



# お口の健康ネットワーク 会報

Oral Health Network Newsletter vol.8. 2011. 3. 1



## フッ化物洗口と健康教育の関わり

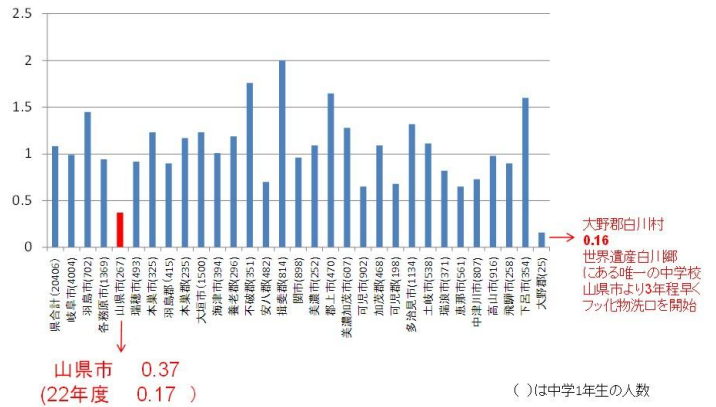
岐阜県山県歯科医師会 会長  
旭 律雄

昨年 11 月 14 日第 52 回岐阜県学校歯科保健研究大会が私の地元山県市で開催されました。この大会は県下の学校歯科保健関係者が一堂に会し、学校保健の向上を図る目的で県内 26 の郡市歯会が持ち回りで主幹し開催されるものです。当地では実に 24 年ぶりに開催されました。

平成 15 年 8 月の朝日大学磯崎篤則教授（お口の健康ネットワーク理事）による『だれにでもできる小さな努力で確かな効果～う蝕予防とフッ化物の応用～』の講演会をきっかけに、行政、教育委員会、養護教諭、歯科医師会が一丸となった「山県市フッ化物洗口事業」が開始されたのでした。その効果には目を見張るものがあります。平成 22 年度 12 歳児 DMFT は 0,17 (小 6 では 0,12) を達成しております。10 年前には 1 歳半～3 歳児

の dmft は県下ワースト 10 であった地域が今や県下第 2 位のむし歯の無い地域に変わったのです。（第 1 位の大野郡白川村：世界遺産白川郷の村は山県市より 3 年早くフッ化物洗口を開始しています。）

平成21年度岐阜県郡市別中学1年生DMF歯数



**第52回 岐阜県学校歯科保健研究大会**

山県市から発信する連携による歯・口の健康づくり

～フッ化物洗口を教育の現場に導入して～

とき 平成22年11月14日(日) 9:00～16:00

ところ 山県市文化の里 花咲きホール

主催 / 岐阜県歯科医師会  
後援 / (社)日本学校歯科医会・岐阜県教育委員会・岐阜県学校保健会  
山県市学校保健会・山県市口腔保健協議会・岐阜新聞・岐阜放送  
協賛 / ライオン(株)・(公財)ライオン歯科衛生研究所  
主幹 / 山県市歯科医師会・山県市教育委員会

**歯のかがやき 山県市から 全国へ**

保育園 小学校 幼稚園 地域 家庭 中学校

学校歯科医・子ども家庭課・教育委員会

第52回 岐阜県学校歯科保健研究大会 実行委員会

平成22年11月14日

今大会の特徴は、このようなフッ化物洗口によるむし歯予防と健康教育実践との両輪で取組みが行われていること。そして関連機関が連携の下同じ方向を向いて研究が行われたことです。たくさんの成果と今後の課題が発表されました。（大会の様子を記録したDVDが有ります。お知らせ下さればお送り致します。）

この研究発表から見えてきたことを書いてみたいと思います。

#### ① ヘルスプロモーションスクールの必要性

子どもたちがフッ化物洗口の効果をしっかり理解し、自ら進んでフッ化物の応用が選択できるようになって欲しいという願いから、小学校での歯科保健教室は指導型ではなく学習援助型とし、「どう思う?」「どうしたらいいんだろう?」「自分が気がついたことは?」「自分に必要だと思うことは?」というような、気づきを促す質問を投げかけるようにしています。また、親に歯みがき習慣のない家庭においては、歯科保健授業後の行動変容は非常に低調で学校での子どもの行動全てに繋がるという研究結果が出ています。そこで、ある小学校では授業参観日に保護者に歯垢染色・歯みがき指導を行い、その状況を子どもたちに観察してもらうという、普段とは全く逆の取組みを行っています。これには大きな反響があります。保護者の感想を紹介します。「普段、学校では子どもの様子を私たちが見るばかりになるのに対し、今日は逆バージョンでとても恥ずかしかったです。でも親の姿を子どもに見せる大切さを知りました。」「子どもには磨き方をうるさく言うわりに、自分の歯も真っ赤になってしまい、恥ずかしかったです。これからはお互いの歯を見合っ

