

2008

歯科保健だより

第58号

けんこう 「健口くん」の販売を開始しました！

オーラルディアドコキネシス

だえきえんげ
反復唾液嚥下テスト(RSST)

の測定が簡単に行える測定器です。

表示画面が大きく、
見やすくなりました。

軽量でコンパクト。
持ち運びに便利です。



→詳細はP 6、7にあります。

目次

◎平成20年度新潟県歯科保健協会長表彰
平成20年度よい歯のコンクール …… P 2

◎全国初！新潟県歯科保健推進条例 … P 3

◎協会事業紹介(健やか歯ぐき指導者研修会・健康サポート事業)
研修会のお知らせ …… P 4、5

◎オーラルディアドコキネシス・RSST測定器「健口くん」
New Goods …… P 6、7

◎お尋ねに答えて
お口の働きを高めること
(口腔機能向上)の意味 …… P 8

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>

平成20年度新潟県歯科保健協会長表彰

新潟県歯科保健協会長表彰は、歯科保健の発展向上に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できる個人及び市町村、企業体等について表彰するものです。

今年度は、平成20年8月30日(土)、新潟県歯科医師会館にて顕彰式が行われ、下記の方々に賞状と記念品が授与されました。

(敬称略)

〈個人〉

大久保 義 信 (歯科医師・十日町市)
永 瀬 守 (歯科医師・新潟市)
岡 村 芳 昭 (歯科医師・南魚沼市)
石 田 光 錫 (歯科医師・三条市)
大 橋 さゆり (歯科衛生士・小千谷市)
村 山 正 史 (歯科医師・長岡市)
小 菅 浩 (歯科医師・上越市)
佐久間 厚 子 (養護教諭・新発田市)
富 田 瀏 (歯科医師・阿賀野市)

〈団体〉

南魚沼市立柝窪小学校
新発田市立七葉小学校
社会福祉法人守孤扶独幼稚児保護会 赤沢保育園(新潟市)
社会福祉法人中蒲原福祉会 障害福祉サービス事業わかばの家(新潟市)

平成20年度よい歯のコンクール

平成20年度「新潟県母と子のよい歯のコンクール」「いきいき人生よい歯のコンクール」審査会が、平成20年7月16日(水)午後1時より、新潟県歯科医師会館会議室にて行われました。

審査結果は下記のとおりです。

「母と子のよい歯のコンクール」表彰者

(敬称略)

最優秀賞

館 岡 友 良 愛 莉 (見附市)

優秀賞

渡 辺 香 颯 太 (新潟市)
澁 谷 広 実 健 太 (三条市)
高 橋 絵美子 航 太 (新発田市)
保 坂 朋 美 大 輝 (十日町市)
佐 藤 敬 子 瑠 南 (魚沼市)

「いきいき人生よい歯のコンクール」表彰者

(敬称略)

最優秀賞

高 橋 謙 司 78歳 (新潟市)

優秀賞

関矢 直 85歳(柏崎市) 中嶋 保治 86歳(上越市)
坂田 スエ 75歳(新潟市) 浅生田シゲ 86歳(燕市)

優良賞

神田憲四郎 81歳(新発田市) 米田 敏雄 81歳(新潟市)
鈴木 正樹 83歳(新潟市) 西澤 由雄 83歳(新潟市)
宇都宮正明 86歳(十日町市) 佐々木 興 87歳(新発田市)
山口 春治 88歳(新潟市) 桑山 ヨシ 81歳(柏崎市)
渡辺キヨミ 82歳(長岡市) 阿部キヨミ 83歳(新潟市)
早川 キユ 85歳(長岡市) 藤ノ木シゲノ 87歳(津南町)

今年度の応募状況は、「母と子のよい歯のコンクール」では応募数：130組・参加市町村数：17・県審査7組、「いきいき人生よい歯のコンクール」では応募数28名でした。

平成20年9月21日(日)、平成20年度新潟県健康づくり県民大会において表彰式が行われ、最優秀賞の館岡友良さん愛莉ちゃん、高橋謙司さんには賞状と記念品が授与されました。

受賞された皆様、おめでとうございます。



全国初！新潟県歯科保健推進条例制定

「新潟県歯科保健推進条例（新潟県条例第32号）」が、平成20年7月11日に開催された新潟県議会6月定例会最終日において可決され、同22日に公布、施行されました。歯科保健に関する条例制定は全国初となります。

