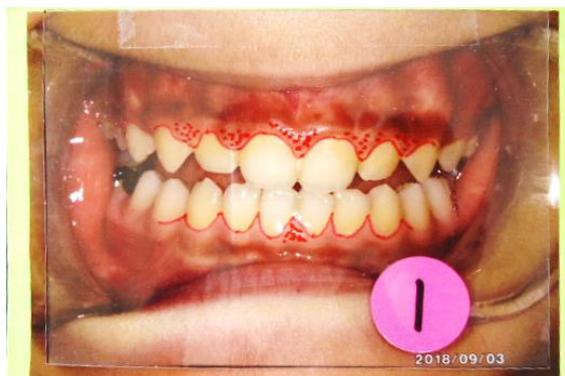
- ・臨時歯科健診では、歯肉炎が改善されているかをみた。
- ・口腔内写真を見ながら自分の歯肉の観察を行った。デンタルフロスの正しい使い方を学習した。

2月 卒業前歯科健診

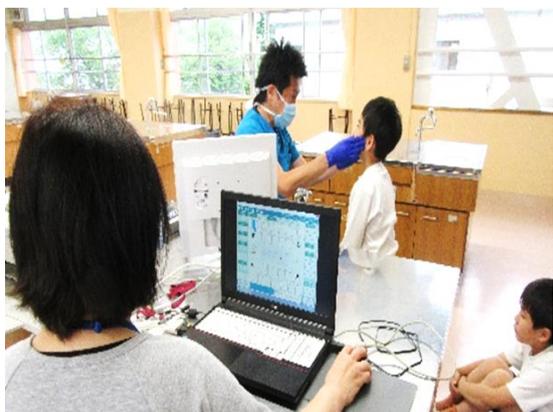
- ・1年間の歯と口の健康に関する集大成という考え方に立ち、健診を行う。一人ずつ学校歯科医からメッセージをもらう。



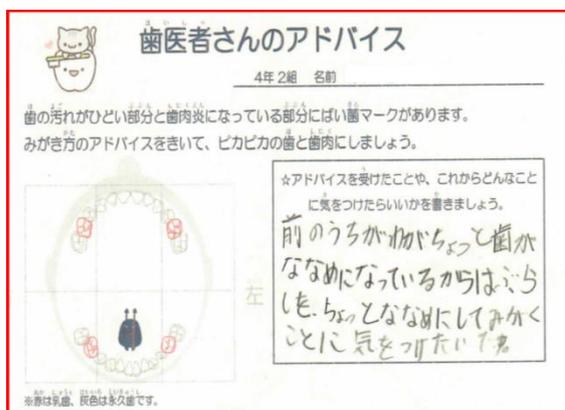
手鏡と口腔内写真を持って歯肉炎の場所を確認しながら給食後の歯みがきを行う。



歯肉炎の場所を明記した透明シートをかぶせた口腔内写真。歯肉炎がひどい部分は赤い点が密集する。



歯科健診のシステム化により、定期歯科健診、臨時歯科健診の結果を学校歯科医と記録者が共有する。



健診直後に印刷される個別指導票。歯垢が付着している部分、歯肉炎がある部分が自動入力される。

3 児童の意識の変容、口腔状態の変化など（6年生53人 10月実施）

- ・口腔内写真を活用することで歯肉炎の場所がわかり、歯肉炎に気をつけてみがくようになった。 47人
 今までと変わらない。 6人
- ・染め出しを繰り返して行うことでみがき残しがよくわかって、赤くなったところに気をつけてみがくようになった。 48人
 今までと変わらない。 5人
- ・「写真を見ながらみがく→染め出しをしてみがき残しを確認する→丁寧にみがく→染め出しを行う」の繰り返いで、あなたの歯肉炎はどうなりましたか？また、どんな気持ちですか？
 よくなった。 47人
 変わらなかった。悪くなった。 6人

歯肉炎がよくなってどんな気持ち？

- ・歯肉炎がよくなってうれしい。よかった。
- ・最初よりは歯肉炎の状態がよくなっているけど、もっと頑張って、健康な歯肉にしたい。
- ・この期間だけでなく、これからもずっと健康な歯肉を保っていきたい。
- ・先生に「よくなったね、頑張ったね」とほめられてうれしい。歯みがきを頑張った効果が出たのだと思う。

- ・歯みがきを頑張ることが、規則正しい生活を送ることにつながると思いますか？

つながると思う。 46人

関係ないと思う。 7人

【臨時歯科健診結果（歯肉）】

判定	評価	人数
1→1	×	8
1→0	◎	15
0→0	◎	30

4 成果と課題

- 1年間を通して、学校歯科医のアドバイスを受ける機会を設けることにより、意識が途切れることなく、自分の歯並びに合ったみがき方が継続できた。学校歯科医のメッセージを録音したものを児童に伝えたことも、意識の継続に効果があった。児童の活動がマンネリ化するのを防ぐためには、適度な刺激が必要だと思った。
- 本校は、学年の目標に合ったみがき方ができることは当たり前のこととしている。昨年度に引き続き、今年度のように、歯肉炎予防に特化した活動によって歯肉炎が改善されたことを実感できる児童が増えたことは、本校の歯科保健の目標でもある、自己みつめとヘルスプロモーションによる生きる力の育成につながっている。
- 可能ならば、6年生と同じサイクルで5年生の指導が行えると、全校の歯肉炎罹患者の減少につながる。
- 歯科健診のシステム化によって、児童の口腔情報が蓄積される。今年度は導入1年目で、健診結果を入力し、統計処理を行うことしかできなかった。今後は、個人の口腔内状況を反映した教材を作成し、積極的な健康教育ができるようにしていく。

1 はじめに

本校は、4年前から給食後の歯みがきタイムを設けている。歯みがきは生活習慣の一部であるという考えのもと、指導を行っている。

5年生を対象に歯に関する調査を行ったところ、1日に3回以上歯を磨く児童は72.7%であった。財団法人8020推進財団が平成23年3月に行った「歯みがき習慣に関するアンケートの調査」によると、対象となった小学生のうち「1日に3回以上歯みがきをする」割合は26.6%ということから、本校の児童は歯みがきをする習慣が身につけている。しかし、歯垢の要受診者は8.8%と全国平均3.02%と比べ多いことがわかった。

