

歯科保健だより

これからお母さんになる女性向けのパンフレットを作成しました!!
下記のようなセルフチェックもできます!!

第64号

今のお回の状態をセルフチェック!

- ① つわりで歯がみがけない。
- ② 食事や間食の回数が増えた。
- ③ 歯が痛んだり、しみたりする
- ④ 歯をみがくと血が出る。
- ⑤ はぐきが腫れた感じがする。
- ⑥ 唇やお口の中にできものがある。
- ⑦ 親知らずが痛い。
- ⑧ この一年間に歯科医院を受診していない。

当てはまる項目は、
ありませんか?



もくじ

P2・P3
協会事業報告

P4・P5
平成26年度
新潟県歯科保健協会長表彰
よい歯のコンクール
協会トピックス

P6・P7
切り取り式
ポスター

P8
研修会のご案内

公益財団法人 新潟県歯科保健協会

ホームページアドレス <http://niigata-dhs.com>

新潟県歯科保健協会

検索

協会事業報告

健口くんぐん塾 ～学校歯科保健指導者研修会～

この研修会は児童・生徒の歯科保健対策を推進するため、養護教諭等を対象に新潟県より委託を受け実施するものです。今年度は、佐渡市・新発田市・柏崎市・三条市の4会場で開催しました。

講師の犬井正先生より、「全身の健康づくりを目指した歯と口の健康づくり」をテーマにご講義いただきました。また、歯科保健協会歯科衛生士より、児童・生徒が楽しみながら歯と口の健康について考え、そして体全体の健康づくりに自らつなげていくための学校での具体的な取り組みを、実習を交えてご紹介しました。

【研修内容】

- 講義 『「こころ」と「からだ」を育む学校歯科保健』
- 講師 一般社団法人新潟県歯科医師会 地域保健部 犬井 正 先生（柏崎市開業）



閉眼片足立ちの実習

研修会でいった実習内容をいくつかご紹介します。

咀嚼力判定ガム

咀嚼の能力を判定するガムで、色の変化をみるものです。咀嚼とは、「食べ物を噛み砕き、唾液と混ぜ合わせ飲み込める状態にすること、味わうこと」をいい、単に噛み合わせるのよし悪しや咬合力（咬んだときの力）とは異なります。咀嚼力判定ガムでは、

- ・唾液がよく分泌されているか
- ・咀嚼に必要な口腔周囲筋がよく動かされているか
- ・正しい噛み方ができているか

などを、あわせてチェックすることができます。



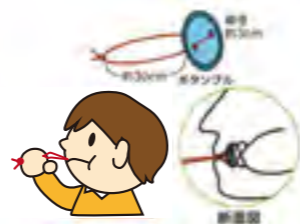
口輪筋力測定（ボタンプルテスト）

糸がついたボタンを口唇と前歯の間に挟み入れ、糸をばねばかりにかけて引っ張り、口輪筋（口唇の筋肉）の強さを測定する検査です。

口で呼吸するなど、普段から口を開けたまましていると筋力は低下してしまいます。

口輪筋の筋力が低下していると、弱い力で引いてもボタンが外れてしまいます。

また、むし歯や歯肉炎のリスクが高まる原因となる他、歯並びに影響を与えることもあります。



オーラルディアドコキネシス

健口くんハンディという器機を用いて口腔機能（特に口唇、舌）の巧緻性および速度を評価しました。

「pa」「ta」「ka」の単音節をそれぞれ5秒間ないし10秒間できるだけ早く反復発音させ、1秒間あたりの発音回数を測定します。それぞれの発音は、口腔内の異なった部位を基にして発せられます。

