
行歯会だより (第21号) 2007年3月(毎月発行)

(行歯会 = 全国行政歯科技術職連絡会)

弥彦速報

「空気のような歯科保健活動」

市原市保健センター 高澤 みどり

日本公衆衛生協会の事業のひとつとして、先進地視察に行ってきました。行き先は、皆様ご存知、新潟県弥彦村立弥彦小学校で、日本一の大鳥居で有名な弥彦神社に程近い坂の上にあります。3月16日(金)年度末の忙しい時期にもかかわらず北は北海道稚内



市、南は熊本県八代市全国各地から37名の参加があり、職種は歯科医師・歯科

衛生士・保健師・事務職と多岐にわたっていました。受け入れ先の弥彦小学校では、清野校長先生・養護教諭の鈴木先生・学校歯科医である新潟大の佐久間先生の講話があり、保健室・歯科診療室・6年生のフッ化物洗口の実際の見学をさせていただきました。また、村からは五十嵐教育長と吉田保健師の話がありました。



以前、弥彦小のホームページを見たのですが、これほど長期間フッ化物洗口を継続し、成果もあらわれているので、当然トップをかざっているのかと思いきや、なかなかフッ化物洗口に行き当たりません。やっと行き着いた先には、遠慮がちなコメントがあり、決して大々的に取り上げられていませんでした。そのとき「ああ、ここにとってフッ化物洗口は日常茶飯事で、特別なことではないんだ。むし歯予防は簡単にできるので、他の取組みがいろいろできるのだな。フッ化物洗口は弥彦小にとって空気のような存在なのだ。」と思いました。

今回、実際に行ってみてこの「空気のような」がひとつのキーワードでした。講話の中や参加者の中からも何度もこの言葉が飛び交っていました。フッ化物洗口をはじめ、歯科検診・シーラント・口腔衛生指導・歯肉炎予防教室等、弥彦小に来ると、誰でもが空気のように取り組めるのだそうです。

そして、それは小学校にとどまらず、村全



体の歯科保健活動として、確実に成果が現れてきています。弥彦小でフッ化物洗口が開始された1970年の有病率は72.8%だったのが、2006年は7.3%と驚異的な現象です。一人平均むし歯数も2.27本から0.11本に減少し、まだ減少し続けています。村の三歳児健診では、平成元年に70.1%あったむし歯が昨年度は16.9%に、本数も4.21本から0.41本へと減少しています。当時の弥彦小の卒業生が親の世代になってきていて、村全体が空気のようにむし歯予防、口の健康づくりができてい



るのではないのでしょうか。さて、6年2組のフッ化物洗口の実際ですが、馴れた手つきで当番が保健室からボトルに入った洗口液と紙コップと1分計をもってきて配布し、1分間のぶくぶくうがいをします。終わったら紙コップに吐き出し、各自が用意したティッシュペーパーで口を拭き、紙コップに入れて捨てるだけです。子どもたちは、カメラを片手にした大勢のギャラリーに囲まれて、ちょっとはにかみながら日常茶飯事を見せてくれました。

弥彦小の子どもたちはとても素敵な笑顔

で、大きな声で私たちに「こんにちは」と挨拶してくれました。30年以上継続されている空気がこの素敵な笑顔の元なのだと思います。弥彦村は合併の予定がないそうです。山の向こうは日本海、佐渡に程近い弥彦は温泉もあり、4月上旬からは桜の季節を迎えます。染井吉野に始まり八重桜の連休前まで、里桜の品種が豊富な弥彦の桜は見事だそうです。是非みなさまも弥彦に足を運んでみてはいかがでしょうか。

弥彦をあとにした一行は、数名が都合で日帰りされましたが、大半は六日町へと向かいました。やはり視察は行っただけでは感動で終わってしまいますので、その後のディスカッションが大事なわけですし、今回は永瀬先生のはからいで、六日町一の温泉に泊めていただきました。源泉掛け流しのこの温泉はさらりとした本当にいいお湯でした。弥彦は雪が全くありませんでしたが、六日町は雪景色で雪見風呂となりました。

