

## 巻頭言 口腔機能不全症

一般社団法人青森県歯科医師会 学校歯科委員会 委員長 工藤 淳治

最近、食事に関する「偏食」「食べるのに時間がかかる」「むら食い」「よく噛まない」などの悩みや「お口ポカン」「姿勢の悪さ」、口呼吸が原因となる「難治性の歯肉炎」などに悩む保護者の方も多いためです。口腔機能不全症の症状である可能性が高いのです。

平成27年に発表された未就学児童を持つ保護者への「歯科医師にむし歯以外でどのような質問したか」というアンケートでは、多くが咬み合わせ以外の質問は相談した事が無いと答えていました。口腔機能不全症とは「食べる機能」「話す機能」「呼吸する機能」が十分に発達していない状態であり、当事者はどこに相談していいかわからず悩まれている場合も多いと思われます。

口腔機能不全症に関しては国も対応を始めています。小児期の口腔機能は発達の過程で遅れていたり間違った方向に向いている場合は、それを早期に正常な発育の流れに導く事がとても重要になります。咀嚼機能、嚥下機能、栄養、食行動、構音機能、呼吸の状態の評価項目検査の検査や管理が保険で可能になりました。歯科側から学校現場や家庭へ、これらに対する悩みに積極的にアドバイスができる体制ができつつあります。歯科と学校とさらに他職種とのネットワークを密にして児童生徒の口腔機能不全症に対応する事が急務となっています。

特選  
作品

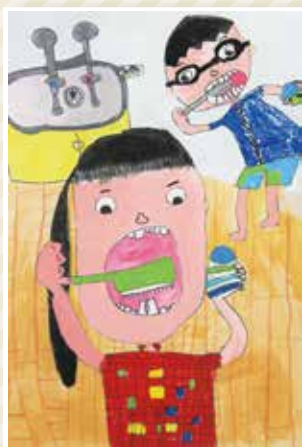
## 歯科保健図画・ポスターコンクール 結果



保育園の部  
南栄町保育園（青森市）小角浩登さん



幼稚園の部  
青森東子ども園（青森市）杉村柊斗さん



小学校低学年の部  
六戸町立開知小学校2年  
四木陽菜詩さん



小学校高学年の部  
鶴田町立胡桃館小学校6年  
松山煌さん



中学校の部  
八戸市立大館中学校3年  
中山彩良さん

# 平成30年度青森県学校歯科保健研究大会

～児童生徒の生活習慣を口腔衛生の立場から考える～

日時：平成30年7月26日(木) 場所：青森市「青森県歯科医師会館」

主催：青森県教育委員会・青森県歯科医師会 共催：青森県学校保健会

学校歯科委員会 副委員長 村田 浩伸 (青森市歯科医師会)

今年度は例年に比較して参加者はやや少なく73名だった。午前の部の実践発表は、各学校において学校規模を考慮した創意工夫のもと、食育も含め様々な歯科保健活動が行われ、学校歯科医が保健教育に積極的に参加されている状況に感心させられる内容だった。続いてライオン歯科衛生研究所保健研究部渉外担当室名古屋分室課長湯之上志保氏より小学生歯みがき大会の紹介が行われた。現在はDVDで実施している歯みがき大会は、小学校の授業時間を考慮し40分となっているが5年生向けに「歯肉の状態について」が主な内容となっている。また、今年からは、低学年(2年生)向けに「6歳臼歯の清掃」についての内容も準備していること、また、教育現場からは時間短縮の要望、実践時間の延長などの要望もあり今後のDVD作成の課題としていることなどの報告があった。

午後の部は開会行事から始まり、主催者として青森県教育委員会教育長代理、スポーツ健康課相坂譲課長より教職員の研修会の開催を通して学校保健の充実を図りたいという内容の挨拶がありました。青森県歯科医師会会長内幸一副会長からは、昨年度の全国学校歯科保健研究大会へご協力を頂いたことに対するお礼と、かかりつけ歯科医師があることや各ライフステージにおける適切な口腔管理が健康寿命延伸につながるといった内容の挨拶があった。次に、ご来賓の青森市教育委員会成田一二三教育長より、昨年の全国学校歯科保健研究大会でのおもてなしに対するお礼があり、教育現場におけるむし歯の多いまたは少ない児童、むし歯のない児童の格差が大きいことの解消、肥満解消のための食と運動への取り組み、歯周病と糖尿病の密接なる関係から生活習慣病の予防のための口腔保健教育の充実などを今後の保健教育の重要事項としている旨のお話をされた。

続いて、青森県歯科医師会高瀬厚太郎監事を講師に、「学校歯科保健からはじまる8020健康社会～青森県民の健康課題と対策」の講演が行われた。むし歯予防におけるフッ化物の応用や歯周病予防など口腔衛生における各論や、家庭の所得と発育不全、ネグレクトなど生徒児童の健康課題は、学校、学校医、学校歯科医、歯科衛生士、保健所、PTA、住民福祉課、教育委員会など相互協力のもと解決されるべきであることや、青森県が短命県であること考えた時に、学校教育現場で実施される保健教育は健康寿命の延伸そして健康社会の育成に大いに貢献するところであるという内容の講演がされた。