そこで、歯みがきの質の向上を図るため、歯科指導を充実させ、正しいブラッシングが定着するよう取り組んだ。

2 ねらい

- (1) 発達段階に応じた指導を行い、自ら健康な歯と口腔状態を守る意識を高める。
- (2) ハイリスク者に対する個別指導を行い、正しいブラッシングの方法を定着させる。

3 実践

(1) 発達の段階に応じた歯科指導

学校保健計画に歯科指導を位置づけ、毎年6月に全学年、指導を行っている。6月に行った指導では、学年の発達段階に応じた歯みがきの仕方を確認した。今年度は5年生がライオンの『全国小学生歯みがき大会』に参加した。



重点学年となっている5年生は、10月に再度『歯肉炎の予防』について歯科指導を行った。歯の模型を活用し、歯周ポケットの汚れを取るみがき方を指導した。その後、学校歯科医の安部先生から歯肉炎を予防するには、歯みがきだけでなく舌の筋肉と関係があることを学んだ。



子供たちの感想

- ・口を閉じたときに、舌が上あごについていなかったため、トレーニングをがんばりたい。
- ・歯肉炎が原因で歯が抜けてしまうことにびっくりした。歯肉炎にならないように歯と歯肉の間を優しくみがく。
- ・寝る前の歯みがきが一番効果あると分かったので、寝る前の歯みがきは特に気をつけたい。

(2)ハイリスク者に対する個別指導

10月に行った歯肉・歯垢検診の結果、ハイリスク者（歯肉、歯垢ともに要受診）に向けた個別指導を行った。

◇児童の実態

対象となった児童は、4月の歯科健診や6月の歯科指導、歯に関するアンケート等で何度か歯に関しての指導を行ったが、自分自身の健康問題として捉えられていない。保護者も歯肉炎や歯周病への認識が薄く、医療機関に受診するよう勧めたが、仕事の都合や家庭の事情等で受診することがなかった。歯肉の腫れや歯石の付着だけでなく、口臭や歯の黄ばみも気になる状態にあり、学校歯科医からも早めに手立てを打たないと危険な状態であると言われた。



◇指導内容

- ①口腔写真を撮影し、客観的に自分の歯の汚れや歯肉・歯垢の状態を確認する。
- ②歯の染め出しを行い、歯肉の腫れとみがき残しの多い場所を確認する。
- ③指導後の1週間を『歯みがき週間』とし、1週間後に再度口腔写真を撮影する。前回の口腔写真と比べ、どのような変化があったか確認し、今後の歯みがきをどのようにしていくか考える。

◇結果

指導前は、歯みがきが面倒くさい、しなくてもよいと言っていたが、歯周病の歯と撮影した自分の歯の写真を見ると、「汚い、これにはなりたくない」と話し、翌日の朝「歯みがきを10分してきた」と歯みがきに対しての姿勢が変わった。

指導後、みがき方を見直し、1週間の取組を行った。歯肉の腫れはみられるが、歯の汚れは目で見て分かるほどきれいに取れていた。

本人も、鏡を使ってみがいている、1本の歯につき20回みがいていると話した。

学校歯科医と指導内容について確認し、今後も歯みがきが継続できるよう、見守りを行うことにした。保護者にも指導前と指導後の写真を渡し、家庭でも見守りと声かけを依頼した。保護者も歯みがきをする姿を今までより見るようになり、取組の成果を実感された。



【指導前】



【指導後】

4 成果と課題

○養護教諭部会での研修で、実践交流を行ったため、他校の実践を本校で取り入れることができた。ライオンの全国小学生歯みがき大会では、歯肉・歯垢に特化した取組を行っている5年生にはぴったりの内容であった。

○ハイリスク者への個別指導を取り入れたことで、今までは他人事のように聞いていた児童も、自分の歯の健康のために真剣に取り組む姿が見られた。

●各家庭で歯や口腔内の健康に対する意識や自己管理能力の差が大きい。

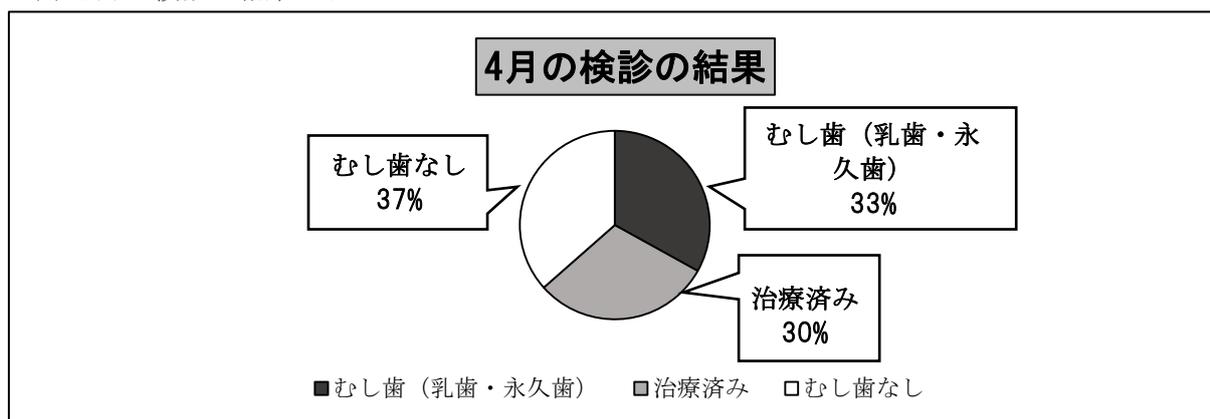
●学校歯科医が代わったこともあり、来年度は指導内容や取組を綿密に打ち合わせ、指導を行いたい。

1 児童の歯・口の実態

本校は、学校歯科医・学校・PTA が連携した歯科保健活動が定着しており、1日3回以上歯をみがく児童が8割近いことや、DMF 指数の低下など、徐々にその成果が出ている。

しかし、むし歯が減少する一方、歯肉や歯の清掃状況に問題がある児童はまだ多い。また、学校全体が向上していく中で、歯・口の状態が良い児童と、指導と管理が必要とされる心配な児童との差が大きくなりつつある。そこで、年間を通じた保健指導やキャンペーンなどの集団指導のほかに、個々のケースに合わせた個別指導（ハイリスクアプローチ）を行った。