この旅館の方たちも、全国から新潟に何を見に来たのかと驚いていました。新潟は私たち歯科保健に携わるものにとって聖地のようところだ、と説明しました。六日町出身の若女将が、そういえば小学校のころから何だかうがいをしていて、高校生までむし歯が1本もなく表彰された、といただいたように話してくれました。ここにも、空気のようなむし歯予防があった！と、感動しました。

実は今回の参加者のうち、約3割を千葉県勢が占めています。ちょうど18年度から県のモデル事業が始まったところでしたので非常にタイムリーでした。(県内中宣伝しました)千葉県で大きな成果が出るよう努力したいと思います。

この視察にお骨折りをいただきました永瀬先生にこの場をお借りして参加者一同感謝を述べさせていただきます。ありがとうございました。(永瀬先生は元楽天監督の田尾さん似の声で、ダンディで素敵と大人気でした！)



ようこそ!鳥取県へ

鳥取県東部総合事務所福祉保健局
健康支援課(鳥取保健所)

田中 由美

鳥取砂丘 ~風と砂の芸術~



鳥取砂丘でパラグライダー

行歯会の皆様、こんにちは。

鳥取県東部総合事務所福祉保健局(鳥取保健所)の田中です。

いつも行歯会からの情報や質問に対する迅速な回答に感謝しております。

今回、このコーナーの記事原稿について、新潟県の永瀬先生から依頼があった時は大変驚きましたが、永瀬先生のお人柄についついひかれお受けしました。

さて、鳥取県は、東西約120km、南北約20~50kmと、東西にやや細長い形をしています。

気候は、比較的温暖で、春から秋は好天が多く、冬には降雪もあるなど、四季の移り変わりは鮮やかです。

台風などの自然災害が少なく、気候条件に恵まれているので住みやすい所だと思っています。

鳥取県人口は、約61万人です。市町村数は、合併により39 19(4市 14町 1村)になりました。

東京からの交通は、鳥取市へは飛行機で1時間です。意外に近いです。では、順番に観光案内をします。

1. 鳥取砂丘(鳥取市)

長い歳月をかけて生まれた砂丘は鳥取県のシンボルです。

昨年より、砂丘の砂で作られた砂像彫刻「砂の美術館」

(下写真) <http://sakyu.city.tottori.tottori.jp/museum/> でイタリアルネサンス作品が見られます。(開催期間:H19.4.1~6.30)

砂像彫刻の作者は、茶園勝彦さんとレオナルド・ウグリニさんです。



2. 浦富海岸(岩美町)

自然が彫刻した岩と白砂青松の海岸は、文豪の島崎藤村も絶賛した景勝地として知られています。「山陰の松島」と呼ばれる景勝地浦富海岸は「日本の渚百選」「平成につぼん観光地百選」にも選ばれている名所です。

3. 三徳山三佛寺・投入堂(三朝町)

千年前に建てられたと言われる県内唯一の国宝建造物です。

4. 倉吉白壁土蔵群・赤瓦(倉吉市)

今も残る江戸・明治時代の古い土蔵。市内を流れる玉川沿いには、昔ながらの土蔵や商家の町並みが保存され、往時の倉吉の面影を残しています。この白壁土蔵群の一角は、ショップや工房などに改築され、倉吉の新しい観光名所として人気を高めています。

5. 中国庭園・燕趙園(湯梨浜町)

異国情緒あふれるカラフルな建物、東郷湖を望む日本最大級の中国庭園です。

6. 水木しげるロード(境港市)

鳥取県境港市出身の漫画家、水木しげる氏にちなんで名づけられた商店街通り。鬼太郎、ねずみ男、目玉おやじなど、妖怪たちのブロンズ像が120体も配置されています。

7. 国立公園 大山(だいせん)