次は、青森県歯科医師会学校歯科委員会千代谷良子委員より「青森県の学校歯科の現状」について、青森県ではカリエスは減少しているが全国平均にからはまだ離れていてむし歯の多い状況、県内においても格差が顕著であることが報告された。

最後に、事前質問への回答で青森県歯科医師会学校歯科委

員会工藤淳治委員長より、事前質問への回答が行われた。フッ化物の応用とむし歯治療、顎関節の疾患、歯列咬合の傾向、ブラキシズムなどの事前の質問に対して解答用紙の机上配布と共に解説があった。そして、子供の頃からの定期学校歯科健康診断からひき続き各ライフステージにおける適切な健康診断と予防処置の生涯継続につなげて頂きたいという思いで今年度、青森市内の国公立すべての高等学校、特別支援学校の高等部卒業生に配布する予定で、将来的には青森県全部の高校卒業生に配布できればと考えている「お口の健康手帳」についての説明があった。

実践発表から歯みがき大会の報告、開会行事での頂戴したご挨拶、講演、報告事項を通して保健指導の重要性、かかりつけ歯科医、健康寿命の延伸における口腔管理の重要性など十分に理解されたと思われるが、今後、地域または学校におけるフッ素洗口の拡大や、学校歯科医のみならず、多くの歯科医師が協力して実践される口腔保健指導などの活動の実施が望まれるところだ。

## 【大会内容】

### (1) 実践発表 (10:35～11:35)

小学校：弘前市立大成小学校養護教諭 澤田栄子氏

中学校：八戸市立白銀南中学校養護教諭 杉田美樹子氏

高等学校：県立十和田工業高等学校養護教諭 水上美輝氏

### (2) 小学生歯みがき大会の紹介 (11:35～12:00)

公益財団法人ライオン歯科衛生研究所 保健研究部渉外担当室 名古屋分室 課長 歯科衛生士 湯之上志保氏

### (3) 講演 (13:05～14:15)

「学校歯科保健からはじまる8020健康社会

～青森県民の課題と対策について～

講師 一般社団法人青森県歯科医師会監事 高瀬厚太郎氏

### (4) 報告 (14:25～15:35)

「青森県の学校歯科の現状」～平成29年度歯科データから～

講師 学校歯科委員会 委員 千代谷良子

「事前質問への回答」

講師 学校歯科委員会 委員長 工藤淳治

## 【事前質問への回答】

Q1. 児童生徒の顎の未発達等により歯列不正が増えてきているといわれてずいぶん経つような気がしますが、実際の所どういった現状なのでしょう？ 歯科健診で歯列を指摘される生徒も結構おりますが、矯正治療の一般的な目安、期間、開始時期、金額などを知りたいです。

A. お考えのとおり、最近の児童生徒の歯列不正は増加する傾向にあります。主な理由は顎の劣成長や一部では過成長もあり、またそれに加えて歯列を歪めたり、顎の発育を抑制する軟食、頬杖やうつ伏せ寝、舌突出、口呼吸などの習慣も影響も考えられます。程度によって、早期の治療や習癖(態癖)の是正で改善が期待できますので、早めに歯科での相談をおすすめします。矯正治療期間は歯列



# 報告

不正の程度によって差があります。期間、開始時期、金額は症状や歯科医院の治療方針によって変わります。

**Q2. 食後の唾液による再石灰化により、給食後の歯磨きは無駄という意見もありますが、学校ではどのように考えたら良いのでしょうか。デンタルフロスの使用は、学校でも必要なかどうか。**

A. 日本学校歯科医会の見解

歯みがきの指導を通じ、生活として正しく位置付けることは、学校歯科保健において大切です。日本学校歯科医会として、下記学会の見解にも基づき、学校教育の面から、食後に時間を空けずに歯みがきをする習慣づくりを推奨いたします。

・日本小児歯科学会

現在のところ、園・学校における昼食後の歯みがきについては、現状通りの方法で問題ありません。

・日本歯科保存学会

食後の歯みがきについては、歯のう蝕(ムシ歯)予防の見地から、これまで一般的に推奨されてきた通り、食後の早い時間内に行くことをお勧めします。

・日本口腔衛生学会

食後のブラッシングは、これまで通り、齲蝕の予防に有効と言えます。

デンタルフロスについて、学校での使用は必須ではありませんが、

可能であればデンタルフロスはむし歯や歯肉炎予防に有効です。

**Q3. 「むし歯予防のために歯みがきが有効だ」というエビデンスはない。フッ素塗布は効果がある」という歯科医師のお話を聞いたことがあります。それ以来歯みがき指導に悩んでいます。歯みがきの「やり方」につきるのではないかと考えています。小学校では、みがき方も指導しますが、評価としては回数や時間で指導することが多く、染出しも行いますが、毎日の生活の中でいかにしっかりと歯みがきを実践し続けるかだと理解しています。エビデンスがない、と聞くと歯みがきは必要ない?と思ってしまうのですが、正しい歯みがきをする指導が必要という考え方でよろしいのでしょうか。**

