

食育担当者に向けた 「食育における歯科口腔保健の推進」 事例集



令和5年度厚生労働科学研究費補助金
(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)
「食育における歯科口腔保健の推進のための研究」班作成

[illegible]

事例一覧

乳幼児

管理栄養士と歯科衛生士がそれぞれの専門性をいかした離乳食教室
後期離乳食講習会 ● 愛知県東海市

5

歯科医師会・衛生士会の参画を加えた親子歯科健診と歯科相談
ももてんひろば（地域ふれあい子育て教室） ● 大阪府大阪市天王寺区

6

他職種連携による妊娠・出産・育児支援事業
プレママクラス ● 千葉県印西市

7

園児等

「食」と「歯」の大切さを親子で学び実践につなげる食育教室
おやこ食育教室 ● 鹿児島県中種子町

8

保育所での食育事業で歯科保健を取り入れた体験型の学び
かみかみクッキングとかみかみロボット人形劇 ● 鳥取県岩美町

9

小学生

歯科衛生士と保健師による放課後児童に向けた健康教室
学童向け健康教室 ● 北海道新ひだか町

10

歯科衛生士と管理栄養士による小学生への食育とお口の健康教室
食育とお口の健康教室 ● 岐阜県土岐市

11

小学生

子ども食堂での歯と口に関するクイズラリーと歯みがき指導
子ども食堂への歯科衛生士派遣 ● 福岡県福岡市

12

未就学児から小学生までの児童とその保護者

食育のイベントによる歯科保健に関わる情報発信
松戸食育まつり ● 千葉県松戸市

13

中学生

管理栄養士と歯科衛生士がそれぞれの専門的知識を融合した講演会
早ね早起き朝ごはん食育講演会（中学校） ● 千葉県鎌ヶ谷市

14

若年層

1 歳児の歯科健診の機会に保護者も併せて健診を行う親子歯科健診
1 歳児親子歯科健診 ● 兵庫県川西市

15

中年層

多職種およびボランティア団体による健康づくり教室
あなたのためのちょいやせ道場 ● 愛知県尾張旭市

16

糖尿病・高血圧重症化予防プログラムに歯科を入れたフォロー教室
糖尿病・高血圧重症化予防フォロー教室 ● 北海道岩見沢市

17

多職種と市民ボランティアで取り組む中小企業の健診会場における生活習慣病予防
働き盛り応援事業（中小企業健康管理支援事業） ● 新潟県胎内市

18

高年層

多職種連携による口腔機能向上と低栄養予防の取り組み

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業 ● 島根県浜田市 19

口腔と栄養を重点にチームアプローチで取組む地域支援事業

自立支援型地域ケア会議 ● 奈良県田原本町 20

歯と食に焦点をあてて管理栄養士と配食業者が連携した高齢者のフレイル対策

地域高齢者健康支援型配食サービス事業 ● 愛知県蒲郡市 21

全ライフステージ

動画による歯科保健に関わる情報発信

モーバとラッシーの歯ッピータイム ● 千葉県茂原市 22

一口メモ・おすすめレシピによる「歯科疾患予防」と「食育」に関する普及啓発

柳井市健康づくり計画「おいしい たのしい 元気やない」 ● 山口県柳井市 23

食育健康に関するイベントに歯科のテーマも入れた取り組み

石巻市民食育健康フェスティバル ● 宮城県石巻市 24

産学官連携による体験型のイベントを通じた食や歯・口の健康づくり

イオン de くら★けん ～ COME 噛む★3ベジ 大測定体験会!～ ● 岡山県倉敷市 25

食育推進の市民ボランティアが主催する親子と高齢者への歯科と栄養の講座

噛むカム幼児教室・噛むカム長寿教室 ● 愛知県大府市 26

事例集のねらい

本事例集では、市区町村の皆様が「食育における「歯科口腔保健との協働」 実践に向けた手引き」を踏まえて行動に移せるように、既存の食育事業に歯科保健の要素が入っている全国の市区町村で実施されている取組事例をライフステージ別に紹介しました。

アピールポイント、概要、実施内容や歯科的要素を加味・導入したきっかけなどを記載しており、様々な職種が連携しながら自然に取り組んでいることがわかると思います。ぜひお役立てください。

後期離乳食講習会 ● 愛知県東海市

概要

10 か月児とその保護者を対象に、離乳食の作り方や食べさせ方などに関する講習会。実際に食べながら、身体と口腔機能の発達と適した食形態を確認し、子どもの育ちの促し方を一緒に学ぶ。管理栄養士・保健師・歯科衛生士がそれぞれの専門性を発揮して子育て支援を進めている。

目 的	離乳期の後期以降は、離乳食完了期に向けて、練習をくり返し行うことが大切な時期であり、しっかり噛んで食べられるようにすることは、栄養摂取だけでなく、口腔機能の発達に影響を与える。さらに、口腔機能の発達や手づかみ食べについて周知を行う最適な時期である。そのため、講習会を開催し、正しい知識の普及啓発を行う。
目 標	親が正しい知識を得て、その時期にあった離乳食を理解し、不安なく育児をすることができる。
対 象	生後 10 か月になる児とその保護者
実施年・時期	2017 年度～ ・毎月 1 回
事業形態	直営
実施内容	・ 後期離乳食以降の進め方 ・ とりわけ離乳食の作り方と試食 ・ 食べさせ方のポイント ・ お口の発達について ・ 食物アレルギーについて
歯科的要素を 加味・導入した きっかけ	2008 年から 2016 年まで：後期離乳食講習会を管理栄養士と保健師で実施。 2016 年頃：管理栄養士が、歯科衛生士から子どもの口腔育成に関する情報提供を受けたり、愛知県内の口腔保健の研修等に参加することで、離乳食期における口腔の発達の重要性を学んだ。 歯科衛生士は予てより 3 歳児のフッ化物塗布時において、咬合時、下顎前歯が見えない等、噛み合わせが深い児が増えていることが気になっており、研修で学ぶうち離乳食完了までの身体発達、離乳食形状等が、顎の生育に重要であることがわかり、管理栄養士から離乳食の作り方等を学んだ。 管理栄養士と歯科衛生士がお互いの専門性の理解を深め、双方で後期離乳食講習会に口腔の発達を取り入れた指導が必要であると感じた。 2017 年から現在：歯科衛生士が、後期離乳食講習会に関わり口腔保健指導を行う
職 種	管理栄養士（常勤 1 人、非常勤 3 人）、歯科衛生士（常勤 1 人）、事務職（非常勤 1 人）
連携団体等	食生活改善推進員
連絡先	東海市健康推進課 ☎ 052-689-1600 ✉ kenkou@city.tokai.lg.jp