「pa」：唇をしっかり閉じることで発音される。
「ta」：舌の前方が口蓋に触れて発音される。
「ka」：舌の後方が口蓋の奥の方に触れて発音される。



今後も皆様のニーズに合わせた内容の研修会を開催したいと思います。「こんな研修を受けてみたい！」等、ご要望がございましたら、ぜひ当協会までお寄せください。

歯科専門職のための吸引テクニックセミナー

平成26年6月27日（日） 新潟テクノスクール

この研修会は平成26年3月に開催した際、定員超過のため、やむなくキャンセルいただいた方を対象に追加開催しました。

前半は新潟大学医歯学総合研究科 摂食・嚥下リハビリテーション学分野 助教 辻村恭憲先生より、吸引の基礎について、分かりやすい動画を交えて講義いただきました。

後半は、辻村先生の他、同教室員の先生方にも加わっていただき、小グループに分かれ、実習を行いました。

実習は、多くの参加者が初めて体験する内容でしたが、口腔内吸引⇒模型上での鼻腔挿入⇒自身の鼻腔挿入⇒相互での鼻腔挿入と、段階的に進めていただき、受講者全員が安全に全実習を終えることができました。

また、実習後には吸引前評価についても項目ごとに説明いただき、とても内容の濃い研修会となりました。



模型上での鼻腔挿入の様子

はじめての口腔ケア ～口腔ケア基礎研修会～



この研修会は、高齢者介護施設で勤務されているスタッフ等を対象に行っています。

今年で開催5年目を迎え、毎年ご好評をいただいている研修会です。今年度は新潟市、長岡市、村上市の3会場で開催しました。

口腔ケアの基礎や入れ歯の取り扱いについての講話、口腔ケアグッズの使用法、相互実習による口腔ケアの手技など「具体的で分かりやすく」をモットーに構成をしています。

来年度も開催を予定しております。施設新人スタッフ様の研修や、基礎確認等、ぜひ施設口腔ケアの向上にお役立てください。

児童養護施設訪問

今年度、新潟県歯科医師会は、県内5ヶ所の児童養護施設へ歯ブラシや手鏡などの歯科保健グッズを提供しました。当協会は、それぞれの児童養護施設の子ども達に、お口の健康講話や提供された歯科保健グッズを使用しての実技指導を行いました。

実習では、提供された手鏡を使いながら、子ども達も一生懸命にブラッシング、フロッシングに取り組んでいました。

今回の活動により、施設の子ども達の健康に対する意識がより一層向上することを願います。





平成26年度 新潟県歯科保健協会会長表彰

歯科保健活動に10年以上寄与し、その功績が顕著であり、将来も引き続き優れた活躍が期待される個人及び市町村、企業体等の団体を表彰するもので、下記のとおり、入賞者が決定しました。

【個人の部】（敬称略）

- 石田 一夫（燕市・歯科医師）
- 田村 哲郎（長岡市・歯科医師）
- 平野 龍紀（上越市・歯科医師）
- 阿部 一彦（十日町市・歯科医師）
- 鶴巻 浩（新潟市・歯科医師）



平成26年8月30日（土）
新潟県歯科医師会顕彰式にて表彰が行われました。

【団体の部】（敬称略）

- 社会福祉法人 育樹会
ガデュルス・いぶき保育園（新潟市）

TOPICS ~トピックス~



NEW 歯科医院における禁煙支援用DVD 「Smoke gets in your life ～煙が命に響く～」

禁煙支援に関するDVDを作製しました！
口腔内は喫煙による影響、禁煙による改善効果が実感できるため、
歯科医院は禁煙支援を行う最適な場所です。
「吸いたい」気持ちのコントロールも歯みがきで解消！
喫煙中の方の健康づくりにぜひ活用ください。

■価格 1枚 2,000円（本編収録時間 11分）
※税、送料別



平成26年度よい歯のコンクール

平成26年7月14日（月）、新潟県歯科医師会館において審査が行われ、下記のとおり入賞者が決定しました。

◎親と子のよい歯のコンクール

平成25年度に3歳児健診を受けた幼児とその親のうち、親子ともに健康な口腔環境を保っている方を表彰するものです。

【個人の部】（敬称略）

- 最優秀賞** 齋藤 瞳・陽翔（胎内市）
- 優秀賞** 相崎 千恵子・晃真（弥彦村）
- 駒澤 佐知子・佐穂（長岡市）
- 今井 麻由未・慶（魚沼市）
- 鈴木 絵美・紗彩（糸魚川市）
- 井口 智子・七葉（新潟市）