A. むし歯予防のために歯みがきが有効なのは周知され、コンセンサスが得られています。また歯みがきは歯肉炎や、歯周病と関連があるとされている疾患の予防にも効果があることも知られています。歯磨きが上手にできるように指導する事はとても大事です。また、Q2とも関連しますが、昼食後の歯みがきは、学校での歯みがき指導の実践の場と、児童生徒の歯と健康を守るという口腔保健の意識向上のための一環と捉えるべきです。

現在、全体的に児童生徒の口腔清掃状態は改善されていますが、家庭での無関心やネグレクトによる口腔内状態の格差がクローズアップされています。学校での歯みがき指導とその実践はこの格差は正への対策としても重要と考えます。

## ～普段噛んでいるガムの成分・効果について～

学校歯科委員会 委員 石橋 洋幸 (八戸歯科医師会)

ここ10年でガムの販売数減少に歯止めがかからず「ガム離れ」が進行していると聞きました。平成15年のピークを境に約4割も減少しているという。メインターゲットである喫煙者数が減少しているためだと市場調査会社は指摘。スマホの普及や若者の車離れが原因との分析もあります。私自身も好んで平日頃からガムを噛むということはなく、時々コンビニで買う程度であるがある日、とある患者に「私はガムが好きでよく噛んでいるのですが、先生がお薦めのガムは何ですか?」と聞かれました。咄嗟に答えが出ず自分の知識不足を痛感し、これをきっかけによく市場で目にする代表的なガムを私で選定し、以下に含まれている成分及び特徴について挙げさせて頂きました。

コンビニでは一角のコーナーを占めこのように多くのガムが販売されています。今回は皆さんが1度は目にしたことがあるだろう3種類のガムについて説明したいと思います。



### ○キシリトールガム

キシリトールとは

- ・トウモロコシ、白樺や樺の木などを原料としてつくられる天然素材の甘味料
- ・糖アルコールと呼ばれる炭水化物の一種
- ・イチゴやホウレンソウにも含まれています。

### キシリトールの働き

①むし歯の原因にならない

虫歯菌であるミュータンス菌は砂糖をエサとしています。ミュータンス菌は砂糖と同じ甘さのキシリトールもエサと勘違いして食べてしまいます。しかし、キシリトールはミュータンス菌の栄養源にならないため、生きていくことができず死んでしまいます。

つまり日常的にキシリトールを摂取することにより、ミュータンス菌の数が減っていくのです。

②むし歯の発生や進行を防ぐ

唾液には酸をなくそうとする治癒力があります(この働きを再石灰化と呼びます)キシリトールそのものに歯の再石灰化作用はありませんが、甘味の効果で唾液の分泌を促すことができるため、むし歯予防に効果があります。

### キシリトールを多く含む食品

野菜・果物キシリトール含有量 (mg/100g 乾燥重量)	
イエロープラム	935
イチゴ	362
カリフラワー	300
ラズベリー	268
チョコレート	258
ナス	180
レタス	131
ホウレンソウ	107



### ○リカルデントガム

リカルデントガムの特徴

①牛乳から抽出された CPP-ACP (ガゼインリン酸ペプチド-非晶質リン酸カルシウム) が唾液の中に含まれている「カルシウム」や「リン」を増やし、歯の表面が溶ける(脱灰)を抑えてくれる働きがあります。

※牛乳アレルギーの方には推奨できません。

②本来、むし歯で表面が溶かされた歯は、唾液の成分で「再石灰化」され修復していきます。しかし、唾液の成分だけでは修復が追いつかない時、CPP-ACP を含むガムを習慣的に噛んでいれば、修復成分をたっぷり含む唾液の分泌が増えるというわけです。

### ○ボスカムガム

ボスカムガムの特徴

①ボスカの主成分はリン酸化オリゴ糖カルシウム (POs-Ca) というものです。POs-Ca はじゃがいものデンプン由来の成分で、虫歯菌のエサにならず、口の中で酸を作らないのです。

②POs-Ca はとにかく水に溶けやすいカルシウムなので、唾液にもよく溶けます。修復に使えるのは唾液中のカルシウムだけなので、初期むし歯ができた場合に POs-Ca のカルシウムを唾液中に増やせば、効果的に初期むし歯を修復できるのです。

### ■まとめ

	キシリトールガム	リカルデント	ボスカム
キシリトール効果	100%キシリトール配合 最も効果あり	ほとんど入っていない ほとんど期待できない	約30%キシリトール配合 効果はやや期待できる
歯の再石灰化能	再石灰化は期待できない	CPP-ACP が脱灰を修復、 歯の抵抗力を強化	再石灰化だけでなく初期むし歯も再結晶化
特徴	キシリトールで虫歯菌の威力をダウンさせる	継続して噛むことで脱灰を抑え歯の耐酸性を強化する	初期むし歯のある人は最も効果的なガム

# 報告

## 平成30年度青森県歯科保健表彰式 ～学校歯科部門～

日時：平成30年10月28日(日) 14:00  
 場所：青森県歯科医師会館 3階大ホール

今年度も、たくさんの受賞者にお集まりいただき開催されました。学校歯科部門の結果は下記のとおりです。

なお、表彰式の様子は青森県歯科医師会ホームページに掲載されておりますのでぜひご覧ください。

(ホームページアドレス <http://www.aomori-da.org/>)