乳幼児

歯科医師会・衛生士会の参画を加えた親子歯科健診と歯科相談

ももてんひろば ● 大阪府大阪市天王寺区

(地域ふれあい子育て教室)

概要

乳児子育て中の養育者を対象に、子育て教室の中で親子での歯科健診を実施し、歯の健康の必要性を伝え、関心を持ってもらう。乳幼児期からの虫歯予防の普及啓発を行いたいという歯科医師会からの申し入れがあり、もともと実施していた子育て広場のプログラムに親子での歯科健診、歯科相談を追加した。管理栄養士・保健師・歯科衛生士がそれぞれの専門性を発揮して子育て支援を進めている。

目 的	乳児子育て中の養育者に対し、離乳食や口腔衛生、発達等について子育てに関する正しい知識を提供し、養育者同士の交流をはかることにより、養育者が安心して育児を行うことができる。
目 標	親が乳幼児期からの歯の健康について学び、また歯の健康を通して親自身の健康について後回しにせずに取り組むことができる。
対 象	生後4か月～1歳までの乳児と養育者
実施年・時期	2013年度～ ももてんひろばに「歯科健診・相談」が開始 ・月1回
事業形態	委託（歯科医師会、歯科衛生士会への委託）
実施内容	①手遊び、歌遊び（保健師） ②参加者による自己紹介 ③講義（心理士もしくは栄養士） ④相談事業案内（保育コンシェルジュ） ⑤交流会、個別相談 （保健師・栄養士・心理士・保育コンシェルジュ） ⑥口腔についての講義（歯科衛生士） ⑦健康教育（事故防止、感染症予防等）（保健師） ⑧親子で歯科健診・相談（歯科医師・歯科衛生士）
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	食育において口腔保健を導入したきっかけは、乳幼児期からの虫歯予防の普及啓発を行いたいという歯科医師会からの申し入れがあり、もともと実施していた子育て広場のプログラムに親子での歯科健診、歯科相談を追加したこと。 自分の健康が後回しになりがちな子育て世代に対し、子育て教室の中で親子での歯科健診（右写真）を実施し、歯の健康の必要性を伝え、関心を持ってもらう。
職 種	保健師（常勤1人）、管理栄養士（常勤1人）、心理相談員（非常勤1人）、事務職（常勤1人）、歯科医師（非常勤1人）、歯科衛生士（非常勤1人）
連携団体等	歯科医師会・歯科衛生士会
連絡先	保健福祉課（健康推進担当） ☎ 06-6774-9882 ✉ ti0007@city.osaka.lg.jp



プレママクラス ● 千葉県印西市（健康増進課）

概 要

妊婦とその配偶者（パートナー）を対象に、専門職による講話や実技を交えた講習会。歯科・栄養編、プレ育児編の2回コースで実施し、妊娠中の赤ちゃん和妈妈の歯について歯科衛生士より講話とブラッシングの実習（希望者には歯垢染色）を行う。管理栄養士からは妊娠期に必要な栄養の講話と手軽に必要な栄養が摂れるレシピの紹介を行う。歯と口腔、栄養指導を同時に行うことで健全な母体への包括的な支援につなげる。

目 的	初妊婦とその配偶者（パートナー）に対し、妊娠や出産または育児に関する必要な保健指導を行い、実習等を通じて正確な知識と具体的なイメージを持ち、安心して出産・子育てができるよう支援する。
目 標	妊婦やその配偶者（パートナー）、それを取り巻く家族が正しい知識を得ることで、健全な生育環境を整え、安心して出産・子育てができる。
対 象	初妊婦とその配偶者（パートナー）
実施年・時期	歯科・栄養編 6回／年 プレ育児編 12回／年
事業形態	直営
実施内容	【歯科・栄養編】 歯科衛生士による講話と実習、管理栄養士による講話 【プレ育児編】 助産師による講話（お産の進み方、呼吸法等）、プレ子育て体験（沐浴、育児実習）
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	印西市は人口千人当たり出生率（2021年）が8.3人、年少人口比率（2022年4月1日現在）が16.7%、社会増減率〈2021～2022年度〉は2.15%であることから、母子保健活動に力を入れ、転入された方が孤立しないように努めている。 そのような環境の下で、歯の健康は栄養と密接に関わっていることから、日頃より歯科衛生士と管理栄養士はさまざまな活動で情報共有したり、連携を行っている。プレママクラスでも今まで歯科と栄養は当たり前のよう一緒にやってきた。 初妊婦とその配偶者（パートナー）に歯科と栄養の大切さが伝わるように、「歯科・栄養編」というタイトルを令和3年度から用いた。プレママクラスを受講された方は、自分自身の体の健康を見直し、安心して出産・子育てに向かっている。 なお、令和5年度より印旛郡市歯科医師会に「個別妊婦歯科健康診査」を業務委託し、プレママクラスと連携しながら実施している。
職 種	歯科衛生士（常勤1人、非常勤1人）、管理栄養士（常勤1人）
連携団体等	印旛郡市歯科医師会
連絡先	健康増進課 ☎ 0476-42-5595 ✉ kenkouka@city.inzai.lg.jp



おやこ食育教室 ● 鹿児島県熊毛郡中種子町

概 要

幼児から中学生までの親子を対象に、講話と料理で構成される「食と歯の大切さ」を学ぶ教室。歯科については、講話を通して、ライフステージにあわせてむし歯や歯周病の予防に焦点をあてた内容。管理栄養士が、食生活改善推進員（8020 運動推進員）の協力を得て行う、食と歯の重要性をあわせた食育教室。