～よい歯のコンクール応募状況～

○親と子のよい歯のコンクール
3歳児歯科健診受診者数 21625名
県審査8組

○いきいき人生よい歯のコンクール
応募数 18名

◎いきいき人生よい歯のコンクール

満80歳以上の方を対象に、健康なお口ではつらつと過ごされている方を表彰するものです。

【入賞者】（敬称略）

- 最優秀賞** 菊入 勝己（長岡市）
- 優秀賞** 石黒 三枝（上越市）
- 木島 允（糸魚川市）
- 丸山 サカエ（糸魚川市）

NEW お母さんになる女性のための歯とお口の健康

妊産婦向けのパンフレットとパワーポイントのCD-ROMが完成しました！

乳歯の芽は妊娠7週目からでき始め、生まれるときには永久歯の芽もでき始めます。お腹に赤ちゃんがいる今から健口づくりを始めませんか？

妊婦健診、教室などで媒体としてもご活用いただけます。

■価格

パンフレット（A3変形・観音折り） 1部 30円
CD-ROM（スライド枚数31枚） 1枚 1,200円
※税、送料別



NEW フッ化物洗口関連資料集

1970年代後半から1990年代前半に発行され、「子供の歯を守る会」が所有していた資料4種を電子書籍化しました！

【収録内容】
・フッ化物応用と新聞報道
・歯科界にとっての公衆衛生とは
・フッ素洗口導入のノウハウ
・歯科医師会にとってのフッ素洗口

■価格 1枚 1,200円 ※税、送料別

新しいスタッフが増えました！

今年度より当協会に勤務しています、
三浦都と申します。

歯科保健協会の歯科衛生士として新潟県の歯科保健向上に貢献できるよう、日々努力してまいります。
よろしくお祈りいたします。



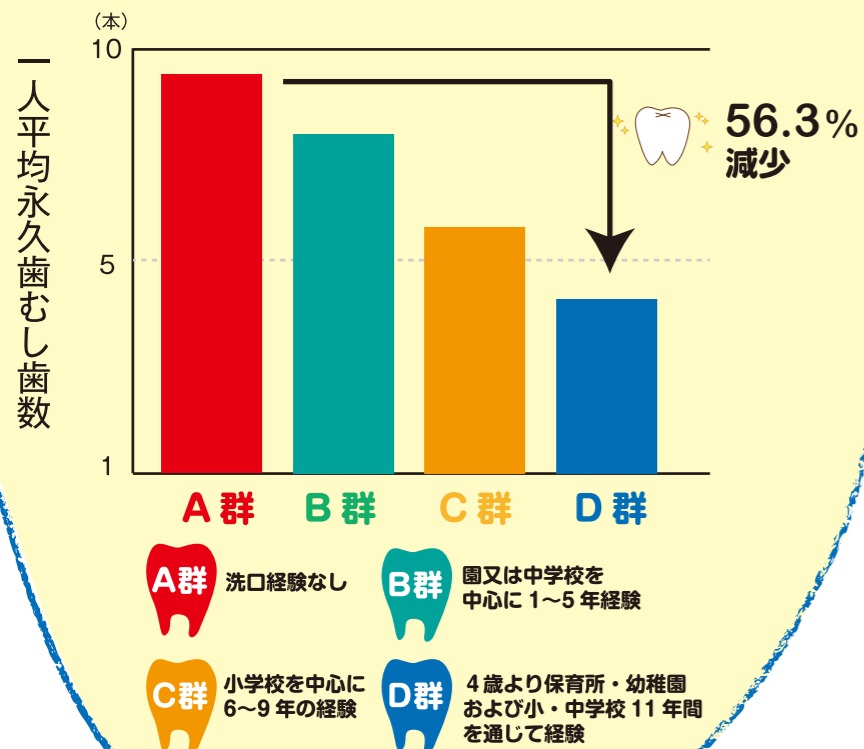
フッ素洗口は、
むし歯を半分以上に予防します。

《 4歳頃から中学校卒業時まで
続けることがポイントです！ 》

フッ素洗口経験別に見た 一人平均永久歯むし歯数

旧西蒲原郡内全公立高校2年生歯科健診
(1990年～1991年)