平成30年度 青森県歯科保健表彰式 (平成30年10月28日)

### ◆学校歯科保健優良校表彰結果

※敬称略

		小学校		
		小規模校の部 (0～7学級)	中規模校の部 (8～15学級)	大規模校の部 (16学級以上)
県一		深浦町立いわさき小学校	青森市立浪岡北小学校	三沢市立木崎野小学校
準県一		鶴田町立富士見小学校	三沢市立上久保小学校	三沢市立岡三沢小学校
		中学校		
		小規模校の部 (0～10学級)	大規模校の部 (11学級以上)	
県一		八戸市立南浜中学校	応募なし	
準県一		平内町立西平内中学校		
		高等学校の部	特別支援学校の部	幼稚園の部
県一		—	青森県立森田養護学校	学校法人さつき学園 認定こども園さつき幼稚園
準県一		八戸工業高等専門学校	—	—



### ◆歯・口の健康児童表彰結果

※敬称略

		学校名・学年・氏名			結果
男子		青森市立浪館小学校	6	細谷深一郎	県一
		弘前市立大成小学校	6	長谷部 旭	準県一
		八戸市立白銀小学校	6	佐々木陸翔	入選
		平川市立松崎小学校	5	古川 大悟	入選
		板柳町立板柳南小学校	6	成田 匠玖	入選
		鱒ヶ沢町立西海小学校	1	佐藤 蒼太	健康歯肉大賞
		風間浦村立風間浦小学校	6	能渡遼太郎	入選
		十和田市立南小学校	6	伊瀬 慈蓮	歯列咬合大賞
女子		田子町立清水頭小学校	4	山本航太郎	入選
		青森市立篠田小学校	6	須藤 癒亜	準県一
		弘前市立石川小学校	6	棟方 野乃	県一
		八戸市立吹上小学校	6	北川 夢野	入選
		平川市立柏木小学校	6	赤平 花梨	入選
		中泊町立武田小学校	6	鈴木 和咲	健康歯肉大賞
		つがる市立向陽小学校	2	白川 桃花	歯列咬合大賞
		むつ市立第二田名部小学校	6	川上 杏佳	入選
	三沢市立岡三沢小学校	5	最上 絵菜	入選	
	田子町立田子小学校	6	小笠原杏華	入選	

※県一を受賞されたお二人の口腔内写真を冊子8ページに掲載いたしました。健康できれいな模範例です。

～歯・口の健康児童 県審査会の様子～



### ◆図画・ポスターコンクール結果 表紙をご覧ください。



## 特集

## 「最近 ちょっと気になったこと」

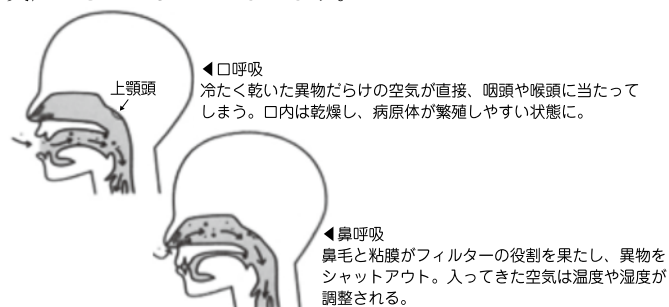
学校歯科委員会 委員 清藤 浩之  
(弘前歯科医師会)

生徒さん方のむし歯の保有率も年々減少傾向にあります。日頃の先生方の熱心なご指導の賜と深く感謝しております。歯科医師会も微力ではありますが、可能な限り一緒に生徒達の健康増進に努めて参りたいと思っております。

さて、確かにむし歯保有数は減ってきてはおりますが、反面歯並びの問題や歯肉炎等の罹患率が増えている傾向にあると思われれます。昔に比べ生徒さん方の顔貌の変化してきている様に見える。もし機会があれば生徒さんの顔を見て下さい。けっこう口を開けている子(上唇と下唇が接触していない)を多く見かけませんか?もちろん誰もがいちいち意識して口で呼吸しているなんて考えませんよね。

「口は災いの元」と諺にありますが、歯科界では「口呼吸は災いの元」と言われています。それは何故か簡単に説明してみたいと思います。

鼻呼吸と口呼吸の違いは空気中のばい菌をシャットアウトするかしないかです。鼻は空気中のゴミやホコリ、細菌、ウイルス等を防ぐフィルターの役目がありますが、口にはその機能がありません。病原体や有害物質が容易に体内に侵入して感染症や炎症のもとになってしまいます。



本来の呼吸ではない口呼吸が癖になってしまうと、舌や歯、顎の位置もあるべき位置からだんだんずれてきてしまいます。口が開いた状態だと舌や顔の筋肉の動きが偏り結果歯並びもずれてきます。矯正治療中の生徒さんは特に鼻呼吸をすることをお勧めします。

