

6 小学校における歯・口の健康づくり調査研究事業への協力 — 歯科保健教育の内容と学童の咀嚼力 —

小野真奈美, 本間和代, 川崎律子

明倫短期大学 歯科衛生士学科

keywords : 小学校, 歯と口の健康づくり, 歯科保健教育, 咀嚼力

はじめに

新潟市立亀田小学校は、平成21・22年に(社)日本学校歯科医会の指定を受け「生活習慣予防等を目指した歯・口の健康づくり調査研究事業」を展開してきた。学童自らの生活行動を見直し、改善を図ろうとする子供の育成を目指す取り組みの一つとして「イート・ハート歯と口の健康教室」が実施されている。本取り組みに本学歯科衛生士学科が協力し、歯科保健教育を実施した。内容は、各学年別に設定した講話およびブラッシング・フロッシング指導と学童の咀嚼力テストを実施した。今回、その取り組みの内容と咀嚼力測定結果についてまとめたので報告する。

対象および方法

新潟市立亀田小学校全校児童394名を対象に学年別講話とブラッシング指導等を実施し、2・3・4・6年生と特別支援学級10名に対して、咀嚼力判定ガムによるテストを実施した。テストは2分間ガムを噛み、咀嚼後カラーチャートと比較し5段階で判定した。(1:最も弱い~5:最も強いとした)。

結果および考察

1. 歯科保健教育の内容

表1. 学年別歯科保健教育の内容

学年	テーマ (講話内容)
1年	歯はどこが汚れやすい? ~第一大臼歯を守ろう~
2年	よく噛んで食べることの大切さ
3年	CO (シーオー) って何? ~むし歯の進み方~
4年	「歯肉炎」はどんな病気?
5年	デンタルフロスを上手に使おう
6年	歯肉炎が進行すると歯周炎になるよ
特別学級	虫歯予防に歯みがきは大事

2. 咀嚼力判定

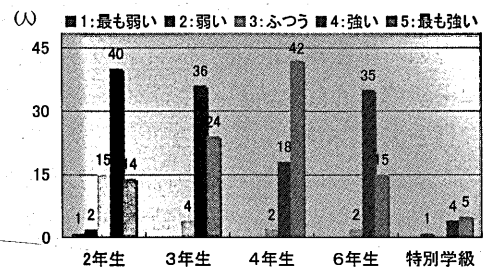


図1. 咀嚼力判定結果 (n=260)

2年生は他の学年に比べ咀嚼力が有意に弱かった。これは、混合歯列期にあることや、顎関節や咀嚼筋未発達のためと思われる。4年生は5の判定が最も多く、側方歯群交換期であるにも関わらず、他の学年に比べ咀嚼力が有意に強く、逆に6年生は永久歯列が完成し、顎関節や咀嚼筋も成長していることから強いと予想したが、5の判定が15名に留まったことは意外であった。また、全児童の男女比を見てみると、咀嚼力に差は見られなかった。これは、食習慣や生活習慣が影響していると考えられる。また、今回の判定は、児童本人が行ったため、カラーチャートとの比較基準が難しかったと思われる。

まとめ

本取り組みは、児童自らが生活習慣を見直し改善するよい機会となり、咀嚼力テストによって、よく噛んで食べることの大切さを実感させることができた。本学学生にとっても、食と歯を関連づけた取り組みについて学ぶことができたことは有効であったと思われる。今後も学校歯科医や栄養士と連携を図り、食育を含めた歯科保健教育を展開し、口腔および全身の健康管理に繋いでいく指導を実施していきたい。