この条例は全11条で構成されています。

〈第1条～第2条〉

新潟県歯科保健推進条例の目的と基本理念について述べられています。

〈第3条～第6条〉

県の責務、市町村の役割、教育関係者及び保健医療福祉関係者等の責務、県民の役割を明らかにしています。

〈第7条〉

財政上の措置について述べられています。

〈第8条～第9条〉

知事が県歯科保健計画を定め、市町村長についても市町村歯科保健計画を定めることができると述べています。

〈第10条〉

知事及び県教育委員会が基本的施策として実施すべき事項を具体的に述べています。

〈第11条〉

県民歯科疾患実態調査と幼児、児童及び生徒のむし歯・歯肉炎等の罹患状況について調査することを定めています。

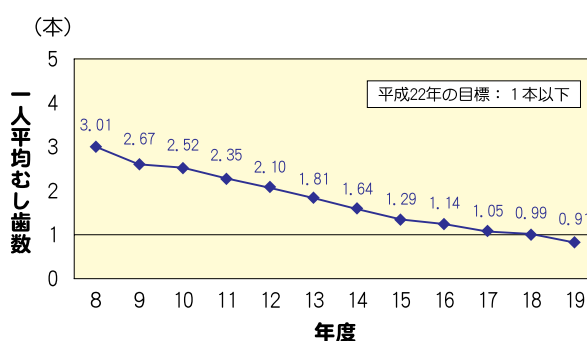
※条例の全文は新潟県ホームページをご覧ください。

平成20年8月8日（金）には新潟県歯科医師会館にて、新潟県歯科保健推進条例制定記念シンポジウムが開催されました。泉田裕彦新潟県知事、大久保満男日本歯科医師会会長を講師としてお招きし、条例制定がもたらすお口の健康の県民活動についてご講演いただきました。



新潟県は歯科保健活動の先進県であり、昭和56年度から「むし歯半減10か年運動」「ヘルシーマイル2000プラン」「ヘルシーマイル21」を展開し、県民一丸となって総合的な歯科保健対策を推進してきました。

その結果、12歳児1人平均むし歯数が平成18年度で0.99本、翌19年度では0.91本と、国が示す「平成22年までに1本以下」という目標を平成18年度の時点で早くも達成しています。さらに、8年連続むし歯数が日本一少ない県となりました。テレビ等でも取り上げられたことがあるので、ご存知の方も多いのではないのでしょうか？



12歳児一人平均むし歯数の年次推移（新潟県）

歯・お口の健康は全身の健康につながりがあることが様々な研究により報告されています。この条例の制定で県民の皆様がより質の高い歯・お口、そして全身の健康を手にとられることを心より願っております。

歯科保健協会一同、皆様の歯・お口からはじまる健康づくりのお手伝いのために、より一層邁進してまいります。

平成20年度健やか歯ぐき指導者研修会 (新潟県からの委託事業)

昨年度に引き続き、児童・生徒の歯肉炎対策を推進するため、学校現場の養護教諭等を対象とした「健やか歯ぐき指導者研修会」が県内5会場(南魚沼、佐渡、上越、新発田、長岡)で実施されました。

講義は、「学校現場における歯周疾患予防の取り組みの重要性」と題し、日本歯科大学新潟生命歯学部衛生学講座 准教授 小松崎明先生、新発田会場については新発田市歯科医師会 理事 木戸寿明先生よりご講演いただきました。

その後、実践発表として下記の先生方に各校の取り組みについて、発表していただきました。

実践発表者 (敬称略)

南魚沼会場

小千谷市立千田小学校 養護教諭 小野塚恵美子

佐渡会場

佐渡市立畑野中学校 養護教諭 清水弥千代

上越会場

上越市立潮陵中学校 養護教諭 藤田 照美

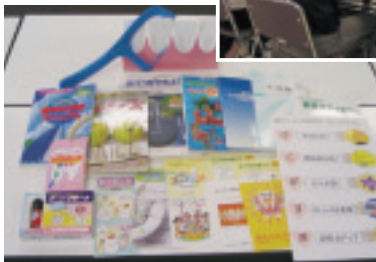
新発田会場

新発田市立菅谷小学校 養護教諭 佐久間厚子

長岡会場

南魚沼市立大巻小学校 養護教諭 大平 愛

昨年度、受講された方の感想から健康教育の実際について知りたいとの希望があり、今年度は歯科保健協会歯科衛生士より、学校現場におけるデンタルフロスの指導例や指導に活用可能な教材及びその作り方等の紹介を行い、受講者へは教材も配布されました。