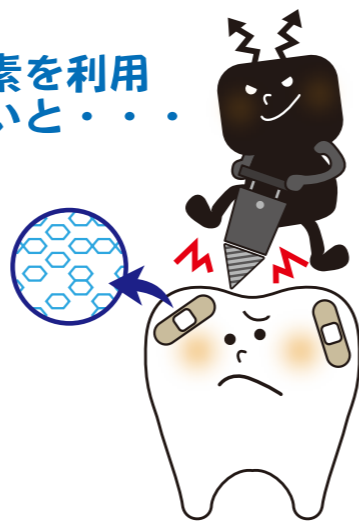
(口腔衛生学会雑誌, 43, P192, 1993)



むし歯予防に効果的!! フッ素ってなあに?

歯の質を強くする方法として、フッ素の利用があります。生えたばかりの歯は、エナメル質という表面の結晶にすき間が多いなど、未完成でとてもむし歯になりやすい状態にあります。この時期は、逆にフッ素を取り込みやすく、結晶が丈夫になり、むし歯に対する抵抗力が強くなります。また、フッ素にはむし歯になりかけたところから溶け出したカルシウムを再び歯に戻す働きを促進する作用もあります。

フッ素を利用
しないと...



フッ素を利用すると...

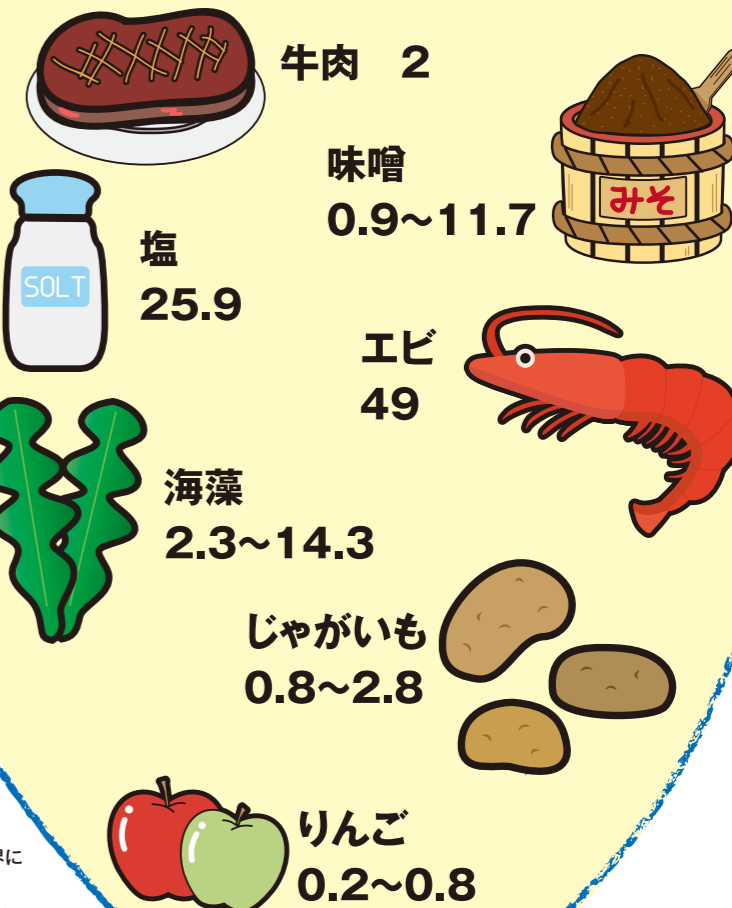


※ フッ素は元素であり、単体で自然界に存在しません。私たちの身の回りには、フッ化物として存在しています。このページでは慣用的にフッ素という用語で統一しました。

フッ素は身近なものです!
いろんな食べ物にも含まれています!