目 的	子どもの健やかな成長を促進するため、楽しく仲間や親子で料理に携わることで「食」に関心を持ち、食の伝承として郷土料理を取り入れながら食育を学ぶことができる。また、食育を通して歯の大切さを学ぶ。
目 標	教室を通して「食の大切さ」「歯の大切さ」を親子で身につけ、食事バランスを理解し、むし歯予防を実践し、むし歯有病率を低下することができる。
対 象	町内小学校 7 校、中学校 1 校、幼稚園、保育所の合計 10 箇所
実施年・時期	2008 年度～ ・ 年 10 回
事業形態	直営
実施内容	管理栄養士からの食育の話、献立説明 食生活改善推進員とおやこ料理教室 食生活改善推進員からの歯磨きの大切さを伝える手作り 大型紙芝居（中学生は思春期の歯肉炎の話）、ジュース 等に含まれる砂糖のクイズ、おやつとのえ方、歯ブラシ配布。 教室後のアンケート記入の 3 時間の教室（親子 約 20 人 / 回）
歯科的要素を 加味・導入した きっかけ	2007 年度までの数十年間、夜間に年間 18 箇所の地域を巡回する栄養教室を行っていたが、参加者の確保が困難となり、アンケート結果より、学校単位で行う親子料理教室の希望があった。 学校のアンケートからは朝食内容の悪さや野菜等の不足がみられ、町の乳幼児健診時では子どもの偏食に悩む保護者が多く、町のむし歯有病率が県内上位であることから、食と歯の大切さをあわせた「おやこ食育教室」として実施する必要性を感じた。実施時期は、おやこ食育教室を定着するため、鹿児島県が「かごしま生き生き食の日※」と定めている第 3 土曜日にできるだけ開催日としている。 年度初めには、食生活改善推進員へ料理教室の試作、ライフステージにあわせたむし歯予防や歯周病についての媒体作成に関する研修会を実施。 ※自らの健康や食生活をかえりみ、それぞれの家庭や地域で、本県の農林水産業や食文化を活かした食育・地産地消に取り組む日のこと（鹿児島県ホームページより）
職 種	管理栄養士（常勤 1 人）
連携団体等	食生活改善推進員（8020 運動推進員）
連絡先	町民課健康増進係（保健センター） ☎ 0997-27-1133 ✉ naka-senter@town.nakatane.kagoshima.jp



園児等

保育所での食育事業で歯科保健をとり入れた体験型の学び

かみかみクッキングとかみかみロボット人形劇 ● 鳥取県岩美町

概 要

保育所年中児を対象に、よく噛んで食べることの大切さを学ぶ食育事業。噛み応えのあるおやつを手作りし、「よく噛んで食べることの大切さ」に関する話を聞いた後、試食。こども達には、話だけでなく、実際に食べる体験を加えることで、こどもの時から、よく噛んで食べる習慣づくりの意識啓発を行っている。

目 的	よく噛んで食べることは、口腔機能の発達だけでなく、味覚・排便・発音・ふんばる力・むし歯予防など口腔機能以外の発達にも良い影響を与える。こども達自身が自分で気付きを持ち、より良い生活習慣が習得できていくように、正しい知識の普及啓発を行う。
目 標	こども達自身が、よく噛んで食べることの大切さを理解し、日々の食事で、意識しながら、よく噛んで食べる行動がとれるようになる。
対 象	保育所年中児
実施年・時期	2008 年度～ ・各保育所で年 1 回
事業形態	直営
実施内容	・かみかみクッキング（噛み応えのあるおやつを自分達で作る：写真） ・よく噛んで食べることの大切さの話を聞く（かみかみロボット） ・かみかみおやつの試食（3 時のおやつ時間） ・保育所だよりで保護者に事業内容を情報提供
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	1997 年：町栄養士配置後、様々な研修を通して、こども達に咀嚼力の低下がみられてきており、肥満、顎の発達等の健康課題と繋がっていることを学び、こどもの時からよく噛んで食べる習慣づくりの必要性を感じていた。 2003 年：「地域歯科保健推進事業」のなかで、食生活改善推進員の協力を得て、歯科指導用媒体布絵本シアター「かみかみロボット」を作成。 2004 年から：保育所等でよく噛んで食べることの大切さを普及啓発していった。同時期に、小児生活習慣病予防を目的とした小中学生対象事業、保育所年中・年長児対象の申込制親子クッキングを実施していたが、よい生活習慣づくりは小学校より早い段階がよいのでは、また、申込形式では対象が限定されると考え、町内のすべての保育所での実施を検討（現在は、3 保育所）。 こども達への話だけでなく、クッキングに「よく噛む」テーマを盛り込み、歯科保健と食育が連携した事業がスタートした。保育所の給食担当職員はかみかみおやつのメニュー考案、「かみかみロボット」の実演は管理栄養士と食生活改善推進員で行っている。
職 種	管理栄養士（常勤 1 人）、各保育所の給食担当職員（常勤 1 人）
連携団体等	食生活改善推進員・保育所（クラス担任）
連絡先	岩美町健康福祉課 ☎（0857）73-1322 ✉ kenkouzoushin@iwami.gr.jp



小学生

歯科衛生士と保健師による放課後児童に向けた健康教室

学童向け健康教室 ● 北海道新ひだか町

概 要

下校後の学童保育の場で、歯科保健と生活習慣に対する意識付け・知識普及を行う健康教育。保健分野の担当者間に「食べることを考えた時に口の状態も重要」という共通認識が根底にあり、事業を構築。事業立ち上げ時は、歯科衛生士と管理栄養士が連携し、現在は歯科衛生士と保健師で事業を展開。

目 的	口腔内を観察し、自分の口腔内に何本永久歯が生えているか知る。 混合歯列期の歯みがき方法がわかり、習慣の定着を図る。
目 標	・むし歯菌について理解し歯みがき行動の意欲向上 ・第一大臼歯と永久歯、乳歯がわかり歯ブラシの当て方がわかる
対 象	児童館を利用する小学生（8 児童館）
実施年・時期	2015 年度～ ・各児童館で年 1 回
事業形態	直営
実施内容	講話： 1. 乳歯から永久歯に生え変わっていることを知る 2. 第一大臼歯の場所・特徴を知る 3. むし歯を防ぐみがき方を知る 実習：自分の永久歯と乳歯を知る（口腔内観察・歯ブラシのあて方） 
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	2015 年度、新ひだか町食育推進計画に基づき、管理栄養士（常勤）が中心となって、歯科衛生士（常勤）と連携して立ち上げた。実施時期や内容については、児童館職員と協議した。 保健分野の担当者に「食べることを考えた時に口の状態も重要」という共通認識が根底にあったため、歯科とあわせて取り組むことは自然の流れだった。 事業の推進過程で、学童期における生活習慣の確立や、成人期におけるがんや肥満等の予防の観点から、保健師が途中で加わるようになった。 保健事業の展開のなかで、学童期は学校保健において歯・口の健康づくりなどが行われているが、より児童が自主的に健康づくりに対する意欲・実践力を高めるような機会となればと考えた。 2021 年からは、歯科衛生士と保健師が担当している。双方で、事業の企画、運営、評価を行い、それぞれの領域からの食育を核とした健康教育を実施している。
職 種	歯科衛生士（常勤 1 人）、保健師（常勤 1 人）
連携団体等	保育所、幼稚園、児童館
連絡先	保健福祉部健康推進課 ☎ 0146-42-1287 ✉ hokensidou@town.shinhidaka.lg.jp