て磨こうと思います。」  
これらはヘルスプロモーションの理念を基盤とした取組みの一例です。学校に関わるすべての人が力を合わせて、健康を守り推進させる知識や体験、仕組みに関する情報やモチベーションを子供たちに積極的に与え続ける場所がヘルスプロモーションスクールです。学校を地域の核とし、家庭や地域に健康教育を広げるための発信源であり続けることがますます必要になってくると考えます。

#### ② ヘルスプロモーションデンタルの必要性 (造語です。)

ヘルスプロモーションスクールによって自分の健康に気づき、興味を持った個々の患者さん

に対してもっと寄り添い、一生に亘り付き合うことのできる歯科医院づくりが必要です。単なるメンテナンスではなく、患者さんの心にまで寄り添うメンテナンスが必要です。そのシステムに欠かせないのが「つまようじ法」だと思います。単なるプロフェッショナルケアのツールではないことは私が言うまでもありません。つまようじ法を行う時、患者さんの口腔内の状況がいつもと違う、例えば出血がいつもより多い、患者さんがリラックスしていない等いつもとちょっと違うなと感じられることが多々あると思います。そんな時に患者さんの声に耳を傾けると、「最近はずいぶん歯もろくにみがく時間がない」とか「ちょっと心配事あって・・・」そんな言葉が返ってきます。ここでの会話が非常に重要だと考えるのです。患者さんのその時の声を記録しスタッフ間で共有することが大切だと思うのです。

つまようじ法を行った後に、「口の中がすっきりした。」「とても気持ち良かった。」「家でももうちょっと頑張ってみようかな。」という反応が必ず返ってきます。患者さんは確実にエンパワーメントされ帰宅できるのです。気づき・やる気をひき起こすこともできます。その言葉をもらった私たちもエンパワーメントされます。まさに「つまようじ法」こそ「ヘルスプロモーションデンタル」の真髄だと私は考えるのです。

---

旭 律雄 (あさひ のりお)

[略歴]

昭和 54 年 岐阜歯科大学 (現朝日大学) 卒業

昭和 54 年 岐阜大学附属病院口腔外科教室入局

無医村地区 (野麦峠の高根村等) のへき地診療に従事

昭和 56 年 岐阜県山県市にて開業

平成 15 年 山県歯科医師会会長

平成 19 年 朝日大学歯学部社会口腔保健学分野非常勤講師

[所属学会等]

日本口腔衛生学会、日本健康教育学会、NPO 法人ウェルビーイング

[連絡先]

山県歯科医師会

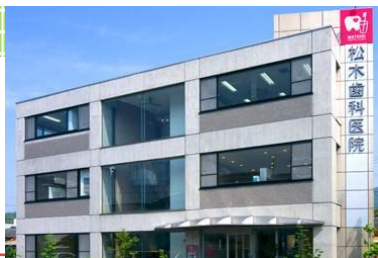
<http://www.gifukenshi.or.jp/~yamagata/>

(やまがたしかいしかい で検索して下さい。)

アサヒ歯科医院 <http://fukurou-ash.com/>

# 診療室訪問

## 松木歯科医院



■診療室概要  
 所在地:高知市愛宕町 4-13-4  
 チェア: 9 台  
 スタッフ: 12 名(Dr3 名、DH6 名、助手 1 名、受付 2 名)  
 診療時間:9 時~12 時、14 時~18 時  
 休診日:木、日、祝祭日  
 患者数:1 日約 70 名

### スタッフと共に地域の患者さんに予防を伝えていく歯科医院

JR 高知駅から北へ1kmほど離れた住宅地の中に、3 階建のモダンな建物を構えた松木歯科医院があります。今回は開業当初から予防に取り組まれている松木歯科医院を訪問し、院長の松木宏真先生と、副院長の松木則子先生にお話を伺いました。

—とても大きくてきれいな診療室ですね。

もともとこの近くで開業していたのですが、そこが手狭になってきましたので、現在の診療所に移転しました。前と比べると余裕を持って診療できるようになりました。1F と2F を診療室として使っています。フロアが分かれていますので、連絡にマイクを使ったりしないといけないのが少し不便ですが。



チェア9台を治療とメンテナンスで半分に分けて使っています。土曜日はメンテの割合がやや多くなります。土曜日しか来院できない人がいるので、メンテのチェアがどうしても増えます。こちらに移転した当初はチェアは7台だったのですが、2台増やしました。歯科衛生士は現在6名ですが、ちょうど産休とかで人数が減っていて、少し人員不足の状態になっています。