グループディスカッションでは、学校現場での歯科保健事業の取り組みについて、活発に情報交換が行われました。



休憩時間には、歯科健康教育の媒体や教材の展示などを行い、受講者は熱心に閲覧されていました。

受講者の感想からは、

- ・学校に帰ってすぐ実践できそうな実験や教材の紹介があつてよかった。
- ・他校の実践や教材が見聞できとても参考になった。
- ・プラーク中の細菌が動く画像は、今後の保健指導にぜひ活かしたいと思った。
- ・半日だったが充実した研修会だった。今後も続けてほしい。

などの声がきかれました。

新潟県では8年連続で12歳児一人平均むし歯数が日本一少ない県です。しかし、歯周疾患においては、決して楽観できるものではありません。

歯周疾患の改善・予防のためには、小・中学校からの継続的な対策が必要です。

この「健やか歯ぐき指導者研修会」が、学校現場での歯科保健指導に活かされ、児童・生徒の歯周疾患予防に繋がるものと考えております。

歯科保健協会では、教材等の貸し出し、斡旋販売等もしておりますのでお問い合わせください。



CD-ROM (パワーポイント)
学校現場における歯周疾患予防の取り組みの重要性について

制作 (平成19年9月)

価格1,500円

(税込・送料別)

(社) 新潟県歯科医師会

(財) 新潟県歯科保健協会

編集協力

日本歯科大学新潟生命歯学部

(財) 新潟県歯科保健協会

新潟市中央区堀之内南3-8-13

TEL 025-283-0525 FAX 025-283-4746

e-mail ndhs@plum.ocn.ne.jp

協会事業紹介

健康サポート事業

この事業は中越大震災、中越沖地震による被災者の健康状態悪化の予防と健康不安の解消を図るため、(財)新潟県中越大震災復興基金、(財)新潟県中越沖地震復興基金から助成を受け、実施しています。

中越大震災から4年、中越沖地震から1年の月日が経ちました。2度の災害に見まわれ、被災地域の方々は様々な不安を抱え生活していらっしゃるかと思います。この事業を通じた「健康」への支援が少しでも皆様のお力になればと考えております。

9月末現在の実施状況は下記の通りです。

1. 被災地における口腔ケア指導者研修会

- 6/12 たかはまデイサービスセンター(柏崎市)
- 6/17 JAデイホーム春日・高田(上越市)
- 6/26 特別養護老人ホーム やすらぎの里(出雲崎町)
- 6/27 悠遊健康村病院(長岡市)
- 7/12 知的障害者授産施設 南さくら工房(上越市)
- 8/12 知的障害者更正施設 なかまの家(十日町市)
- 8/28 知的障害者更正施設 まきはたの里(南魚沼市)
- 9/3 知的障害者更正施設 松風の里(柏崎市)
- 9/25 特定非営利法人 大杉の里(上越市)
- 9/25 養護老人ホーム 御山荘(柏崎市)

2. 歯科医師等による口腔ケア指導

- 5/12 小千谷市デイホームらくらく
他 6会場
- 8/18 刈羽村新屋敷ふれあいセンター
〃 上高町集落開発センター
〃 下高町公会堂
〃 正明寺青果物出荷所
- 9/18 刈羽村赤田北方集落開発センター
〃 赤田町方集落開発センター
〃 滝谷集落開発センター
〃 十日市集落開発センター

3. 訪問口腔ケア指導

柏崎市、刈羽村 訪問世帯数 42件

～研修会のお知らせ～

平成20年度介護予防従事者研修会

新潟県からの委託を受け、(社)新潟県栄養士会と合同で実施している研修会です。

今年度は通所介護事業所職員を主な対象とし、介護予防の必要性についての講話と口腔機能のトレーニング・測定方法等の実習を中心とした研修を予定しております。

開催会場、日程等は以下の通りです。

〈日程〉

- 12/9：新潟テクノスクール
- 12/18：長岡新産管理センター
- 12/24：上越市市民プラザ

〈講師〉

新潟大学医歯学総合病院加齢歯科診療室
助教 伊藤 加代子 先生

〈実習内容〉

- ・口腔機能向上のためのトレーニング、レクリエーションゲーム
- ・口腔機能の測定方法
- ・フードモデルカードを活用した栄養指導例
- ・栄養補助食品、食器等の紹介
- ・予防給付における教室例 等