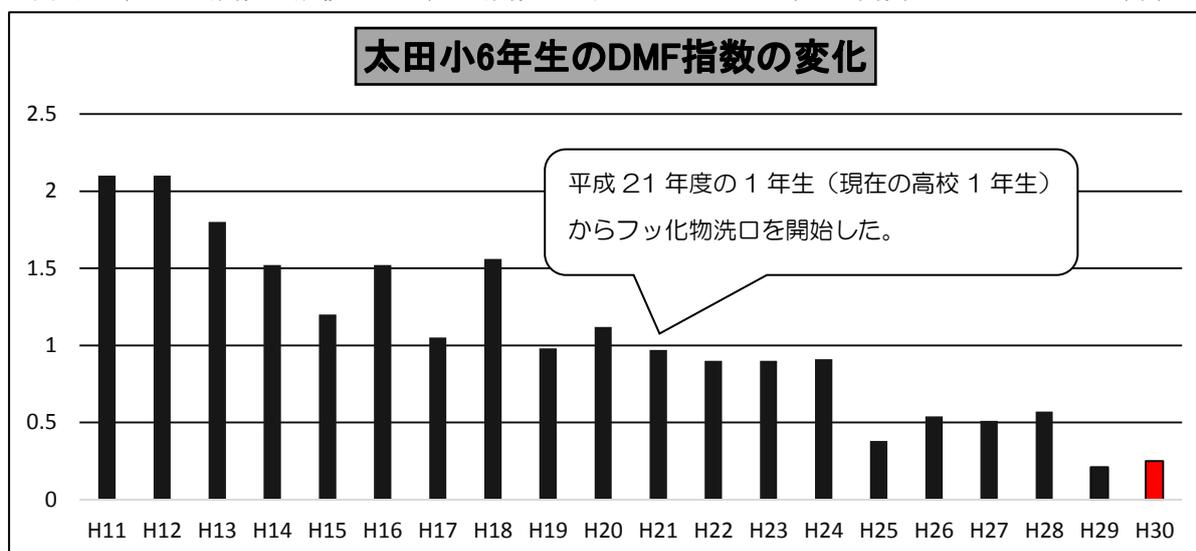
(1) 4月の検診の結果より



(2) 歯の清掃状況調査から〈毎日の歯みがきの状況〉 (%)

	3回以上みがく	2回みがく	1回みがく	みがかない
1年	77.1	21.8	1.1	0.0
2年	83.7	14.0	2.3	0.0
3年	79.7	19.0	1.3	0.0
4年	82.3	17.7	0.0	0.0
5年	81.2	17.6	1.2	0.0
6年	83.9	16.1	0.0	0.0

(3) 永久歯 DMF 指数の推移から (DMF 指数：1人当たりのむし歯の本数) (本)



2 個別指導

月	内容	指導者
4月	第1回歯科検診 ・その場で担任が結果を記録し、家庭通知。 ・学校歯科医が、必要に応じて本人及び担任にその場で指導。 ・治療の勧め①	学校歯科医
6月	PTA 保健安全委員会の活動 ・「はみがきカード」を使った取組①	PTA 保健安全委員会
7月	PTA 保健安全委員会の活動 ・「はみがきカード」を使った取組②（夏休み）	PTA 保健安全委員会
	治療の勧め②	担任
9月	CO/GO の児童対象の個別の便り発行	養護教諭
	治療状況の確認および治療の勧め③	養護教諭
11月	6年生ハイリスク児童のブラッシング指導 ・カラーテスト・ハブラシ点検・ブラッシング指導	学校歯科医・歯科衛生士 担任・養護教諭
	PTA 保健安全委員会の活動 ・「はみがきカード」を使った取組③（親子カラーテスト）	PTA 保健安全委員会 保護者
12月	第2回歯科検診 ・その場で担任が結果を記録し、家庭通知。 ・学校歯科医が、必要に応じて本人及び担任にその場で指導。 ・治療の勧め④ ・1回目と2回目の結果からハイリスク児童を選出	学校歯科医・担任 養護教諭 学校歯科医・養護教諭
	ハイリスク児童の個別指導 「はっぴー教室」 ・歯科検診・カラーテスト・口腔の写真撮影・歯ブラシ点検 ・ブラッシング指導	学校歯科医・歯科衛生士・ 担任・国際教室担当教諭・ 養護教諭・通訳
	PTA 保健安全委員会の活動 ・「はみがきカード」を使った取組（冬休み）④	PTA 保健安全委員会
2月	治療状況の確認および治療の勧め⑤	養護教諭
	治療状況の確認および治療の勧め⑥ 今年度の活動のまとめとふりかえり	養護教諭 保健安全指導部

CO-GO ってなに? ぐんぐん特別号

COとは、英語空歯のことです。歯の表面が白く濁った状態で、
つらみ、かむ面の溝が着色した状態をさす言い、いわゆる虫歯
の手前事となります。放置するとおきものなむし歯になることが多
いのですが、痛さなくともお口の中の健康を良くすることで悪化し
ないことがあります。

① 歯垢を歯ブラシで、ゴクゴク歯をばししないで歯分をすすぎ
② 歯みがきをしっかりする
③ 歯ブラシでフッ素歯粉の塗り、白粉でフッ素入りはみが
きが有効な使用法。またフッ素歯粉を行う。

これらのことを実施し続けて行くと、歯が元に戻ることも
ある（再石灰化）が、痛さなく虫歯の可能性はあります。

CO-GO 空歯のチェックポイント

COとは、歯並びの悪い歯が生えかけている時期に部分的に歯肉がはれる状態
で、まだ正しい歯みがきで歯垢を歯肉から取り除くことができません。歯肉になる一歩手前
の状態です。ハブラシの当て方がよくない原因、歯みがきが不十分などにより起こります。
歯石はなく、歯みがきの仕方を変え直すことなどで改善します。

チェックポイント	健康な歯肉	歯肉のある歯肉
歯肉を見たら感じ	引き締まっています	腫れている
色	ピンク	赤い
形	ピラミッド状	丸い
歯との距離	ゆとり	あき
歯肉を触った感じ	硬い	軟らかい
歯肉を押してみる	出血しにくい	出血する

CO/GO 空歯の虫歯。それらを含む歯肉の歯肉に付着しないためには、歯みがきの
仕方が大きなポイントとなります。歯みがきが正しい仕方でできず、正しい歯みが
きの仕方がわからない場合は、かかりつけの歯科医で指導してもらいましょう。

PERGUNTA E RESPOSTAS SOBRE TRATAMENTO DENTÁRIO

Oto Elementary School
英語指導部
むし歯ゼロ特別号

Get your cavity fixed during the summer vacation!