小学生

歯科衛生士と管理栄養士による小学生への食育とお口の健康教室

食育とお口の健康教室 ● 岐阜県土岐市

概要

全世代健康寿命延伸事業「ときげんきプロジェクト」の一環として、小学生を対象に食育とお口の健康教室を実施。具体的には、実際にご飯を食べてもらい、よく噛むことで味が変化することや、きゅうりを噛んだ時の音などを体感。管理栄養士と歯科衛生士が、専門性をいかしながら事業の企画、運営、評価をした。

目 的	土岐市が2020年度から取り組んでいる子どもから高齢者まで全ての世代の市民の健康寿命の延伸を目的とした、全世代健康寿命延伸事業「ときげんきプロジェクト」の一環として、小学生を対象に食育とお口の健康教室を実施する。
目 標	小学生が食べることや、歯や口腔に興味をもつ
対 象	市内すべての小学生 8校
実施年・時期	2022年度～ ・年1回
事業形態	直営
実施内容	以下を約1時間半で、学校の夏休み期間に1日、午前と午後の各1回の合計2回行う。 ・食材を五感で体験する (食べ物の観察、焼き加減・色・食器などによる違い、におい・音当てクイズ、さわり心地、かむ回数による味の変化) ・歯や口腔のはたらきを理解する (歯の役割、噛むことの効能、唾液について)
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	土岐市の健康づくり事業を拡充した新しい取り組みである「ときげんきプロジェクト」で推進している5つのテーマのうち、「歯と口腔の健康づくり」は、成人の方を対象とした教室の開催のみであったため、小学生を対象とし、「食生活の改善」とコラボした事業を企画した。 事業の展開で工夫している点は、体験を取り入れていること。「食育」と「口」との関連について、具体的には、実際にご飯を食べてもらい、よく噛むことで味が変化することや、きゅうりを噛んだ時の音などを体感してもらう。 教室は市役所/保健センターで、小学生の全学年(1年生から6年生まで)に対して一斉に行うため、低学年でも理解ができ、かつ高学年でも楽しく学べる内容となるよう心掛けている。 食育とお口の健康をコラボすることで、「よく噛む」がキーワードとなるが、栄養面からだけではなく、歯科と進めることで、どうしてよく噛んで食べないといけないかが、より子どもに伝わりやすいのではと考える。
職 種	管理栄養士(常勤1人)、歯科衛生士(常勤1人)
連携団体等	なし
連絡先	土岐市保健センター ☎(0572)55-2010



小学生

子ども食堂での歯と口に関するクイズラリーと歯みがき指導

子ども食堂への歯科衛生士派遣 ● 福岡県福岡市

概要

子ども食堂を利用する児童を対象に、楽しみながら歯と口に関する知識と正しい歯みがきの方法を学ぶ。子ども食堂の敷地内に歯と口に関するクイズパネルを設置してクイズラリーを実施するとともに、答え合わせの場で歯みがき指導を行う。

目 的	歯と口について知る機会を拡大することで、予防の意識醸成と実践拡大を図る	
対 象	子ども食堂を利用する児童	
実施年・時期	2023 年～ ・ 9 ～ 2 月	
事業形態	直営	
実施内容	・ 歯に関するクイズラリー ・ 歯科衛生士による歯みがき指導	
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	福岡市では、28 本（親知らずを除く）ある永久歯を生涯健康に保ち、健康寿命の延伸と Well-being の向上につなげるため、治療よりも予防に重点をおき、世代ごとの特性に応じた^{にいはち}歯科口腔保健の様々な取組を、オーラルケア 28 プロジェクトとして産学官オール福岡で推進している。 このプロジェクトにおける乳幼児・学齢期の子どもへの取組の方向性として、①家庭だけに依拠せず保育・教育現場等と連携する「パブリックケアの強化」、②塾・スポーツクラブなど家庭・学校以外の子どもの集まる場における「知る機会の拡大」、③オーラルケアに対するネガティブイメージを払拭するための「楽しみながらの習慣化」の 3 点を挙げている。本取組もオーラルケア 28 プロジェクトの一環として実施しており、上記の方針に基づき、子ども食堂の敷地内に歯と口に関するクイズパネルを設置してクイズラリーを実施するとともに、答え合わせの場で歯みがき指導を行うことで、楽しみながら歯と口に関する知識と正しい歯みがきの方法を学ぶ場を設けた。 歯科医院や学校での「歯みがき指導」を除くと、子どもたちが歯科専門職から正しい歯の磨き方を学ぶ機会が少ないなか、子どもが集まる場所で楽しみながらオーラルケアについて学習することは、生活習慣の育成の観点からも有用であると捉えている。	
職 種	事務職（常勤 2 人）、歯科医師（常勤 1 人）、歯科衛生士（非常勤 1 人）	
連携団体等	歯科衛生士会	
連絡先	福岡市保健医療局健康医療部口腔保健支援センター ☎ 092-711-4396 ✉ koku.PHB@city.fukuoka.lg.jp	



※本事業は啓発を主目的としており、短期的な数値目標は設定していない

松戸食育まつり ● 千葉県松戸市

概 要

親子に食の楽しさや大切さを伝え、望ましい食習慣を身に付けてもらうことを目的に、市内在住の未就学児から小学生までの児童とその保護者を対象とした食育体験型イベント「松戸食育まつり」のプログラムの一環として、適切な歯みがきの方法を親子で学んでもらう。

目 的	子どもの基本的な生活習慣と食習慣の形成を推進するため、早寝早起きと朝食の摂取、バランスの取れた食事、適切な歯みがきの習慣などにより、将来の健全な食習慣へと繋げていく。
目 標	大切な歯のために、幼い頃から適切な歯みがきの習慣を身につける。
対 象	市内在住の未就学児から小学生までの児童とその保護者
実施年・時期	2016 年度～ ・年に 1 回（6 月 or 11 月）
事業形態	直営
実施内容	松戸市中央保健福祉センター内で、6 月あるいは 11 月の 1 日の 11 時から 16 時 30 分までの間、 (1)親子サンドイッチ教室 (2)野菜クイズ (3)ドレッシングの塩分測定 (4)食育かるた体験・食育絵本読み聞かせ (5)歯みがき指導 を市内の 4 大学の学生や 2 企業の協力のもとで行っている。すべてのコーナーを体験した対象者には松戸特産「あじさいねぎ」を配っている。歯みがき指導の方法は、日本大学松戸歯学部附属歯科衛生専門学校に協力をいただき、①児童等にイスに座ってもらい、お口の拝見と問診などを行う、②模型で実際に歯みがきをしてもらう、③歯科用媒体や模型を使って、適切な歯みがきの説明や保健指導を行っている。
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	松戸市では、日頃から食育推進会議などで、市内の 4 大学（千葉大学園芸学部、流通経済大学、聖徳大学、日本大学松戸歯学部）と情報共有をしながら、食育推進計画を推進するため「松戸食育まつり」を開催している。歯みがき指導を通して児童等とその保護者は歯の大切さを知り、学生同士が交流することで学生は食育の関心を更に高める機会となる。
職 種	松戸市職員 特定の職種なし（常勤 1 人）、学校関係者 学生 3 人、教職員（常勤 1 人）
連携団体等	日本大学松戸歯学部、日本大学松戸歯学部附属歯科衛生専門学校
連絡先	松戸市健康医療政策課 ☎ 047-704-0055 ✉ mckensei@city.matsudo.chiba.jp