歯科保健協会では、今後も介護予防に関する研修会を実施する予定です。詳しい日程等は決定次第、随時お知らせします。

歯科保健研修会・教室を実施します！

歯科保健協会事業では、地域住民や市町村職員、老人福祉施設職員等を対象とした歯科保健に関する研修会やお口の健康教室を実施しています。

歯科医師、歯科衛生士が伺い、歯科保健講話や口腔ケアの実習等を行います。詳しい内容や日程等は協議の上決定します。

開催のご希望がありましたら歯科保健協会までお問い合わせください。

けんこう オーラルディアドコキネシス・RSST測定器「健口くん」

平成18年4月に改正された、介護保険制度。この改正で「介護予防」が大きうち出されました。

「口腔機能の向上」は介護予防の3本柱の一つとして挙げられており、口腔の機能を維持又は向上させることが要介護状態への移行・介護度の重度化の予防に深い関わりがあると認められました。

口腔機能向上サービスでは利用者の課題を把握するためにアセスメント、モニタリングを行います。このときに得た情報から口腔機能を評価していきます。平成20年8月1日より記録の様式が改訂されました。今回の改訂で「オーラルディアドコキネシス」※1、「RSST（反復唾液嚥下テスト）」※2は必要に応じて実施することとなりましたが、この2つは数値で測定することができ、サービス利用者・提供者の双方にとって、口腔機能向上トレーニングの効果等がわかりやすく、モチベーションのアップにもつながります。

表紙で紹介をしている「健口くん」は、「オーラルディアドコキネシス」「RSST」の測定器で、平成19年度新潟県健康関連ビジネスモデル推進事業に採択され、竹井機器工業株式会社と新潟大学大学院医歯学総合研究科との共同開発により完成しました。

※1 オーラルディアドコキネシス

5秒又は10秒間に「ぱ」「た」「か」それぞれが何回発音できるかを測定します。

発音回数により口唇や舌の動きの巧緻性をみる検査です。



「オーラルディアドコキネシス」では、設定時間における発音回数をマイクで自動的に測定し、1秒間あたりの平均回数を表示します。

〈使い方〉

1. モードをオーラル5秒又は10秒を選択。
2. 被験者に何回か発音してもらい、発音時のマイクの感度を調整する。
3. 開始ボタンで計測する。
4. 設定時間が経過するとブザー音とともに、測定が終わり、累積発音回数と1秒あたりの平均回数が表示される。



※2 RSST（反復唾液嚥下テスト）

30秒間に唾液を3回以上飲み込めるかをテストします。3回未満の場合嚥下機能の低下が疑われます。この検査は特定高齢者のスクリーニングでも実施されます。

■付属品



- マイク
- 外部電源ラップボタン
- ACアダプタ
- 収納ケース



健口くん T.K.K.3350
定価 99,750円（税別 95,000円）

「RSST」では、ストップウォッチ機能により、嚙下回数の積算時間をメモリ表示します。

【使い方】

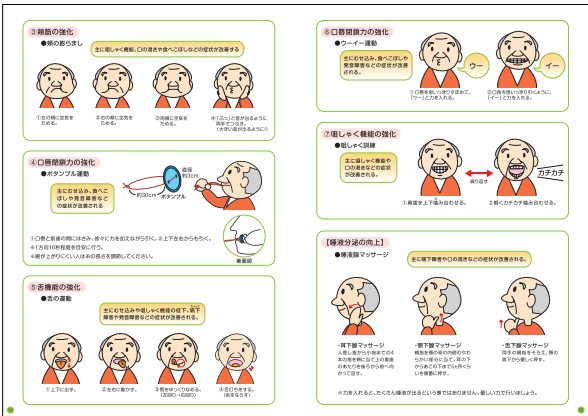
1. モードをRSST30秒又は60秒を選択。
2. 被験者の嚙下を確認。
3. 開始ボタンで計測する。嚙下が確認できたら本体の嚙下ボタン又は付属の嚙下ラップボタンを押す。
4. 3回ボタンを押すか、設定時間が経過するとブザー音とともに測定が終わり、開始から3回目までの嚙下にかかった積算時間が表示される。