Percentage of the students who has finished the treatment of the tooth cavity as of
July 1st

学年	割合 (%)
6年	34.0
5年	34.5
4年	21.2
3年	43.0
2年	20
1年	44.0

Result of the checkup in April

項目	割合 (%)
Healthy (健康)	33%
Enamel loss (歯質の喪失)	33%
Empty (空歯)	33%

To the guardians:
The summer vacation is a good opportunity for the dental treatment. After the
treatment, submit the paper to your teacher.

【CO/GO の児童対象のお便り】 【夏休み前の治療を促すお便り：英語 Ver.・ポルトガル語 Ver.】

3 ハイリスク児童のブラッシング指導「はっぴー教室」について

1 1月の歯科検診の結果から、個別指導が必要と思われるハイリスク児童について、個別のブラッシング指導「はっぴー教室」を実施した。

対象者は、検診結果をみながら学校医と相談して決定することにした。むし歯が少なくても、C0が多く見られる児童が高学年に目立ったことから、5、6年生については、C0が2本以上ある児童にも対象を広げた。

(1) ハイリスク対象者について（11月の検診結果から）

	1年生	2年生	3年生	4年生
乳歯むし歯3本以上	5	6	1	1
要注意乳歯3本以上	0	0	0	1
永久歯のむし歯	0	0	0	2
歯垢2	0	0	0	4

*あわせもっている児童もあるため、実際の対象者は18名

	5年生	6年生
乳歯むし歯3本以上	1	0
要注意乳歯3本以上	1	0
永久歯のむし歯	6	0
C0 2本以上	5	7
歯垢2	4	5

*あわせもっている児童もあるため、実際の対象者は27名

- (2) 時期：12月 5日（水）…5、6年生 27名
 19日（水）…1、2、3、4年生 18名

(3) 内容：歯科検診・カラーテスト・口腔の写真撮影・歯ブラシ点検・ブラッシング指導

(4) 指導者：学校歯科医・歯科衛生士・学級担任・国際教室担当教諭・養護教諭・通訳



【歯科検診】



【カラーテスト】



【ブラッシング指導】



【学校歯科医からブラッシング【写真入りで家庭へ渡したカード】のポイントを聞く】



外国籍児童が1割を超える本校では、外国籍児童のハイリスク児も多い。そのため、指導の際は学級担任だけでなく、外国籍児童が通級している国際教室の担当教諭・英語およびポルトガル語の通訳も参加した。保護者には、はっぴー教室の様子がわかるように、本人のカラーテストの結果と学習している様子の写真をつけたカードを渡し、結果をカードによってやり取りすることで学校からの一方的なお知らせに終わらないように工夫した。



〇〇〇〇さん

かとう先生のはなしをいっしょうけんめいきいていましたね。ハブラシを歯にしっかりとあてると、びかびかの歯になりますよ。いゆやすみもがんばってみがいてね。



〇〇〇〇さん

きょうはとてもきれいにみがくことができました。これからも、ていねいに歯と歯にくをみがいてね。(こいで)
〇〇〇〇
You can brush your teeth very well today. From now on too, please carefully brush your teeth and gums. (Teacher Koide)



〇〇〇〇さん

一生使う大切な歯なので、かがみをみてはぶらしがきちんとあたっているかどうかを確かめながらみがくと効果的です。冬休みにがんばってみてね。(こいで)



〇〇〇〇さん

いっしょうけんめいみがいていたね。おとなのはがはえてきたね。いゆやすみも、はみがきをがんばってくださいね。(こいで)
〇〇〇〇
Estava escovando com muita dedicação! Está nascendo dente permanente Favor escovar bem os dentes nas férias de inverno também! (Profª Koide)

4 児童の意識や行動の変容、歯・口腔の状態の変化など

「はっぴー教室」は昼休みを使って行っている。他の児童が自由に過ごす時間に、ブラッシング指導を受けなくてはならない児童の心情を考え、楽しく、参加してよかったと思えるような指導を心掛けた。

参加した担任や国際教室の担当の教諭・通訳の職員らが、温かく声をかけたり、上達していくみがき方をほめたりしたため、終始穏やかな雰囲気の中、ハイリスク児童も笑顔でハブラシの使い方を練習していた。学校医と歯科衛生士の方から、みがき方のコツを習い、自分の力で美しくなっていく歯に喜びと自信を持てたのではないかなと思う。

実施後、保護者から「うちの子どもには毎日仕上げみがきをしています」という返信があったり、これまで何度治療の勧めを出しても通院しなかった児童が、冬休み明けに歯科医院の予約をしたという連絡が来たりして、「はっぴー教室」が、その日の指導に留まることなくその後の子どもたちの歯・口の状況の改善につながっていることを実感している。

よく、「口の中をみるとその子の置かれている状況がわかる」といわれるが、本当にその通りで、児童の心身の状況だけでなく、家庭の状況までが推察されることも少なくない。学校で管理・指導するにしても、どこまで介入するか難しい側面もある。しかし、「はっぴー教室」のように自分でできることは自分でさせて、美しくなった歯を自分で確認することは、その子の「やればできる」気持ちを育て、自信につながると考える。そして、頑張った姿を家庭と共有することで、学校と家庭が協力して子どもを見守る体制になれるのではないだろうか。

これからも、学校歯科医・PTAと連携しながら、歯・口の保健指導に取り組み、太田小の子どもたちの宝物の一つである「歯みがき」をさらに向上させたいと思う。

1 児童の実態

【定期健康診断の結果】（全校）

	DMFT 指数	う歯罹患率	歯垢 1	歯垢 2	歯肉 1	歯肉 2
H29	0.05本	45.4%	7.9%	0%	3.1%	0%
H30	0.05本	38.0%	9.5%	0.2%	7.5%	0.2%