中学生

管理栄養士と歯科衛生士がそれぞれの専門的知識を融合した講演会

早ね早起き朝ごはん食育講演会（中学校）

● 千葉県鎌ケ谷市

概要

子どもの望ましい食習慣の確立や生活リズム向上を目指し、中学１年生を対象に、朝ごはんや、食事バランスの大切さについて講演を実施し、子ども自身が理解を深め、望ましい食習慣を実践できるよう支援する。

目 的	望ましい食習慣の確立と生活リズムの向上
目 標	子どもの望ましい食習慣の確立や生活リズム向上を目指し、朝ごはんや、食事バランスの大切さについて子ども自身が理解を深め、実践できるよう支援する
対 象	市内全中学校１年生（市内５校）
実施年・時期	平成 22 年度～ ・各校 1 回 / 年
事業形態	直営
実施内容	・食に関するアンケート（講演の前後） ・管理栄養士による講話 『早寝・早起き・朝ご飯』 ・歯科衛生士による講話と実技 講話『噛むことの大切さと歯の健康』 実技『奥歯と前歯でそれぞれ噛んだ時の咀嚼筋の働きの違い』 
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	・平成 20 年度から管理栄養士が食育推進事業として実施。 ・平成 22 年度から噛むことの重要性（「カミング 30」「ひみこのはがいて」等）を啓発するために、歯科衛生士も食育講演会に参加。 ・講演後のアンケート調査の結果によると、生徒は食事をバランスよくとるように心がけ実践するようになった、噛むことの大切さを理解したなど、講演会による効果が認められた。 ・管理栄養士と歯科衛生士が連携して講演会を行うことにより、栄養と歯科は密接に関わっていることを効果的に生徒等に伝えることができた。
職 種	管理栄養士（常勤 1 人、非常勤 2 ～ 3 人）、歯科衛生士（常勤 1 人）
連携団体等	学校関係者
連絡先	健康増進課 ☎ 047-445-1394 ✉ bosihoken@city.kamagaya.lg.jp

若年層

Ⅰ 歳児の歯科健診の機会に保護者も併せて健診を行う親子歯科健診

Ⅰ 歳児親子歯科健診 ● 兵庫県川西市

概要

Ⅰ 歳児の保護者が気にする子どもの健康に加え、保護者自身の歯科受診へ導くための歯科健診。子どもの発育やかむ力を育てるために重要な時期に、歯科だけでなく食育面からの教育や支援を導入。川西市歯科医師会と、保健センター管理栄養士との調整を行った。

目 的	歯牙の萌出が増える時期である子どもの口腔育成と心身の健全な発育を支援するとともに、子育てで後回しになりがちな保護者の歯科健診をすることで、自身の口腔衛生管理のきっかけとする。
目 標	・ 離乳食後期～完了期の発育に合わせた食事管理ができる。（食形態、味付け、生活リズム） ・ 生活習慣としての口腔衛生管理ができる。 ・ 保護者も清潔な口腔を保ち、かかりつけ歯科医で定期歯科健診を受ける。
対 象	12 か月児
実施年・時期	2015 年度～ ・ 月 1 回
事業形態	一部委託
実施内容	・ 親子歯科健診 ・ 歯科保健指導（お口の健康とお手入れのお話） ・ 栄養指導（食事の話） ・ 味噌汁試飲（大人と子どもの味くらべ） ・ 育児指導（写真）、読み聞かせ等
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	口腔機能の育成や歯と口の健康のためには、歯科だけでなく食育面からの教育や支援が必要不可欠であると考えたため。特に離乳食後期から完了期に向けてのこの時期は、口腔の発育、食生活習慣において変化が大きく、保護者にとっても興味と共に不安も大きい時期である。 私たちはこの機会を保護者への絶好のアプローチ時期と捉え、子どものことだけでなく、保護者への口腔衛生指導や受診勧奨、お出汁の取り方や味付け指導、また親子のふれあいを促す親子遊び等を取り入れることとした。 事業構築の経過において、食育と歯科口腔保健の連携について工夫した点として、待ち時間を利用した栄養指導、歯科保健指導を行うための内容や情報共有、レイアウトや事業の流れについて思考錯誤した。
職 種	歯科医師（非常勤 1 人）、歯科衛生士（常勤 1 人、非常勤 4 人）、管理栄養士（常勤 1 人）、保健師（常勤 1 人）、保育士（非常勤 1 人）、事務職（非常勤 1 人）
連携団体等	歯科医師会・食生活改善推進員
連絡先	予防歯科センター ☎ 072-759-3171 ✉ kawa0033@city.kawanishi.lg.jp



中年層

多職種およびボランティア団体による健康づくり教室

あなたのためのちょいやせ道場 ● 愛知県尾張旭市

概要

生活習慣の改善や健康増進のため、運動、栄養、歯についての保健指導を行い、一定期間をかけて実技や実習を通して健康づくりについて学ぶ。事業にかかわる専門職が、生活習慣の変容には歯と口の健康も必要であると考え、歯科のプログラムを取り入れた。多職種と、運動および食育のボランティア団体と連携した取り組み。