四季折々に誰もが楽しめる雄大な国立公園。中国地方の最高峰〔1,709m〕を誇る大山。その端正な雄姿から、「伯耆富士」とも呼ばれています。

他にも御紹介したい所がたくさんありますので、詳しい情報は、鳥取県 HP 『とりネット』

3 <http://www.pref.tottori.jp> を御覧ください。

さて、最後に鳥取県の歯科保健事業の紹介です。県内には4つの保健所があり、鳥取県の3圏域ごとに「地域歯科保健推進協議会」を開催しています。

協議会では、ライフステージごとの予防対策(フッ化物洗口、職域歯科保健、介護予防事業口腔機能向上の推進)等について検討しています。また、県教育委員会や県歯科医師会と連携し、スポーツ歯学のマウスガード着用をモデル校(高校バスケットボール部)で実施しています。

平成19年度は、8020推進員養成事業や虐待と歯科との関連調査事業を予定しています。

年々、歯科保健事業の予算が減少する今だからこそマンパワーが重要と考えます。

知恵出せ！汗出せ！こころ出せ！です。

私の最近の出来事を思いつくまに。。。

知恵出せ！

先日私は、鳥取ローカル(日本海テレビ)番組に急遽出演することになり、「なぜ介護予防に口腔機能が大切なのか」を2分で説明しなければならぬという場面に出会いました。

事前にディレクターと打合せをするのですが、その時使った手短に納得してもらえる説明の一例をご紹介します。(右下の吹出し)

汗出せ！

いよいよテレビ収録の時がやって来ました。

その日は管内出張があり、収録前のイメージトレーニングもそこそこでしたが、不思議と始めのセリフは、すんなり出てきました。

次は、簡単にできる口腔筋トレゲームと顔じゃんけんの紹介です。

おじいちゃんに扮したアナウンサーを相手に「紙テープを使った紙相撲」や「顔じゃんけん」を実演しました。これは、勝負を何回も求められ本当に顔から汗が出るほど。。筋トレ効果あります。(この時、アナウンサーってやっぱり顔面筋力強いなぁと思いました)



だ液(1~1.5L)



こころ出せ！

この話が来たとき、テレビ局サイドは、「脱！介護宣言をテーマに運動と栄養改善で番組を予定している」と話されました。

すでに運動の収録は決まっており、栄養改善の映像が欲しいとのことでした。それを聞いて、「ああ～口腔は取り残されてる」と思いつつ、「テレビ出演は、気が重いな～」と話をふられてもいないのに考える私。すかさず上司が、「今回は、栄養よりも口腔機能はいかがですか。担当者が頑張ってるんです。」「きゃ～どうしよう。常々、その上司には口腔の大切さを訴えてきたけど。」「ピンチ！チャンス？」

上司の押しで受けることになりました。決まっからの私は、「みんなに分かるように口腔機能の大切さを伝えたい」と強く思うようになりました。2分で伝わる内容をと、焦りつつ考えている時、ふっと『もちつき』の映像が頭に浮かびました。「これだ！」

ひらめいてからは、がぜんやる気になったのです。周りの人をつかまえ、もちつきと口腔の話をする。「なるほどよく分かった」の反応に安心しました。

ピンチはチャンス。そう思うかどうかは、こころ次第かな。

介護予防に大切な口腔機能の維持について簡単に説明しよう！

食べるときの口の中の動きの様子を餅つきに例えると、硬いうすと杵は歯で、つき手は頬と唇、リズムよくこねる返し手は舌の動きとなります。

頬や唇・舌は筋肉で動いています。年齢と共に、噛みにくいか飲み込みにくくなったという方は、頬や舌の筋力が低下しているからかもしれません。

おいしく食べるためには基本となる歯のお手入れはもちろんですが、顔や舌の筋力トレーニングも大事です。

また、おいしいお餅をこねるには、水も必要です。適度な水分があることによって、うすや杵にくっつくことなくまるいお餅ができあがります。

お口の水分＝唾液は、年齢とともに減少しがち。お口の中が「粘つく、乾きやすい」かどうかチェックすることも大切なことです。

理事の独り言 (その20)