ところで、最近腸内フローラと言う言葉を良く聞くようになりました。これは腸内には善玉菌と悪玉菌、日和見菌に分類される多数の菌がバランスをとって健康維持の為に働いていますが、口腔内も同様に善玉菌と悪玉菌が常在菌として、バランスを適切に保っています。重要な役割を担っているのが唾液です。唾液は口の中の潤いを保ちながら粘膜を保護しています。また、食べ物の味覚を感じやすくさせます。実際診療していると、10歳前後のお子さんでもドライマウスや口臭に悩んでいる症例が見受けられます。唾液は口の中を常時洗い流していますが、口呼吸等で口が渇く(ドライマウス)と悪玉菌が繁殖しやすくなり、汚れなどが口の中や舌に残り口臭の原因にもなります。また、お菓子やジュースを食べたり飲んだりすると、食べ物で口の中が酸性化してむし歯の原因になるミュータンス菌や乳酸菌が歯垢の中で酸をつくり、口の中のPH値(酸度)を酸性に傾かせます。むし歯の増加を防ぐのが唾液です。唾液がきちんと流れる口腔環境ならむし歯はできにくいのです。唾液を出すことが口腔内の環境を良くする一番の方法で、それを可能にするには、口呼吸をやめ、鼻呼吸を意識して行うことです。

では、鼻呼吸を行うには何をすればいいのでしょうか?キーポイントは「舌」です。舌は筋肉のかたまりで、内部に血管がびっしり通っているため、高い熱を持っています。その舌を上あごにピッタリつけて呼吸するのが理想です。



◀冷たい空気も舌と鼻中隔が温める  
血管が密集して熱を持つ「舌」と「鼻中隔」が外から入ってきた空気を鼻腔内で適度に温める。そのため、舌は上あごにピッタリつけて呼吸することが大切。

ただ、口を閉じるように意識するだけでなく、舌力をアップさせることが最優先です。口呼吸をやめるには、口を閉じれば?と思うかもしれませんが、でも、口を閉じるためには口の周りにある口輪筋という筋肉が使われますが、大きな下顎を支えることができず、意識している間は口を閉じられるかもしれませんが、無意識になると口が開いてしまうのです。舌自体も大きな筋肉なので、舌の筋肉が衰えると自身を支えられなくなり口が開く要因にもなります。また、舌は食べ物を飲み込む(嚥下)役割を担っているので衰えるとだら~と垂れ下がってしまいます。積極的な舌の筋トレが基本となります。

また、舌を動かすことによって周囲の顔の筋肉(表情筋)も動くことによって、唾液がより多く分泌されます。鼻呼吸をし、舌を鍛えることによって、口腔内に唾液が十分に分泌し潤うようになります。結果食べ物の消化を促進し酸性化している口腔内をいち早く中性化し免疫力を高める(口腔外から侵入する病原菌や虫歯菌の活性化を防ぐ)作用があります。

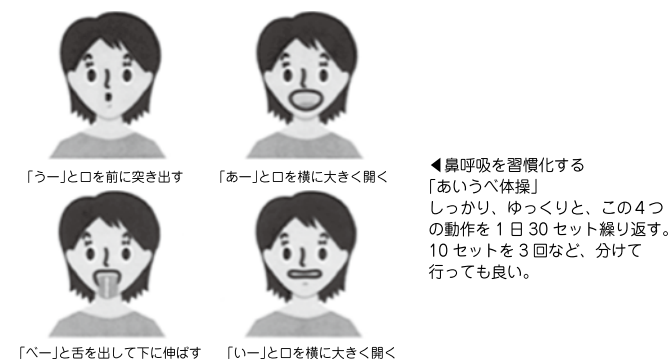
口呼吸をやめて、健康に欠かせない唾液の分泌を増やすための舌のトレーニング方法が「あいうべ体操」です。ご存じの先生方もいらっしゃると思いますが、その名のとおり「あ」「い」「う」「べ」の発音に合わせて口や舌を動かす運動です。

「あ」→開口筋群・舌骨筋群・舌につながる筋肉

「い」→口角挙筋・笑筋・頬骨筋・広頸筋など口周りと顔頸の筋

「う」→口輪筋。口をしっかり閉じる力のポイントとなる筋

「べ」→外、内舌筋・茎突舌筋



口呼吸をやめて鼻呼吸にするための「舌の位置を正しい位置に戻す」と、「口をしっかり閉じる」ことができるようになります。声を出さなくてもいいのでいつでもできます。朝起きたとき、歯磨きのあとなど、習慣づけましょう。

生徒さんだけでなく先生方も是非やってみて下さい。美容にも効果があります。これは、「あいうべ体操」をすることによって、顔の表情筋が刺激され、顔のむくみがとれた。小顔になった。口角がキュッと上がった。二重あごがとれて横顔がシャープになったという報告があるそうです。

挿絵: 今井一彰 先生(みらいクリニック院長)著「鼻呼吸なら薬はいらない」

# 調査報告

## 平成30年度歯科保健調査報告

平成30年度の学校歯科保健統計より

学校歯科委員会 委員 千代谷良子

(むつ下北歯科医師会)