*う歯罹患率は、永久歯+乳歯。

今年度、う歯罹患率は減少したが、歯垢と歯肉炎が増加していたため、歯垢と歯肉炎に焦点を当てた疾病ハイリスクアプローチの在り方について取り組むこととした。

2 取組の内容

(1) 第2回歯科健診に関わる指導

本校では、昨年まで歯科健診が年1回であったが、今年度より秋に2回目を実施することにした。対象者は、学校歯科医と相談の上、全校児童ではなく1回目の歯科健診の結果から、「歯垢があった児童（歯垢1・2）」「歯肉炎があった児童（歯肉1・2）」「むし歯があり、まだ未受診の児童」とした。2回目の歯科健診については、該当する保護者に個別にお知らせを配付し、実施の意義について理解してもらった。家庭での歯みがきにも注意してもらうよう歯肉炎チェックシートと歯みがき方法のプリントを一緒に配付したことで、家庭でも歯垢や歯肉炎を改善するため、歯みがきについて注意してもらうことができた。むし歯があり未受診であった児童は、お知らせを配付したことで歯科を受診する児童が増え、短期間で13名が受診し、当初、全体で85名が2回目歯科健診の対象であったが72名に減少し、治療率の向上につながった。

対象者が全員ではないので、歯科健診を受ける児童がマイナスイメージをもたないように、2回目の歯科健診を受けて、歯垢や歯肉炎が改善されているかどうか確認ができ、疾病を予防するチャンスととらえさせ、積極的に受けることができるよう担任にも学級で指導してもらった。2回目の歯科健診で「異常なし」を目標に、歯みがきをていねいにして、口腔内をきれいにしようとする児童の姿がみられた。

(2) ハイリスク児童への養護教諭によるブラッシング指導（11/1～11/8実施）

歯垢と歯肉炎があった児童（48名）を対象に、昼休みに歯の染め出しとブラッシング指導を実施した。歯と歯肉の境目が赤く染まる児童が多かった。各自、赤く染まったところを確認させ、きれいに落とすためのブラッシング方法を個別に指導した。2回目の歯科健診では75.0%の児童に改善がみられた。



〔2回目歯科健診で改善がみられた児童の感想〕

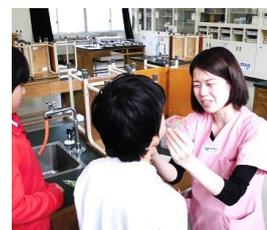
- ・歯の染め出しをやってみて、歯と歯肉の境目が汚れているということがわかった。毎日、歯ブラシを歯肉の境目に45度に当てることを意識してみがいた。（6年女子）
- ・家でも、ブラッシング指導で習ったように、歯ブラシを縦に使ったり、歯ブラシの先端や、わきを使ったりし工夫してみがいた。みがく時間が長くなった。（5年男子）
- ・ごしごし動かさないように、やさしく細かく動かすように意識してみがいた。（4年男子）



(3) ハイリスク児童への歯科衛生士によるブラッシング指導（12/7実施）

第2回歯科健診の結果、歯垢、歯肉の状態が改善されていなかった25.0%の児童（12名）を対象に実施した。対象者には、2回目歯科健診の結果と共に、ブラッシング指導の案内を配付し、今度は、歯科衛生士さんからブラッシングを教わり、自分の歯みがきの課題を見つけ、歯垢・歯肉炎を改善することを目標とした。

学校歯科医より歯科衛生士を2名派遣していただき、事前に打ち合わせを行い、次のような内容で昼休みに実施した。



1 保健に関する指導（集団指導）

事前に学校歯科医と協議の上、学校歯科医・養護教諭・保健主事が行う。

- (1) 実施時期 平成30年11月21日 昼休み
- (2) 対象者 歯科指導対象者（2年生のみ）
- (3) 内容 染め出し指導、歯みがき指導

昼休みに対象生徒を集め、学校歯科医・養護教諭・保健主事が指導を実施した。生徒一人一人に第1回目歯科検診時の歯の状態を再確認させ、その後染め出しを行い現在の歯の状態を確認させた。指導ポイントをまとめたプリントを配付し、それに従い歯みがき指導をした。「3のキーワード(1日3回・食後3分以内・3分間歯みがき)」や「みがき残しが多い場所」について確認させた。3週間後の検診時まで、今回の指導内容を取り入れながら歯みがきをするように伝えた。また、再度受診勧告書を渡し歯科医へ受診するようにも伝えた。



(4) 成果

- ・染め出しをし、一人一人みがき残しの箇所を確認させることができた。
- ・自身の普段の歯みがきの仕方では不十分であることを認識させた。
- ・学校歯科医から歯みがきが不十分な場合、将来歯や口腔内がどのように変化していくのか等についても話していただき、歯みがきや定期的な歯科医受診の大切さを意識させることができた。

2 保健に関する指導（個別指導）

- (1) 実施時期 平成30年12月7日・10日 昼休み及び放課後
- (2) 対象者 歯科指導対象者（2年生のみ）
- (3) 内容 養護教諭による個別指導

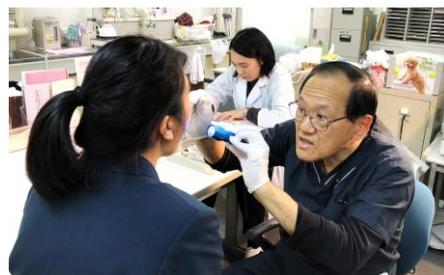
昼休みおよび放課後、対象生徒を個別で保健室に来室させ、歯みがきの状況や歯科医への受診状況確認、口腔内チェックを行った。

(4) 成果

- ・歯みがきの状況を確認し、意識が低下している生徒もおり、再度、丁寧な歯みがきをするよう促すことができた。
- ・歯科医未受診の生徒について、再度一人一人口腔内の状況を確認し、受診の大切さについて再確認させることができた。

3 歯科検診及び保健に関する指導（個別指導）

- (1) 実施時期 平成30年12月12日
- (2) 対象者 歯科指導対象者（2年生のみ）
- (3) 内 容 第2回歯科検診（第1回検診結果との比較）、学校歯科医からの保健に関する指導（個別）