『母はがんばるべさ!』



北海道保健福祉部保健医療局
健康推進課歯科栄養グループ

専門員 木内 真智子

北海道の理事をさせて頂いております木内です。以前、行歯会だよりの「地域の紹介を…」と依頼があったのですが、隣席の秋野先生と分担しようと思っていたのが、秋野先生がたくさん書いてくれたおかげで私の原稿はお蔵入りとって思っていたのですが、今回の理事の独り言で少し活用させていただきます。

北海道は、212市町村から市町村合併があり、現在180市町村（保健所設置市を除くと176市町村）あり、北海道を14圏域に分け、各圏域に北海道庁の支庁があり、支庁に保健福祉事務所として保健所があります。さらに支庁の出先として12保健所と14支所を設置しています（計26保健所、14支所）。

歯科職は、道庁に歯科医師2名（1名高齢者保健福祉課と保健所兼務）歯科衛生士1名と9保健所に歯科医師と歯科衛生士、3保健所に歯科衛生士のみを配置しています。佐々木健先生が厚生労働省に出向しておりますので、保健所の歯科医師が1名減になっています。

180市町村（保健所設置市を除く）のうち、平成16年度までは21市町村に歯科衛生士が配置されていましたが、現在は2市町村の歯科衛生士が職替えすることになり19市町村と減ってしまいました。

歯科技術職員が市町村にほとんどいないこの広い北海道を保健所の歯科医師、歯科衛生士21名で歯科保健対策の中心を担っていて、歯科医師、歯科衛生士が配置されていない保

健所も支援するので片道160km離れた市町村へ障がい者や難病患者の歯科保健対策のため、訪問に行くこともあります。冬場は特に吹雪や道路がアイスバーン（スケートリンクのようになった道）になるために日帰りでできないこともあり、事業を実施するときは、なるべく雪の降る前までに終了するように企画する地域が多いです。これは、地域特性でしょうが、国庫補助事業により実施している事業は、補助金の内示が秋だと企画から実施まで雪が積もり始める12月までに行わなければならないとなってしまいますので、今年度は、各保健所から「いつになったら実施できるの？」との問い合わせが多かったです。

道職員になると転勤がつきものですが、北海道は広いので、「異動=引っ越し」となってしまいます。私も道職員になってから4カ所の地域を転々としましたが、遠い地への異動が多く、異動先の保健所から間取り図のFAXを見ながら家を決めたため、一度転勤先に引っ越ししてから想像していた家と違うことが多く、さらに家を変えたので、10年間で7回引っ越しをしてしまいました。単身の場合、どこにでも行きましようとなりますが、家族がいると家族会議に掛けなくてはならず、子どもが学校に通っていると転校とかも考えなければならなくなるか、単身赴任を覚悟しなければなりません。私もこの10年間で家族ができ、2回目の出産をゴールデンウィーク頃に控えています。今まで、異動の話があればほぼ即答でOKしていました

が、今度、異動の話があったときは、夫のみをおいて転勤とか...等検討しなければならないと思っています。

この行歯会だよりが発行になったときは、既に産休に入っていますが、復帰後、浦島太郎のように時代の流れに乗り遅れないよう、自宅に行歯会メールを送ってもらうことにしました。(山田先生、自宅メールを登録していただきありがとうございます。)休暇中も歯科衛生士会との連絡調整を継続することとなり、行歯会メールの情報を活用させていただこうと思っています。

また、来年度いっぱいお休みをいただくこととしておりますので、理事を札幌市の檜田さんに交代をお願いしました。佐々木先生から理事の依頼をされてからほとんど理事らしい仕事をせずきましたが、今回の「理事の独り言」を最後に交代させていただくことにしました。全然お力になれずすみませんでした m(_ _)m。

平成19年度は、出産育児に専念し、母としての目で歯科保健を考える時間とし、平成20年度から気持ちも新たに復帰したいと思っています。

国立保健医療科学院の研修のお知らせ

1. 衛生主管部管理職(歯科保健担当)コース

概要：歯科保健行政の管理職等を対象とした研修(歯科専門職は除く)

期間：2007.7.19(木)～7.20(金)