平成30年度の学校歯科保健調査統計が文科省より公表され、全国の12歳の永久歯の1人当たり平均むし歯(う歯)等数は0.74本で平成29年度より0.08本減少し、過去最低を更新した。昭和59年度の調査開始時の4.75本以降、減少を続けている。

0.74本の内訳は、喪失歯0.01本、むし歯0.73本(処置歯0.47本、未処置歯0.27本)である。

青森県をみると、今年度の12歳の永久歯の1人当たり平均むし歯(う歯)等数は1.27本で昨年度より0.02本増加し、悪化している。県内のう歯被患率に関しては、ほぼ各年齢層にわたり東青地区は被患率が低く、西北地区は高率であり、その差は20%前後に及ぶ。

また、各地区に共通して12歳以降のう歯被患率が急増することから、中学・高校時期の学校歯科保健活動が大切になると思われる。

本県もむし歯減少傾向にあるものの、全国とは0.53本の差が生じる。

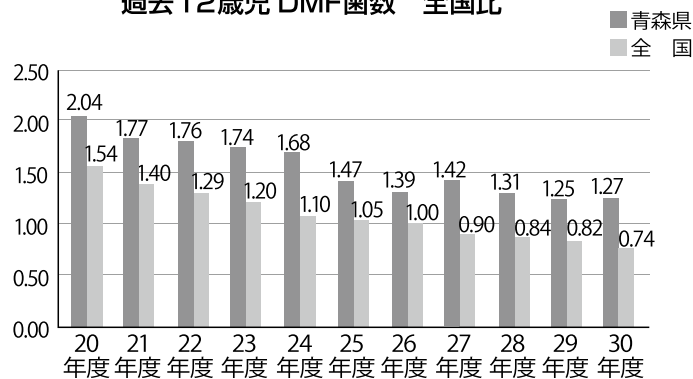
むし歯の減少の理由としては、歯みがきの習慣化、口腔衛生指導や教育の成果、フッ化物応用など、多方面での努力の成果によるものと考えられる。フッ化物応用(特に学校におけるフッ化物洗口)に関しては、県内で拡大を図り、健康格差が地域の差によって生ずることのないよう足並みを揃えていきたいものである。

### 永久歯の1人当たり平均う歯等数(12歳児)

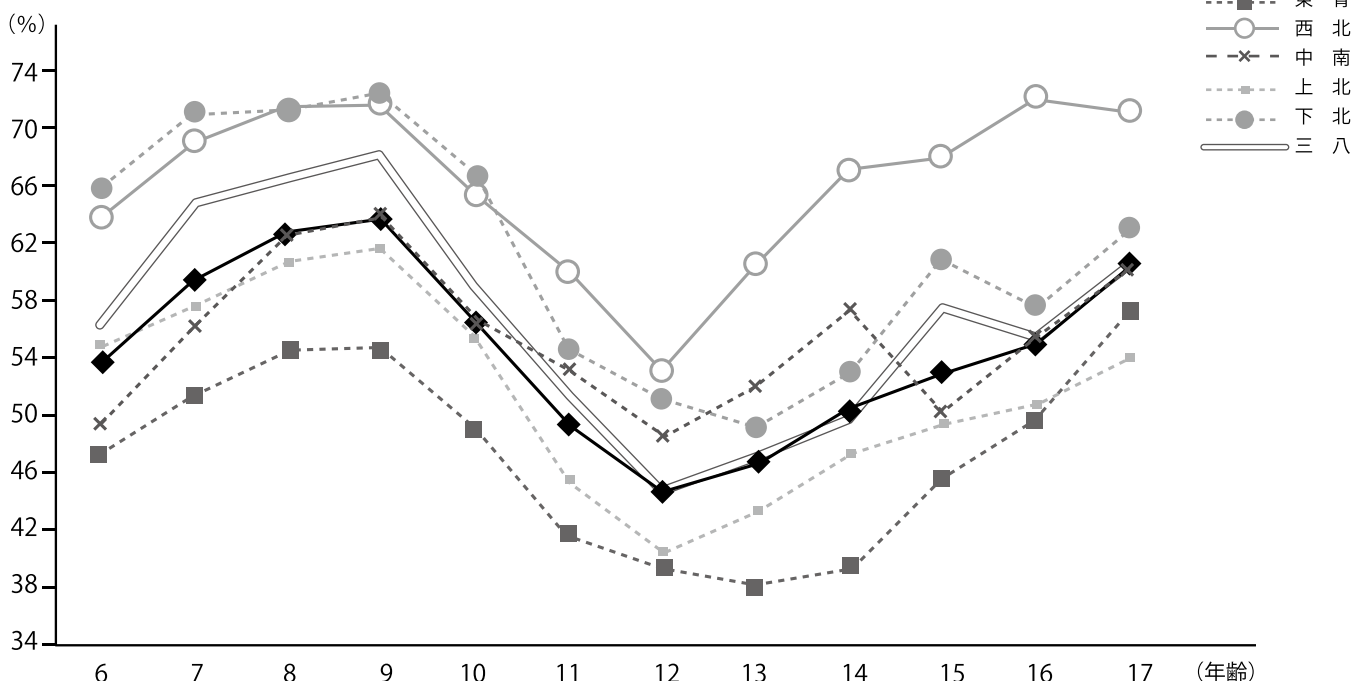
国・県・年度	区分	計(本)	喪失歯数(本)	う歯		
				計(本)	処置歯数(本)	未処置歯数(本)
全国	平成29年度	0.82	0.01	0.81	0.52	0.30
	平成30年度	0.74	0.01	0.73	0.47	0.27
本県	平成29年度	1.25	0.01	1.23	0.76	0.47
	平成30年度	1.27	0.05	1.22	0.70	0.51