昼休みに対象生徒の検診をした。その場で、第1回目の状況と比べながら、学校歯科医から指導をしていただいた。

(4) 成 果

- ・第1回目の歯科検診（6月実施）結果と比較しながら検診したため、半年間の歯の変化を実感させることができて良かった。
- ・歯みがきを丁寧に実施したり歯科医院に受診したりした生徒もおり、口腔内の状況が改善された生徒も数名いた。
- ・改善されていない生徒や状態が悪くなっている生徒については、具体的に齲歯の位置や歯肉炎の状況、歯垢が多くついている箇所について学校歯科医から示してもらうことができた。
- ・一人一人に対し、歯みがきや歯科受診の重要性について再度学校歯科医から丁寧に指導していただくことができた。

4 全体を通して成果と課題

- ・今回ハイリスク者をピックアップし、本校生徒の口腔内の状況を詳しく知ることができた。全校436名中ハイリスク者が60名おり、歯科指導を充実させたいと感じた。（養護教諭、学校歯科医の意識改革にもつながった。）
- ・染め出し指導は小学生の時以来の生徒が多く、生徒の歯みがきに関する興味・関心を高めることができた。また、染め出し指導は目に見てわかりやすいため、自分自身のみがき残しの箇所をしっかりと確認できていた。
- ・3週間歯みがきを改善した成果が出ており、特に歯肉については改善している生徒が多くみられた。（◎…10人、○…3人）
- ・指導期間中に歯科医に受診した生徒が3名（治療済み・治療中）いた。他にも歯科医の予約をしたとの声もあり、今回の指導が歯科受診のきっかけになった。
- ・意識の変容が見られた生徒については、歯みがきを改善し口腔内の状態の評価が上がったり歯科医の受診へ繋がったりしたが、今回の指導で意識の変容が見られなかった生徒については、状態が悪化している（未処置歯保有者が増加した、歯垢が1→2の者が1名、0→1の者が1名いた）。また、改善がみられなかった生徒も多く、今後継続的な指導やさらに効果的な指導が必要である。
- ・本校は歯科検診後、受診勧告書を配付する。その後、未受診の生徒に繰り返し配付し受診を促すが、その方法だけでは受診に繋がらないことがわかった。今回の指導で受診のきっかけとなった生徒もいたので、今後はまず、ハイリスクの者に対しては対面で指導していきたい。

1 本校の歯・口腔の現状

本校は、生徒数553人の中規模高等学校で、4月～6月の定期健診の結果より「未処置歯あり」は64人(12%)、要観察歯を含めると175人(32%)、「歯肉の状態1」は13人(2%)、「歯垢の状態1」は12人(2%)、「歯列2」は28人(5%)という結果であり、「C0」要観察歯保有者数が多いことがわかった。しかし、「歯肉の状態2」「歯垢の状態2」はならず、判定は「1」でも2%と比較的少数であった。

2 取り組みの内容

対象生徒	1年生：要観察歯5本以上20人、齲蝕未処置歯保有者4人 歯肉・歯垢判定「1」16人 (合計40人)
指導者	学校歯科医、養護教諭
指導形態	アンケート調査、個別指導、講話、自己診断、カラーテスト等
指導内容	① 生徒の実態把握・アンケート実施(6月) ② 個別指導(6月～7月) ③ 講話実施(12月) ④ 自己診断(1月) ⑤ 生徒による保健委員会活動(9月)

(1) 対象生徒の実態把握(養護教諭によるアンケート実施)

No	歯についての調査	はい	いいえ
1	<u>歯肉が赤く腫れている</u>	<u>9</u>	31
2	<u>歯が少し長く見える</u>	<u>17</u>	23
3	口臭が気になる	7	33
4	<u>歯みがきをすると歯茎から出血する</u>	<u>11</u>	29
5	<u>甘いものが好きである</u>	<u>30</u>	10
6	野菜は食べないことが多い	7	33
7	食事時間が短い	9	31
8	<u>スポーツを好んでしない</u>	<u>15</u>	25
9	<u>ストレスをよく感じる</u>	<u>13</u>	27
10	歯ぎしりがある	5	35
11	<u>口呼吸をしている</u>	<u>14</u>	26
12	マウスピースをしている	5	35
13	歯みがきは3分未満である	3	37
14	歯科検診で受診するように言われた	32	8
15	幼児時期まで指しゃぶりをしていた	10	30

対象生徒の実態を把握するためにアンケートを実施した。歯みがき時間は短いものの歯肉の症状について自覚症状があることが分かった。

また、「甘いものが好き」「スポーツを好んでしない」「ストレスをよく感じる」「口呼吸をしている」など、日常生活に潜む問題点も浮き彫りになってきた。

そこで、養護教諭による個別指導とともに、学校歯科医による講話を実施し、特に歯みがきの方法を改善することで生徒の歯の状態とともに日常の行動パターンも改善していこうと考えた。

40人の対象生徒に対してアンケート結果をもとに養護教諭による個別指導を行った。その結果、多くの生徒が自分の歯についてさほど関心を持っていないこと、歯みがきの正しい方法について理解できていないことが分かった。

(2) 歯科医による講話

テーマ「高校生ならみがけばできる 健康な歯肉を取り戻すこと」

講師 歯科加藤医院 歯科医 吉田昌子氏

＜歯科講話後の生徒の感想＞

- | | | | |
|---------------------|----|-----------------|----|
| ・奥歯や前歯の裏側のみがき方が分かった | 4人 | ・一本一本の歯を丁寧にみがく | 9人 |
| ・力を入れてみがかない | 3人 | ・10分以上時間をかけてみがく | 3人 |
| ・チョコチョコみがき効果的 | 9人 | ・ぶくぶくうがいから始める | 2人 |
| ・正しいみがき方がよく理解できた | 4人 | ・歯ブラシを長く持って優しく | 4人 |
| ・縦みがきが大事 | 1人 | ・基本的なことを繰り返す | 5人 |

(3) 自己診断

6月の健診結果と比較してみる 対象者：40人

- | | | | |
|----------|----|-------------|-----|
| ・歯医者に行った | 6人 | ・状態がよくなった | 29人 |
| ・変わっていない | 5人 | ・状態が悪くなっている | 0人 |



(4) 生徒による保健委員会の活動(文化祭)