WHO(世界保健機構)および
FAO(食料農業機構)では
フッ素をヒトにとっての必須元素としています。

(単位は1000g中に含まれるフッ化物イオン量mg(ppm)で表したものです。)



フッ素でのむし歯予防の応用方法

フッ素入り歯みがき剤



子どもから大人まで家庭で利用できる手軽なフッ素の応用法です。1回の使用量は歯ブラシの毛の半分程度です。食後や寝ている間はむし歯になりやすい環境ができています。少なくとも、朝食後と寝る前は使用しましょう。使用後のうがいをしすぎると、歯面に残っているフッ素を、うがいで流してしまうことになりますので、5秒間のうがいを1回程度行いましょう。

フッ素塗布

専門家からフッ素を歯に塗ってもらう方法です。歯が生えたてのうがいのできない子どもにも行えます。歯が生え始める1歳頃から1年に2～4回定期的に続けると、酸に負けない強い歯になります。



フッ素洗口

5～10mlの液を1分間ぶくぶくうがいするだけの簡単な方法です。うがいが上手にできる4歳頃から永久歯が生えそろう中学生まで行くと、むし歯がフッ素洗口をしていない人の約半分になります。健康教育の一環として園や学校で行うと続けやすく、より高い効果を得ることができます。



研 修 会 の ご 案 内

■歯科における禁煙支援の実際

喫煙の全身に及ぼす害を理解していても、どのように禁煙支援を進めていけば良いの？

禁煙支援の実際について、ロールプレイを交えながら学ぶ研修会です。

【日時】平成27年1月24日(土) 14:00~16:30

【会場】デンカビックスワンスタジアム 大会運営室

【対象】歯科衛生士 等

【定員】100名

【講師】新潟大学医歯学総合病院 予防・保存系歯科 歯周病科
助教 両角 俊哉 先生

【受講料】1,000円

■介護予防!!口腔機能向上従事者研修会

口腔機能評価の実施方法、口腔内観察・清掃のポイント、口腔機能向上を図るための体操やレクリエーション等、明日から活かせる実習メインの研修会です。

【日時】平成27年2月24日(火) 13:30~16:00

【会場】上越市 教育プラザ

【対象】口腔機能向上事業に携わっている方

【定員】30名

【講師】歯科保健協会 歯科衛生士

【受講料】2,000円(教材費を含む)

■歯科保健指導用手作り媒体作成教室

教育現場等で歯科保健指導を行なう際に役立つ媒体を作製する教室です。

詳細は後日、ホームページ等でお知らせしますので、ご覧ください。

■施設・訪問診療で役立つ! 歯科衛生士のための喀痰吸引基礎知識

詳細は後日、お知らせします。

【日時】平成27年3月14日(土) 13:00~17:00

【会場】新潟テクノスクール4階 介護実習場

【対象】歯科衛生士 等

【定員】20名

【講師】新潟青陵大学短期大学部 人間総合学科 助教
日本看護協会 認定看護管理者
本間 美知子 先生

■訪問歯科診療時に気をつけたい高齢者の 全身疾患について

診療所受診が困難な高齢者に多い全身疾患の特徴や、訪問歯科診療を行う際の注意点を学ぶ研修会です。

詳細は後日、ホームページ等でお知らせしますので、ご覧ください。



歯科保健協会では、各種研修会の開催を予定しております。

研修内容の詳細・申し込みについては、ホームページ上でもご案内しております。
皆様のご参加、心よりお待ちしております。

<http://niigata-dhs.com>

新潟県歯科保健協会

検索