目 的	市民の生活習慣の改善、健康の保持・増進を図る。
目 標	参加者が保健指導を通して、健康的な生活の重要性について理解を深め、自ら食習慣の見直しや継続的な運動を行うことができる。 特定健康診査を受診し、積極的支援や、生活習慣病になる恐れのある市民への知識の普及と個別の生活習慣改善指導を行い、生活習慣病を予防する行動をとることができる。
対 象	① 市国民健康保険加入の40～64歳で、特定健康診査結果が要指導となったかた ② ①以外で、健診結果（血圧、コレステロール、中性脂肪）が気になるかた ③ BMI 24以上のかた
実施年・時期	2008年度～ ・年1回（全12回、6か月間の教室） ※2018年度から年1回
事業形態	直営
実施内容	・医師、管理栄養士、運動指導員、保健師等による講義と個別相談・目標設定 ・栄養指導、グループワーク、調理実習 ・運動実技（写真） ・歯科講義、歯科健診
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	本事業の前身となる「健康シェイプアップ教室」が2001年度に始まり、名称および実施回数の変更（2017年度までは年2回実施）を経て現在に至る。 生活習慣の変容には、運動と栄養だけでなく、歯と口の健康も重要であると、保健師、管理栄養士、歯科衛生士が考え、2005年度から歯科健康教育を、2008年度から歯科健診を開始した。 健康づくりの教室に歯科を含めることで、例えば、調理実習のなかで「よく噛んで肥満予防」「みんなで楽しく食べる」ことを交える等、栄養と歯科との関連性をもった保健指導につながる。 また、歯科的な要素を導入したことで、担当者が、参加者の口腔内の状態を把握したうえでの行動変容に向けた働きかけになると感じる。
職 種	保健師（常勤3人、非常勤1人）、運動指導士（非常勤1人）、管理栄養士（非常勤1人）、歯科衛生士（常勤1人）
連携団体等	医師会、歯科医師会、ボランティア団体（運動・食育）
連絡先	健康課 ☎ 0561-55-6800 ✉ hoken@city.owariasahi.lg.jp



中年層

糖尿病・高血圧重症化予防プログラムに歯科を入れたフォロー教室

糖尿病・高血圧重症化予防フォロー教室 ● 北海道岩見沢市

概 要

糖尿病・高血圧重症化予防プログラム指導修了者に対し、継続して生活習慣を改善していけるようフォロー教室を開催。歯周病と糖尿病との関係性を踏まえ、事業立ち上げ時から運動、栄養に歯科を加えた。保健師が中心となって教室を企画し、管理栄養士と歯科衛生士で連携をとりながら進めている。

目 的	糖尿病や高血圧の治療に対する正しい知識を身につけ、自分で体調管理をすることで病状の悪化、合併症を予防し人工透析への移行を遅らせ QOL を高める。
目 標	・食事や運動から生活習慣を振り返り、健康的な日常生活を確立する ・重症化予防の重要性を理解し、規則正しい食生活を実践できる ・腎透析に移行しない
対 象	糖尿病・高血圧重症化予防プログラム指導修了者 (国保加入者・生活保護受給者・後期高齢者とその家族)
実施年・時期	2015 年～ ・年 1 回
事業形態	直営
実施内容	・管理栄養士による講話 ・歯科衛生士による講話 ・保健師による運動実践 ※集団指導として上記を行った後に、個別指導をしている
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	2014 年度から、糖尿病・高血圧のハイリスク者を対象に、業者委託による重症化予防プログラム指導が開始された。 重症化予防プログラムの個別指導を受けたあと、対象者が生活改善を継続できるよう、生活習慣の振り返り、見直しを行ってもらうためのフォロー教室として 2015 年度から本事業を実施している。 歯周病と生活習慣病は関連性があるが、重症化予防プログラムに歯科指導が入っていないため、2015 年度の事業立ち上げ時から運動、栄養に歯科も加えている。 対象者は、重症化予防プログラムで、病態に関する知識を学んでいることを踏まえ、本事業では、自身の実生活にどうかしていくかについてフォローしている。 教室は保健師が中心となって企画し、「栄養を取り込むことができる口腔」という観点から、管理栄養士と歯科衛生士で連携をとりながら進めている。
職 種	保健師（常勤 1 人）、管理栄養士（常勤 1 人、非常勤 2 人）、歯科衛生士（非常勤 1 人）
連携団体等	なし
連絡先	健康福祉部健康づくり推進課 ☎ 0126-25-5540 ✉ hoken@city.iwamizawa.lg.jp



中年層

多職種と市民ボランティアで取り組む中小企業の健診会場における生活習慣病予防

働き盛り応援事業 ● 新潟県胎内市 (中小企業健康管理支援事業)

概要

中条町商工会に所属する事業所の職員を対象に、健診会場にて生活習慣病予防に関する普及啓発を行う事業。幅広い年齢層に対して、チェックリストで現在の口腔状態を確認し、個々の悩みに無料で対応した。管理栄養士・保健師・歯科衛生士が専門性を発揮し、さらに市民ボランティアと協働して歯科と生活習慣病の関係を説明した。

目 的	胎内市民は特定健診結果から、糖代謝異常者の割合が高い状況にある。糖尿病などの生活習慣病を予防するためには、若年層から適切な生活習慣を身につけることが必要である。そのため、比較的若い世代と接することができる中小企業の健診会場にて、生活習慣病予防と合わせて口腔衛生の正しい知識の普及啓発を行う。
目 標	中小企業で働く人が生活習慣病予防につながる生活習慣を身につけるきっかけになる。
対 象	中条町商工会に所属する事業所の職員
実施年・時期	2022 年度～ ・年間 3 回
事業形態	直営
実施内容	【2023 年度のもの】 ・管理栄養士によるかみかみバランス食の紹介 ・歯科衛生士によるオーラルフレイルチェック、歯みがき指導、個別相談 ・健康づくりボランティア「元気長生き PR 隊※」による口腔衛生に関するチラシの配布 ※ 2019 年度から、「病気減らし」と「元気増やし」の二軸で活動
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	胎内市では、「胎内市歯科保健計画（けんこう健口たいないワッハッ歯プラン）」を作成し、生涯を通じて市民一人ひとりが歯と口の健康を保ち、おいしく、楽しく食べられることを目指している。 2013 年度から：職域連携として、中小企業の健診会場にて健康ブースを設け、市の保健師、管理栄養士らが生活習慣病予防などを啓発。毎年、糖尿病や慢性腎臓病などテーマを変え、体験をまじえながら適切な食事の説明などに取り組んできた。 2019 年度：市で行ったアンケート結果より、「なんでも噛んで食べることができる」40 歳以上の方の割合は 61.0%（新潟県は 78.3%）と県平均に比べ低い状況にあることが明らかになった。 2022 年度から現在：行政専門職の一方向的な指導ではなく、市民目線で生活習慣病予防の必要性を広めてもらうため、元気長生き PR 隊に協力を依頼した。PR 隊が対象者に説明するチラシの作成にあたり、事前に歯科衛生士から市の健康課題である血糖と口腔の関係等を学んだ。その内容を盛り込んだ口腔衛生に関するチラシを、健診会場にて配布した。
職 種	保健師（常勤 3 人）、管理栄養士（常勤 2 人）、歯科衛生士（非常勤 2 人）
連携団体等	元気長生き PR 隊、中条町商工会、新潟県けんこう財団、新潟県歯科衛生士会下越ブロック胎内班
連絡先	胎内市健康づくり課 ☎ 0254-44-8680 ✉ genki@city.tainai.lg.jp