定員：20名

詳細：<http://www.niph.go.jp/entrance/h19/320esmdp.html>

2. 臨床研修指導歯科医(保健所)養成コース

概要：行政機関に勤務する歯科医師が、歯科医師臨床研修の指導医歯科医としてのスキルを身につける研修

期間：2007.8.23(木)～8.24(金)

定員：15名

詳細：<http://www.niph.go.jp/entrance/h19/431rkdhk.html>

3. 歯科衛生士研修

概要：行政機関等に勤務する歯科衛生士の資質向上など

期間：2008.1.15(火)～1.25(金)

定員：20名

詳細：<http://www.niph.go.jp/entrance/h19/418sika.html>

第56回日本口腔衛生学会・総会のお知らせ

1. 会期：平成19年10月3日(水)・4日(木)・5日(金)

2. 会場：東京都江戸川区 タワーホール船堀

3. 参加費：8月31日まで 参加費 9,000円 懇親会費 10,000円
9月1日以降 参加費 10,000円 懇親会費 10,000円

4. 詳細：<http://www.kokuhoken.or.jp/jsdh/>

アドバイザーは語る①

東京医科歯科大学歯学部口腔保健学科 吉田 直美

今年、かつての友人から送られてきた年賀状に、行歯会会員ですと書いてありました。時を経て思わぬところで繋がると嬉しいものです。行歯会が新たな出会いだけでなく、かつての出会いも呼び起こしてくれました。その矢先、後輩からこの原稿依頼が来ました。かつて実習生と外来歯科衛生士の関係だったのですが、今は、臨地実習指導者と教員の関係です。彼女からの依頼ならば受けねばと思うのですから、繋がりというものは有難くもあり、大切です。

さて、この依頼には以下の3つのお題をいただきました。

- ・ 歯科衛生士学校の現状
- ・ 今後の歯科衛生士に期待すること
- ・ 課題となること

まずは、歯科衛生士学校の現状ですが、一言でいうと、混沌でしょうか。2010年までに全ての養成機関が3年制になることが決定し、次々と3年制の短大・専門学校への移行、4年制の大学が設立しています。このため、新たなカリキュラム構築、新たなカリキュラムに対応するための研修、教育者の確保、学生募集、学生への対応などさまざまな準備、調整に追われ、どこの教員も、1年中息をつく暇もありません。

2007年4月には、4年制は、東京医科歯科大学、新潟大学、広島大学、埼玉県立大学、徳島大学で、うち2大学は開設から4年目に入り、全学年がそろいます。この5大学は、歯科衛生士のほかに、それぞれ、社会福祉士、養護教諭一種免許、高校教諭

一種免許（保健）のいずれかの資格もとることが可能です。

本大学を例に挙げて、4年制教育の概略を説明します。入学する学生（編入生を除く）は、歯学科と同様、センター試験を経て受験してきており、専門学校時代とは、雰囲気は異なっています。専門学校時代は、高卒者（見込みも含む）を始め、大卒者、社会人経験者とかなりバラエティに富んでおりましたが、大学では、その年齢幅や経験幅はさほどでもありません。2年間では難しかった部活もできるようになり、他学科との交流がしやすくなりました。

本学では、1年目を市川にある教養部で主に過ごします。連携教育として、週に1日のみ基礎科目を御茶ノ水にある歯学部で学びます。2年から専門課程に入り、御茶ノ水キャンパスに通いますが、「歯科予防処置」「診療補助」「歯科保健指導」といった科目名はありません。むろん、いわゆる技術訓練は、従来と重複するものもあります。しかし、How to 重視になりがちだった2年制の専門学校教育とは異なっています。すなわち、より専門職を意識し、豊かな人間性、高い倫理観・専門知識を有した、実務実践の科学的基盤となる理論構築を担える実践者、教育者、研究者の育成を目指しています。これは、福祉的観点を備え、他職種との連携をよりスムーズにできる地域保健で活躍する人材でもあります。

期待と課題は来月にお伝えしようと思います。



本学1期生によるイラスト