◇歯についてのアンケート実施 対象者：94人

- ・1日の歯みがきの回数は
3回 17人 2回 75人 1回 2人
- ・歯みがきをしている時間は
3分未満 2人 3～4分 75人 5分以上 17人
- ・8020運動の標語の意味を知っている 4人
- ・自分が80歳になって残っている歯は
18本～20本くらい 36人 10本以下 32人 分からない 26人
- ・歯の病気で知っているもの
齲歯 17人 歯槽膿漏・歯周病 51人 歯肉炎 14人 知らない 22人

◇カラーテスト実施 対象者：92人

- ・5本以上のみがき残しが約50%あることが本校の現状
1年 男24人・女29人 みがき残し 28人
2年 男11人・女11人 みがき残し 11人
3年 男9人・女8人 みがき残し 12人



3 成果と課題

対象生徒はもちろん、生徒による保健委員会活動で行ったアンケートやカラーテストの結果から、本校の生徒は朝晩2回、3～4分の歯みがきを実施している。しかし、健康な歯を維持することの大切さや歯みがきの正しい方法についての知識が薄く、歯肉に疾患を持つ生徒も少なくない。ところが、学校歯科医による講話とブラッシング指導を行った結果、正しい知識と正しい行動を理解し、自己診断においては73%の生徒が歯の状態がよくなったと答えている。また、甘いものを控えるなど行動パターンにも改善が見られた。何よりも「歯科教育」が大切であることを再確認した。

今後は、より多くの生徒が正しい知識と正しい行動を獲得できるよう、歯科医と連携して養護教諭や教諭、保健委員会の生徒が自ら講師を務めていけるような仕組みを創っていきたい。

1 保健に関する指導（集団指導）

内容は学校歯科医と協議のうえで決定し、養護教諭が行う。

(1) 実施時期、対象者数

【実施日】 平成30年9月20日

【対象者】 歯科指導対象者（16名）

(2) 内容「歯みがきの仕方について」

昼休み（食後）に生徒を集め、学校歯科医に教えていただいた内容を生徒に指導した。特に歯周病予防には、前歯からみがくことを重点に置き、みがき残しのないよう、1か月後の検診まで気をつけて歯みがきに取り組むよう伝えた。

(3) 成果

自分たちの普段の歯みがきの仕方ではみがきが不十分であることを認識させ、これまで以上に丁寧にみがくことを意識させることができた。また、実際にその場でみがいてみることで、出血の有無やみがき時間を確認しながら、普段の歯みがきとの違いを比べさせることができた。

2 保健に関する指導（個別指導）

(1) 実施時期、対象者数、保護者の参加の有無

【実施日】 平成30年10月9日～22日

【対象者】 歯科指導対象者（16名）保護者参加なし。

(2) 内容 「歯みがき確認」

歯科医へ受診の有無、最近の歯みがきの状況などを確認した。

(3) 成果

歯科医未受診の生徒には受診するよう促し、集団指導後の歯みがき状況について確認した。

3 学校歯科医による検診及び保健に関する指導

(1) 実施時期、対象者数

【実施日】 平成30年10月18日

【対象者】 ・第1回歯科検診で歯垢の状態が2の生徒
・第1回歯科検診で歯肉の状態が2の生徒
・第1回歯科検診で未処置歯が3本以上ある生徒

計15名（欠席1名）

(2) 内 容 「第2回歯科検診」（第1回検診結果との比較を行う）

(3) 成 果

第1回歯科検診後の有所見者への受診勧告から、2回目の歯科検診までに受診した生徒は数名いたものの、現在治療中で結果が出るに至らない生徒も数名いた。そういった生徒は、学校歯科医から、受診を続けるよう指導していただけた。また、一人一人個別で見て

いただき、指導も行っていただいたことで、より詳しく口腔内の環境を確認する機会にすることができた。歯科指導を実施してから1か月間で、口腔内環境が改善する生徒も数名見られた。

4 成果と課題

- 学校歯科医による第2回歯科検診では、歯科検診後に細かく手鏡などを見て口腔内を確認しながらの指導をしていただき、自分の口腔内の状態を理解する良い機会になったと感じる。
- 1か月の歯みがき改善により、評価が上がっている生徒もおり、歯科医受診を促すとともに日常的な歯科指導の大切さを実感することができた。
- 受診した生徒は何名かいたが、歯垢・歯肉の状態が改善に至っていない生徒もおり、齲歯の治療だけではなく日常的な歯みがきの仕方を今後も継続して改善していく必要がある。
- 保健指導については、集団・個別共に、歯科検診者対象の生徒に行ったが、その他の生徒にも、歯みがきの仕方を指導し、口腔内環境の改善に努めることが課題である。
- 定期健康診断時に未処置歯が複数本ある生徒で、受診したが、まだ治療継続中の生徒がいたため、処置完了者の増加には至らなかった。しかし、個別指導で何度も呼びかけているうちに、受診に繋がる生徒もおり、紙面だけの通知だけでなく、個別の丁寧な指導が必要である。

1 園児の歯・口腔の実態

6月に行われた歯科検診において、園児50人のうち「未処置歯あり」は1人のみであり、口腔の異常等はなしであった。

2 取組の内容

(1) 歯科衛生士による歯みがき指導（今年度は、6月・1月に実施）

（各園、年2回歯科衛生士の「歯みがき指導」が行われている。）

- ・カード・絵本・人形等を使った「どんな食べ物を食べると良いか」「むし歯になりやすい食べ物は何か」「どんな生活をしたら良いか」等の話。
- ・歯ブラシの持ち方を幼児に分かりやすく説明（「こんにちは」の持ち方、「さようなら」の持ち方等）。みがき方の指導。
- ・染め出しでみがき残しを確認。その後、もう一度鏡を見ながらみがく指導。

(2) 本園での歯・口腔における取組

【良く噛んで食べよう】

給食の時間、前歯で噛み切ることの苦手な子や奥歯を使って良く噛まずに飲み込んでしまう子が目立つようになってきていた。食べることに集中し、良く噛んで食べる習慣をつけていくために、「いただきます」の後『もぐもぐタイム』という時間を作った。また『足乗せBOX』を手作りし、イスに座ったときに足が床に着かない子がしっかり足を着いて、姿勢良く食べられるようにした。