高年層

多職種連携による口腔機能向上と低栄養予防の取り組み

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業

● 島根県浜田市

概要

島根県後期高齢者医療広域連合の委託を受けて、本事業での保健事業と介護部門・医療機関の一体的実施により、健康寿命の延伸に向けて、フレイルにつながる口腔機能低下や低栄養、生活習慣病の重症化予防等を行うため、医療専門職による健康教育や訪問等による相談・保健指導等を実施する。

目 的	集いの場等での、「栄養」「口腔」「運動」「社会参加」等フレイル予防プログラム（ポピュレーションアプローチ、以下「ポピュレーション」）では、高齢者が健康状態に関心を持ち、フレイル予防の重要性について知識を深め、積極的にフレイル予防に取り組むため、「フレイル予防プログラム」を実施する。個別支援（ハイリスクアプローチ、以下「ハイリスク」）では、フレイルにつながる低栄養の改善を行うことにより、フレイル予防や心身の機能低下予防等を行い、生活機能の維持向上を図る。
目 標	低栄養状態の改善やバランスの取れた食生活を実践することで、フレイル状態や慢性疾患の重症化を予防し、自己実現 QOL の維持・向上を図ることができる。
対 象	ポピュレーション：地域の集いの場への参加者。ハイリスク：①後期高齢者健診受診者の内、BMI18.5 未満かつ 6 か月で 2 ～ 3Kg 体重減少者、②後期高齢者歯科口腔健診受診者の内、BMI18.5 未満かつ 6 か月で 2 ～ 3Kg 体重減少者 ※①、②の内、同意者に個別支援
実施年・時期	2022 年度～ ・ポピュレーションは通年、ハイリスクは約 6 か月間
事業形態	直営
実施内容	「口腔」に関する実施内容 ・オーラルフレイルについての説明 ・唾液腺マッサージ、おでこ体操実施（写真） ・生活における口腔機能の重要性
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	ポピュレーション：口腔機能が低下すると、食欲低下や栄養の偏り、不足など栄養障害に陥りやすくなることから、言語聴覚士や歯科衛生士による、口腔機能の維持や向上に関する健康講座を実施。ハイリスク：上記と同じ理由から、低栄養対象者の内、口腔機能の低下やまたはその恐れのある者に対し、口腔機能の向上を目的に、言語聴覚士や歯科衛生士による、口腔清掃の指導、摂食・嚥下機能に関するアドバイス等を個別に実施。
職 種	ポピュレーション：保健師（常勤 4 人、非常勤 1 人）、看護師（非常勤 2 人）、言語聴覚士（非常勤 1 人）、歯科衛生士（非常勤 4 人）、管理栄養士（常勤 2 人、非常勤 1 人） ハイリスク：管理栄養士（常勤 1 人、非常勤 1 人）、看護師（非常勤 1 人）、言語聴覚士（非常勤 1 人）、歯科衛生士（非常勤 1 人）、栄養士（非常勤 1 人）
連携団体等	ポピュレーション：食生活改善推進協議会（2023 年より） 市が管理栄養士や歯科衛生士等による研修会を実施し、集いの場等で低栄養予防活動に取り組む。 ハイリスク：かかりつけ医、かかりつけ歯科医（助言、情報提供等）
連絡先	浜田市健康医療対策課 ☎ 0855-25-9311



自立支援型地域ケア会議 ● 奈良県田原本町

概要

口腔栄養アセスメントに課題がある者等を対象に、多職種によるアセスメントと本人の望む生活の実現に向けたアプローチの検討。地域支援において口腔と栄養を柱とした取組みのなかで、自立支援型地域ケア会議は多職種による意見交換の機会。地域包括支援センターが、管理栄養士・歯科衛生士・薬剤師・看護師等と連携して、専門職が参画。

目 的	地域包括ケアシステムの構築には、自立支援・重度化予防のための取組みが求められており、介護予防サービス計画書においては利用者に対し「自立支援」を促す為に多職種で様々な視点から検討することが必要とされている。 介護支援専門員だけで利用者の健康や生活課題にアプローチし改善していくには限界があり、本会議を通じて多職種による多角的な視点からのアセスメントと本人の望む生活の実現に向けた、より具体的で効果的なアプローチを検討する。	
目 標	本人の望む生活を実現していくための意見交換 ・本人の望む生活に配慮し、介護予防・重度化予防に向けたアプローチを検討 ・今後のケアプラン立案に意見を反映する	
対 象	①田原本町内在住の要支援認定者、事業対象者で口腔栄養アセスメントに課題がある者 ②要支援認定者で主治医意見書に栄養改善の記載がある者 ③その他	
実施年・時期	2016 年度～ ・2 か月に 1 回を目途	
事業形態	直営	
実施内容	地域包括支援センターが招集した各職能団体からの専門職が、対象者の担当ケアマネジャーが作成したアセスメントシートおよびケアプラン等をもとに、意見交換を行う。	
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	本町では 2021 年度から予防訪問看護・訪問リハビリテーションを利用されている方を対象に、介護保険の認定更新の時期に合わせ自立支援型地域ケア会議にかけて多職種で更新計画書を検討してきたが、口腔・栄養に対する意識が利用者と支援者の双方において低いことが明らかになった。そこで、自立支援型地域ケア会議やケアマネジャー向けの研修等において、口腔と栄養に重点を置いた啓発および周知をすすめてきた。 約 3 年間の口腔と栄養に重点を置いたチームアプローチによって、利用者の生活の改善や支援者が「食べることに問題がある等」の気づきに繋がってきている。また、多機関連携の機会である自立支援型地域ケア会議によって、食べることと栄養を関連づけた視点や口腔機能の重要性（口腔機能が食事のバランスや運動に影響すること）が包括職員も含めた地域を取り巻く関係職種に意識づけられてきていると感じる。	
職 種	保健師（常勤 1 人）、理学療法士（常勤 1 人）、主任ケアマネジャー（常勤 1 人）	
連携団体等	各職能団体（栄養ケア・ステーション・歯科衛生士会等）、介護サービス事業所	
連絡先	田原本町長寿介護課（地域包括支援センター） ☎ 0744-34-2104 ✉ tyouju@town.tawaramoto.nara.jp	

高年層

歯と食に焦点をあてて管理栄養士と配食業者が連携した高齢者のフレイル対策

地域高齢者健康支援型配食サービス事業 ● 愛知県蒲郡市

概要

地域高齢者の通いの場を活用した「健康支援型の配食サービス」を推進し、フレイル予防等の介護予防に資する健康支援。口腔機能に焦点をあてた弁当開発やオーラルフレイルの内容を踏まえた健康講座を実施。管理栄養士が、配食業者、社会福祉協議会、大学・研究機関と連携し、保健師と協働して事業を展開。