「平成30年度児童生徒の健康・体力」より

### 過去12歳児 DMF歯数 全国比



### う歯被患率地区別比較(男女合計)



「平成30年度児童生徒の健康・体力」より



平成30年度青森県市町村別DMF歯数(学年別)

市町村名	小5年	小6年	中1年 (12歳児)	中2年	中3年	高1年	高2年	高3年
青森市	0.42	0.55	1.00	1.13	1.28			
弘前市	0.62	1.10	1.27	1.61	2.47			
八戸市	0.61	0.86	1.15	1.49	1.73			
黒石市	1.43	1.76	2.34	3.00	3.32			
五所川原市	1.15	1.82	1.65	2.27	2.72			
十和田市	0.45	0.56	1.27	1.65	2.24			
三沢市	0.25	0.42	0.63	0.71	0.82			
むつ市	1.11	1.07	1.94	2.20	2.65			
つがる市	0.82	1.08	1.35	2.01	2.93			
平川市	0.55	0.89	1.58	2.04	2.46			
平内町	0.37	1.02	0.68	1.07	1.05			
今別町	1.00	0.93	3.08	0.88	2.35			
蓬田村	0.53	0.14	0.44	1.00	0.95			
外ヶ浜町	0.41	1.03	0.53	1.12	0.80			
鱒ヶ沢町	1.39	2.03	1.46	1.90	3.18			
深浦町	0.59	0.74	0.96	1.72	1.91			
西目屋村	0.80	0.00	-	-	-			
藤崎町	0.46	0.96	1.33	1.96	2.51			
大鰐町	0.54	0.56	0.85	0.41	1.55			
田舎館村	0.57	0.72	1.42	3.57	5.20			
板柳町	1.25	1.53	1.49	2.21	4.72			
鶴田町	1.16	0.87	0.49	0.57	0.64			
中泊町	0.66	1.02	1.22	1.56	3.06			
野辺地町	0.55	0.74	1.19	1.43	1.62			
七戸町	0.54	0.64	0.93	1.31	1.59			
六戸町	0.87	1.02	0.39	0.70	0.72			
横浜町	0.89	1.09	1.97	2.00	2.66			
東北町	0.90	0.99	1.06	2.03	1.49			
六ヶ所村	0.92	1.80	2.26	1.97	2.60			
おいらせ町	0.44	0.51	1.41	1.73	2.71			
大間町	1.22	1.22	1.88	1.98	3.33			
東通村	0.64	1.16	2.33	3.39	3.55			
風間浦村	0.56	1.79	1.87	4.57	1.23			
佐井村	1.50	1.82	1.29	1.47	2.45			
三戸町	0.38	0.52	2.01	2.61	2.45			
五戸町	0.82	0.97	0.84	1.25	1.80			
田子町	0.30	0.24	0.49	0.55	1.33			
南部町	0.71	1.01	1.48	2.05	2.52			
階上町	0.77	1.02	1.27	1.30	1.81			
新郷村	1.09	3.27	2.82	2.64	3.00			
計(学年)	0.62	0.87	1.27	1.55	1.97	2.26	2.62	3.01
計(学校種)	0.42		1.60				2.63	

## 研修出席報告

### 「学校歯科医師生涯研修制度 更新研修」

- 日時/平成30年7月26日(木) 14:00～
- 会場/日本歯科医師会館
- 主題/「教育関連法規の理解と改定のポイント」  
「更新研修その他参考資料について」

学校歯科委員会 委員 佐々木光平(上十三歯科医師会)

更新研修は基礎研修受講修了者が対象である。その目的は、学校歯科保健に関する新たな事柄や法令などに基づく変更点があったときに、その知見を取得して頂くことにある。今回の更新研修において講義Ⅰは日本学校歯科医会の野村圭介先生が担当し、教育関連法規、新学習指導要領、第2次学校安全推進に関する計画、第3次食育推進計画、第2期スポーツ基本計画などに関する説明があった。

講義Ⅱは日本学校歯科医会の齋藤秀子先生が担当し、学校歯科健康診断の改正点の概要(平成28年4月実施)、滅菌消毒、スポーツ歯科と安全に関する説明があった。

講義Ⅰは、憲法第26条に定める教育基本法やその下の法律である学校教育法、さらにその下にある文部科学省令の学校教育法施行規則、さらにその下にある文部科学省告示の学習指導要領といった堅苦しい内容ばかりで我々はもちろんのこと、演者の野村先生も限られた時間内にこれらの説明をするには無理があったように感じながらの講義であった。それでも自分なりにどこを勉強しなければならぬかがわかっただけでも満足している。