実際に使用している動画を歯科保健協会ホームページで紹介していますので、あわせてご覧ください。

※借出等も行っておりますので、詳しくは歯科保健協会までお問い合わせください。

また、介護予防従事者向け実践ヒント集、「口腔機能アップ！ ～元気なお口で寝たきり予防～」を作成しました。口腔機能評価のバリエーションやトレーニング方法、レクリエーションなどをイラストでわかりやすく解説しています。



・「口腔機能アップ！ ～元気なお口で寝たきり予防～ 介護予防従事者向け実践ヒント集」

(A4版オールカラー全28ページ
250円/部 税込・送料別)

※このヒント集に掲載されている記録様式例は改訂前のものです。

— New Goods —



・メタボリックシンドロームと歯や口の健康

(A3変形4つ折版 42円/部
税込・送料別)

嚙むことの効用は、「ひとがすき」(ひ：肥満を防ぐ、と：糖尿病を防ぐ、が：がんを防ぐ、す：ストレス発散、き：記憶力アップ)をキャッチフレーズに特定健診の場で活用いただける内容になっています。



・高性能舌ブラシW-1

(450円/本 税込・送料別)

両面使用舌ブラシです。ブラシ面は柔らかく、舌の形にフィットするので、舌を傷つけにくい設計になっています。

お問い合わせ、購入申込みは、
(財)新潟県歯科保健協会 まで

〒950-0982
新潟市中央区堀之内南3-8-13
新潟県歯科医師会館内

TEL 025-283-0525
FAX 025-283-4746
HP <http://niigata-dhs.com>

(ネットショッピングからも購入できます。)

お尋ねに答えて お口の働きを高めること (口腔機能向上) の意味

(社)新潟県歯科医師会 地域保健部員
 (財)新潟県歯科保健協会 運営委員
野村 隆

Q. よく、「口は健康の入り口」などという言葉聞きます。口の働きを良くすることは、やはり体にとって良いことなのでしょうか？

A. はじめにお口の働きについて考えてみましょう。

お口は食物を取り込み、噛みくだき、飲み込む、つまり消化器の入り口であると同時に、鼻腔とともに気道に通ずる呼吸器の入り口という機能も併せ持っています。また、言葉を発する、おいしく味わう(味覚)、消化酵素や抗菌物質を含みさらに口内の潤滑作用を持つ唾液を分泌する、口元で表情・感情を表現する等、生きていく上で欠かせないものから、「食」を楽しむ、さらに他者とのコミュニケーションをとり楽しく生活するためのものに至るまでおよそ大切な働きばかりです。このことから見ても、お口が健康になればいかに全身の健康や元気につながるか容易に想像できるかと思いますが、近年、多くの研究から実際にその効果が示されるようになりました。実際、香川県で行われた65歳以上の高齢者1万人規模の調査では、歯が多く残っている人や歯周病にかかっていない人はそうでない人に比べて、糖尿病、心疾患、脳疾患などにかかる医療費が年間で31~57%も少ないという結果がでています。

では、どうしたらお口の働きを高めることができるのでしょうか？キーワードは「口腔ケア」。「口腔ケア」には、いわゆる歯みがき、舌のクリーニング、義歯の清掃、といった衛生管理に主眼を置く狭い意味での口腔ケアと、お口の体操、発音、飲み込みなどの機能訓練に重点を置く口腔リハビリテーションが含まれます。要介護者に対する重要なケアとして定着しつつある「口腔ケア」ですが、全ての年代で必要に応じた充分なお口の

セルフケア方法を習得し実践することが大切です。

「口腔ケア」によりお口の働きを高めること(口腔機能の向上)によって、肺炎や窒息の予防、インフルエンザの予防、口臭の改善、味覚の改善、認知症の予防、栄養状態・体力の回復、さらには食べる喜び・楽しいおしゃべり・生きがいにつながる等、良いことがたくさんある事がわかっています(図1)。

他にも、歯周病と糖尿病をはじめとする多くの全身疾患との関係、噛むことの全身への効果(肥満予防など;ひ・と・が・す・き;図1)の話など、口腔と全身についての話題には枚挙にいとまがありません。

80歳で自分の歯を20本残すこと(8020運動)は大切な目標ですが、例えば数本歯を失ったとしても、「口腔ケア」でお口を清潔で健やかに保ち、歯周病やむし歯を治療してしっかり噛めるお口を作り、それを維持し続けることが長寿の秘訣であることに間違いのないのです。

図1. お口の働きを高めると良いことがたくさんあります。