—開業当初から現在のような診療スタイルを取られているのでしょうか。

平成8年に開業したのですが、開業前に岡山県のpmj歯科診療所で勉強して、つまようじ法も取り入れました。予防はSRP、フッ素洗口、そしてつまようじ法がセットだと考えています。

開業当初より予防の重要性を説明しメンテナンスを勧めてきましたので、メンテナンスの患者さんは子供から90才代まで幅広く各年代を通して少しずつ増えてきました。メンテの患者さんは担当制で、担当の歯科衛生士がみるようにしています。スタッフは患者さんから感謝されるのが一番うれしいみたいです。



—現在の院内での取り組みを教えてください。

勤務医を含めて3名ドクターがいますが、治療のほうは担当制にしています。ですから、初診の患者さんの場合、全員で一度症例検討して、治療計画を決めて、それから治療にあたるようにしています。C治療だけの人、C治療とP治療を並行して進める人とか。P治療のほうは歯科衛生士が治療計画を立てます。このあたりのシステムをよりきちんとできるようにし



全員が患者さんの情報を共有し、チーム医療をしていきたいと思っています。



### —先生の予防に対する考え方を教えてください。

やはり予防をやっているのであれば、フッ素洗口と、つまようじ法と、SRP の勉強ですね。この3つが柱だと考えています。私たちは、フッ素洗口をきちんと勧めていくことはとても大事だと考えています。また、SRP については、スケーリングの技術もちろんです、プロービングして、ポケットを測って、患者さんにきちんと結果を伝えるという基本的なことを重視しています。

当院では、新卒で入った若いスタッフが多く、定着率も高いのですが、一方で他医院での経験者は募集してもあまり応募がなかったり、入っても定着しにくいという悩みもあります。経験者の場合、今までやってきたやり方とあまりにも勝手が違うので戸惑うところもあるようです。いわゆる歯科衛生士がやりたい業務をやってもらえばいいのですが、つまようじ法はもちろん、まず口腔内写真を撮ったことがない。スケーラーはどんなの使ってましたかって聞いても知らない方も多いです。担当でメンテナンスなんかしたことない人ばかりです。そういう状態で、一から予防の勉強をやり直すとなると大変だと感じるのかもしれない。

いずれにしても、予防をやるにはスタッフの育成が欠かせません。新しいスタッフにはチーフの歯科衛生士が教育担当について、基本的なことができるようになるまで指導するようにしています。また、患者さんから質問を受けた時の対応の仕方などにも気を配るようにしています。

—これからの医院運営についてのお考えをお聞かせ下さい。

第一にスタッフみんなが働きやすい職場を維持していきたいという思いはあります。また、予防の考え方を伝えていくことを忘れないようにしたいですね。つまようじ法だけでなく、フッ素洗口をやっている人の割合も増やしたいです。そのためには、スタッフの力をいかに引き出すかがポイントだと思います。以前は予防のこともドクターが直接患者さんに話すことが多かったのですが、今はできるだけスタッフのほうから伝えてもらうようにしています。やはりスタッフの力のほうが大きいですから。スタッフ自身が、自分達がやっていることは本当に患者さんのためになることなんだということを実感すれば、院内ではもちろん、院外でも広めてくれると思います。そんなスタッフが一人でも多く育ってくれたらと思います。



後列右端が松木院長、前列右端が松木副院長

### 松木 宏真(まつぎ ひろまさ)

1987年 徳島大学 歯学部卒業  
 1987年 高知医科大学 歯科口腔外科  
 1991年 国保大月病院 歯科口腔外科  
 1997年 松木歯科医院開業

### 松木 則子(まつぎ のりこ)

1989年 長崎大学 歯学部卒業  
 1989年 高知医科大学 歯科口腔外科  
 1998年 松木歯科医院

## つまようじ法 DVD について

新版のつまようじ法解説 DVD が完成いたしましたので会員の皆様に 1 枚ずつ送付させていただきます。15 分ほどの内容ですが、従来の DVD と比べて、術者磨きの解説部分を充実いたしました。全顎を一通りつまようじ法でブラッシングしている映像に加えて、術者のポジション等についても新たに解説しています。制作にあたっては、渡邊達夫先生、黒瀬真由美先生及びpmj歯科診療所のスタッフにご協力いただき、岡山大学予防歯科の森田教授に監修していただきました。皆様のご参考になればと思います。