【あいうべ体操をしよう】

前歯や奥歯そして舌を良く使って、咀嚼する口に発達していけるよう、また健康な体に育つよう、給食後「ごちそうさま」の前に、あいうべ体操を行っている。

3 成果と課題

園には養護教諭はいないため、歯科衛生士による「歯みがき指導」は専門的な立場からの指導であり、保育者も共に学ぶ機会となる。保護者へもしっかり伝えていくことが必要である。今年度は、園の研究主題のサブテーマに「体をたくさん動かし、食べる意欲を育てよう」としているため、『食べる』ための歯の使い方・噛むこと・舌を使う・口を動かす等を取り入れてきた。子どもたちの口が健康に育つように、子どもたち自身や保護者が意識していけるような取組を引き続き行っていきたい。

「歯科指導と食に関する指導の連携」

1 年間指導計画に沿った取組

(1) 発達段階別歯科指導

学年	内 容	年間指導計画 実施月
1年	・第一大臼歯の特徴が分かり、きれいにみがくことができる。 ・歯にいい食べ物を知る。	12月
2年	・前歯の特徴を知り、前歯を3面に分けてみがくことができる。 ・歯にいい食べ物を選ぶことができる。	12月
3年	・前歯の内側の特徴がわかる。 ・前歯の内側のみがき方がわかり、きれいにみがくことができる。	9月
4年	・小臼歯の特徴がわかり、きれいにみがくことができる。 ・よく噛んで食べることができる。	11月
5年	・歯肉炎の症状を理解することができる。 ・歯肉炎予防のためのはみがきの方法がわかる。	5月
6年	・自分の歯並びに合わせて、みがき残しのないように工夫してみがくことができる。	11月 (学校医)

(2) 個別指導

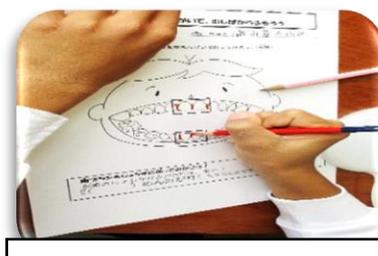
- ・みがき方指導と歯や歯肉の健康に良い食べものについて



6年生 咀嚼と歯の健康



4年生 食べ方と歯肉の健康



2年生 むし歯と食べものの関わり

(3) 歯科指導と食に関する指導の連携を図った学校給食献立の改善

- ・歯や歯肉の健康に良い食べもの、料理を導入
- ・給食ひとくち話での放送指導

2 成果と課題

養護教諭と栄養教諭が連携して互いの専門性を生かした歯や歯肉の健康に関わる指導を行ったことで、児童自身の歯や歯肉の健康への興味関心、知識理解を深めることにつなげることができた。特にアレルギー児童や偏食傾向にある児童に対して、乳製品以外の健康な歯を作る食べものを紹介したり、食べ合わせや食べ方を知らせたりすることができた。

年間指導計画に沿った指導の実践を今後も継続的に行っていきたい。保健だよりや食育だより等での一方的な指導に留まらず、授業を通して保護者と連携した指導方法の工夫をすることで、児童の歯や歯肉の健康に関わる興味や関心を継続、家庭での実践力を身につけさせたい。

4 モデル校と実践校の取組のまとめ

(疾病ハイリスクアプローチ後の変容)

年2回歯科健康診断を実施した学校の報告は下記の表のとおりである。取組後の健康診断の結果、歯肉・歯垢・歯石の状態が改善している児童生徒が70%以上いた。

	評価	A校	B校	C校	D校	E校	合計	
歯垢	◎ (2段階向上) or O	0	225	30	6	3	264	74.4%
	○ (1段階向上)	0	0	0	3	3	6	1.7%
	△ (現状維持)	0	17	9	6	9	41	11.5%
	× (悪化)	0	41	0	3	0	44	12.4%
歯肉	◎ (2段階向上) or O	0	264	26	10	5	305	76.1%
	○ (1段階向上)	15	1	0	3	3	22	5.5%
	△ (現状維持)	38	10	5	5	7	65	16.2%
	× (悪化)	0	8	1	0	0	9	2.2%
歯石	◎ (改善) or O	0	0	0	18	11	29	87.9%
	△ (現状維持)	0	0	0	0	4	4	12.1%

(成果)

- ・モデル校において、歯垢・歯肉・歯石について課題改善を図ることができた。これは、教職員、学校歯科医、歯科衛生士等が連携し、指導内容を工夫したり、継続的な指導がなされたりしたからであり、それが児童生徒の実践力につながったと推測される。
- ・食に関する指導や口腔機能を高める指導からも、歯・口の健康への知識や意識を高めることができると考えられる。
- ・受診勧告を配付するだけでなく、個別指導の機会に歯科受診の意識を高めることで、受診につなげることができた。

(課題)

- ・歯科受診していない児童・生徒や、指導の協力を得ることが難しい家庭へのアプローチを工夫する必要がある。
- ・年2回の歯科検診実施については、学校歯科医への負担が大きいため全ての学校での実施が難しいところがある。

(最後に)

口腔衛生委員会では、平成23年度より児童生徒の口腔衛生の向上を目指して疾病ハイリスク・アプローチモデル事業を行ってきた。モデル校では一定の成果が見られ、課題を抱える児童生徒の指導を行うことで、全体の水準の向上が図られてきた。平成30年度は、12歳児のDMF指数は減少したが (H28:0.53本/H29:0.50本/H30:0.43本)、歯肉炎が減少していない現状を考え、特に歯肉炎に焦点を当てて事業を行い、今年度は幼稚園から高校までの幅広い学校の取組を行うことができた。特に今年度は、養護教諭と栄養教諭が連携して歯科指導を行う新たなアプローチの実践を知ることができた。

モデル校全体を通しては、ハイリスク・アプローチの手法は多種多様であり、各学校の課題の改善はもちろんであるが、逆に事業を行うことにより、問題・課題が具現化することも期待できると思われる。

また歯・口のけが予防については、荒井孝仁委員に「岐阜県の学校保健」のコラム欄に執筆していただいた。

この事業が、県下の各学校になかなか広がらない現状を鑑み、このモデル校で得られた様々な取組事例を紹介し、自校の課題に応じた疾病ハイリスク・アプローチを広めて行くことが課題であると考えている。