講義Ⅱは、その時間のほとんどが健康診断の改正点の概要の説明に割かれた。

先生が力説していたことは、健康診断のあとに記入する事後措置についてである。健康診断の後に児童・生徒がとるべき行動を示唆している事後措置こそが、最も大切なものであるということをお話されていた。

### DVDで参加する 「第76回全国小学生歯みがき大会」

大会期間：2019年6月1日(土)～10日(月)

参加対象：小学校4～6年生(いずれか1学年)

申込期間：2019年1月7日(月)～2月28日(木) 24:00

※定員になり次第締切となります。

申込方法：ライオン歯科衛生研究所のHPにてお申込み下さい。

前回より期間中にDVDを視聴して参加できる新しい方式で実施されています。学校ごとに日程を設定できる為、より参加しやすくなりました。

#### ～歯みがき大会への想い～

歯みがきはむし歯予防のためだけにするものではありません。

口は人間にとってとても大切なもの。  
ご飯を食べ、だれかと話し、大きな声で笑う。

その大事な口をていねいに見つめて、  
見えないところまでも清潔にできもちよく保つ、それが歯みがきです。

ただ、歯みがきを毎日ちゃんとやるのは案外大変なこと。  
なんとなく歯みがきをしたからこれでいいや、と終わらせてしまうこともある。  
今日サボったくらいではむし歯にならないし、だれにも怒られません。

でも、そんな自分を見ている人が1人だけいます。  
それは、今の自分の積み重ねの先にいる未来の自分。  
未来の自分だけはごまかせない。

だからこそ、今日できることをちゃんとやろう。  
歯みがきも、勉強も、スポーツも、  
今日、いま、この瞬間をやりきっている人を応援します。

歯と自分をみがこう。

全国小学生歯みがき大会

## 「歯・口の健康児童」県一受賞者



青森市立浪館小学校  
6年 細谷深一郎さん



弘前市立石川小学校  
6年 棟方野乃さん



## 第57回全日本学校歯科保健優良校

[日本歯科医師会会長賞] 青森県立青森第二養護学校  
[奨励賞] 三沢市立三沢小学校 八戸市立白銀南中学校

### 来年度の予定

#### 募集関係

##### ■ 図画・ポスター・標語コンクール

締切 2019年6月29日(土)

審査会 2019年7月6日(土)

金賞作品展示予定

○2019.10.27(日)「青森県歯科保健表彰式」

○開催日未定「8020 健康社会フォーラム 2019」

##### ■ 青森県歯科保健優良校表彰書類審査会

2019年9月28日(土)

※締切は地区により異なりますので、要項をご覧ください。

県審査会への締切(地区から県へ)

2019年9月6日(金)

##### ■ 「歯・口の健康児童」県審査会

2019年10月27日(日)

青森県歯科保健表彰式開催前

※締切は地区により異なりますので、要項をご覧ください。

県審査会への締切(地区から県へ)

2019年9月13日(金)

※募集要項は4～5月に各園、学校へメール通知または郵送されます。また、本会ホームページへも掲載予定です。応募の際は募集要項をご確認の上、各園、学校で取りまとめでご応募下さい。

#### 大会関係

##### ■ 青森県学校歯科保健研究大会

(青森市 青森県歯科医師会館)

2019年7月25日(木)

##### ■ 第83回全国学校歯科保健研究大会

(山口県山口市)

2019年10月17日(木)～18日(金)

##### ■ 2019年度全国学校保健・安全研究大会

(埼玉県さいたま市 ソニックシティ)

2019年11月21日(木)～22日(金)

##### 第69回全国学校歯科医協議会

(埼玉県さいたま市)

2019年11月21日(木)

#### 編集後記

4月から新学期が始まり6月末までに学校歯科健康診断は実施されるが、学校保健安全法の改訂により事前の保健調査の実施をすることになり、また、健診票の歯科医師所見欄へCO要相談の記載が必要になるなど、近年、多少の変更があった。そして今年度、すでに終了しているが、就学時の健康診断の歯科健診においては、う蝕多発傾向者の検出をすることになった。それぞれ意味のある項目であろうが、個人情報の保護や親御さんの心情への配慮も必要な昨今であり、また、歯科医師、学校の両者にとって、円滑な健康診断の進行も必要であろう。そのためにも地域の歯科医師会と教育委員会、学校歯科医と担当学校との健診前の打ち合わせや健診票記載にかかる取り決め等が重要と感じる。

学校歯科委員会 副委員長 村田浩伸

発行者／一般社団法人青森県歯科医師会 〒030-0811 青森市青柳一丁目3-11 TEL017-777-4870 FAX017-722-4603  
学校歯科委員／委員長：工藤 淳治 副委員長：村田 浩伸

委員：清藤 浩之、石橋 洋幸、児玉 丹奈、小林 寛志、葛西 治千代、千代谷 良子、佐々木 光平、稲村 裕之

この学校歯科委員会だよりは青森県歯科医師会ホームページでもご覧いただけます。青森県歯科医師会ホームページアドレス：<http://www.aomori-da.org/>