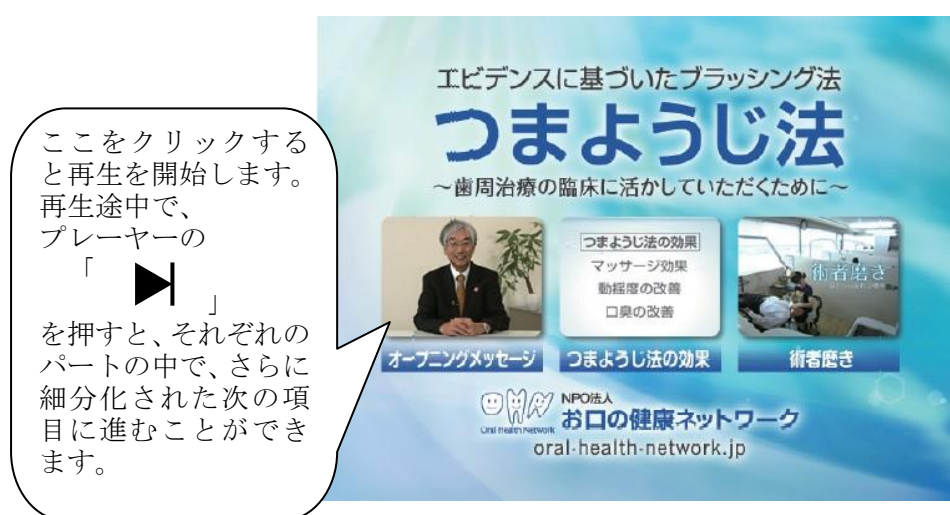
### ●DVD の再生について

最初にメニュー画面が表示されます。

1. オープニングメッセージ
2. つまようじ法の効果
3. 術者磨き

の3つのパートに分かれていますので、見たいところをクリックすると再生を開始します。

#### 【メニュー画面】



※一般のパソコンの DVD プレーヤー、TV に接続された DVD プレーヤー等 (DVD-R 対応のもの) で再生できます。ごくまれに古い機種等で、再生できない場合があります。

### ●DVD のご利用について

著作権は NPO 法人お口の健康ネットワークに帰属します。DVD の無断複製は禁止させていただきます。(コピーガードがかかっています)

### ●DVD の販売について

1 枚は会員の皆様に無料配布しておりますが、もう 1 枚ご入用の場合、又は会員以外の方へは 1 枚 3,150 円で販売いたします。ご希望の際は事務局までお問い合わせください。

## 事務局からのお知らせ

## ●今後の行事日程

H23年 月 日	内容	開催地	講師等	時間 (予定)
4/10 (日)	理事会	岡山	—	9:00~12:00
	会員向け研修会 「口腔粘膜病変について学ぼう」		杉山 勝	13:30~15:30
6/12 (日)	予防歯科臨床セミナー 2回コース (1回目)	東京	黒瀬真由美 小畑文也	10:00~16:00
8/7 (日)	予防歯科臨床セミナー 2回コース (2回目)	東京	黒瀬真由美 小畑文也	10:00~16:00
9/10 (土)	理事会	岐阜	—	16:00~18:00
9/11 (日)	第3回通常総会・講演会	岐阜	永山正人 角館直樹	10:00~13:00
10/16 (日)	予防歯科臨床セミナー 2回コース (1回目)	大阪	黒瀬真由美 小畑文也	10:00~16:00
11/6 (日)	予防歯科臨床セミナー 2回コース (2回目)	大阪	黒瀬真由美 小畑文也	10:00~16:00

・セミナーのご案内はすでに送付済みですので、今回チラシは同封しておりませんが、4月10日の研修会を含めて、現在参加者募集中です。

ホームページ <http://www.oral-health-network.jp/> にセミナー案内 (兼申込書) の PDF ファイルを掲載しておりますので、こちらからご覧ください。

・9月10日、11日に岐阜で理事会、総会を予定しております。今年は総会の日に合わせて、朝日大学社歯研 OB 会と合同で講演会を予定しております。詳細は追ってご案内いたします。

## (編集後記)

制作を進めていたつまようじ法の DVD が、ようやく完成しました。会員の皆様には大変お待たせいたしました。制作に半年以上かかってしまいましたが、より分かりやすく、ご参考にしていただける内容になったのではないかと考えております。制作にご協力いただいた先生方及び関係各位に心より感謝申し上げます。以前制作したものが10年ほど前で、制作当初は VHS テープでしたが、途中から DVD となり、これまで数多く配布させていただきました。新しい DVD が少しでも皆様のお役に立ち、またつまようじ法の普及に役立てられたらと思います。

今回制作したのは専門家向けですが、一般の方向けに分かりやすく解説したものも制作したいと考えております。こちらのほうもご期待ください。制作完成時期は・・・まだ言えません。

(事務局/草野栄路)

お口の健康ネットワーク会報 Vol.8

2011年3月1日発行

発行：NPO 法人お口の健康ネットワーク

〒700-0953 岡山市南区西市 541-1

TEL. 086-244-4692 FAX. 086-244-1351

<http://www.oral-health-network.jp>

E-mail : [info@oral-health-network.jp](mailto:info@oral-health-network.jp)