目 的	配食業者と連携して適切な栄養管理に基づく健康支援型配食サービスを推進し、地域高齢者の低栄養・フレイル予防を行うことで、高齢者の健康寿命の延伸を目的に実施する。
目 標	①配食事業者と連携し地域高齢者の低栄養・フレイル予防を踏まえたカムカム弁当の開発をする。②専門職と配食事業者が連携し、歯と食の観点から高齢者のフレイル対策に取り組むことができる。③保健事業と介護予防の一体化の実施により低栄養、フレイル予防、生活習慣病の重症化予防につなげ、市民の健康寿命が延伸する。④生活習慣病にかかる医療費や介護保険給付費の抑制に努力する。
対 象	市内通いの場 14か所 20～30人／1か所 ※講座受講者は市内在住高齢者
実施年・時期	2021年度～ ・9～11月（地域高齢者健康講座の開催）
事業形態	一部委託（委託先：名古屋学芸大学健康・栄養研究所）
実施内容	<お口と健康カムカム講座の内容>①身体計測、②管理栄養士による健康教育「フレイル予防について」（講話）、③保健師による体操（実技）、④栄養アセスメント（食品摂取の多様性）、⑤咀嚼チェック（キシリトールチェックガム）、⑥カムカム弁当で会食、⑦アンケート（栄養、食欲、口腔機能、活動量など）、⑧フォロワー者への個別指導 
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	市の現状として、高齢化率が高く、要支援認定割合が高いため、高齢者のフレイル予防に力を入れている。こうしたなか、「2020年蒲郡市高齢者福祉計画策定にかかるアンケート調査」の結果から、口腔ケアや歯科検診を受けている人が少ないことがわかった。地域高齢者の健康維持増進のため、栄養摂取に関する取組の前提として「食べられる口」が重要であることから、歯科受診による歯と口の健康維持への気づきを促すための内容を取り入れた事業を企画運営している。 咀嚼機能が低下した高齢者に向けて健康な食事の普及を図るために、管理栄養士が中心となって、配食業者と連携して食材の噛み応えに注目した「カムカム弁当」を開発し、オーラルフレイルを含めた健康講座を実施している。低栄養やオーラルフレイルに気づくことができるとともに、当日の問診や残食量及びアンケートやから咀嚼力を評価し、問題があった高齢者には支援に繋げている。
職 種	管理栄養士、保健師、看護師（人数は略）
連携団体等	市内配食業者（飲食店を含む）、社会福祉協議会、大学・研究機関
連絡先	健康福祉部健康推進課 ☎ 0533-67-1151 ✉ hoken@city.gamagori.lg.jp

モーバとラッシーの歯ッピータイム

● 千葉県茂原市（健康管理課保健センター）

概要

新型コロナウイルス感染症拡大により歯科衛生士による保育園・幼稚園や小学校・中学校の巡回歯科指導が実施できなかったため、動画による情報発信を企画した。この中で、食に関係するテーマを取り上げた時、よく噛むことの大切さなどに重点を置いたよく噛むメニューや市の特産物長ネギなどを生かしたメニューを紹介した。栄養士や健康生活推進員会（食生活改善推進員）は積極的に連携し、レシピの考案や調理撮影と一緒に取り組んだ。

目 的	身近な SNS を通して歯科疾患予防を中心に食に関わる情報などの知識を習得することで生涯自分の歯で豊かな食生活ができるよう支援する。
目 標	口腔ケアの方法や正しい食生活を身につけることと、かかりつけ歯科医を持ち、定期歯科健診を受け、歯科疾患予防ができる。
対 象	全市民（主に幼児、児童・生徒）
実施年・時期	2020 年度～現在 通年
事業形態	直営
実施内容	手作りのパペットを使用し、子どもたちが飽きないように 1 話 3 分程度の動画を作成した。歯科衛生士が動画撮影および編集をし、YouTube で配信。パペットのネーミングは茂原市から連想した名前 で「モーバとラッシー」とした。歯科疾患予防をメインに歯科や食に関わる情報（メニュー紹介（歯ッピーサンド、モーバとラッシークッキー（苺味と抹茶味のクッキー）、旬野菜のカミカミ肉ロール（長ネギバージョン））や間食についてなど多様な情報を市ウェブページ、Facebook 等で発信している。また、歯科指導など健康教育の場でも上映している。
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	食事と歯は切り離せない関係であり、健康な歯でよく噛むことにより、全身の健康にもつながることから、動画「噛ミング 30」を作成した。更に、「噛ミング 30」を実践できるように、子どもでも美味しく簡単にできるメニューを栄養士と考えたことがきっかけだった。 また、歯ごたえのあるメニューについても栄養士や健康生活推進員会と協働でレシピの考案や調理撮影に取り組み、健康生活推進員会の研修会で動画を上映し、歯科保健の普及に対して理解を深められた。
職 種	歯科衛生士（常勤 2 人）、栄養士（常勤 3 人）、事務職（非常勤 1 人）
連携団体等	健康生活推進員会
連絡先	健康管理課保健センター ☎ 0475-25-1725 ✉ hoken@city.mobara.chiba.jp



柳井市健康づくり計画「おいしい たのしい 元気やない」

● 山口県柳井市

概要

柳井市健康づくり計画（食育推進計画含む）の推進内容のうち、「歯科疾患予防」と「食育」に関する普及啓発。歯科疾患の予防のために必要な、間食の摂り方やよく噛んで食べること等に関する一口メモやおすすめレシピを作成して市民に情報提供する。また、より広く市民に情報が届くよう、関係機関や企業での活用を進めている。

目 的	むし歯・歯周病予防のために必要な保健行動を、継続的に広く情報提供することで、市民の歯科疾患予防に取り組む意識の維持・向上、実践の支援を図る。
目 標	子どもの頃から歯科疾患予防につながる生活習慣を身につけ、生涯自分の口で、食を楽しみ、おいしく食べることで、元気に過ごせるようにする。
対 象	市内在住・在勤
実施年・時期	2012 年～ ・不定期（2 カ月に 1 回程度）
事業形態	直営
実施内容	歯科疾患予防と食生活について「一口メモ・おすすめレシピ」を作成して、配布、設置等により普及啓発（写真：スーパーマーケットの店頭で実施した街頭キャンペーン） ・むし歯・歯周病予防に関すること（定期受診の勧め、ブラッシング等） ・間食の摂り方（甘いものを摂りすぎない、時間を決める、飲み物の摂り方等） ・よく噛んで食べること（噛むことの効果、噛む回数を増やす食べ方、食材、料理の紹介）等
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	本市では、従来から 3 歳児のむし歯の平均本数が県平均と比較して多いという健康課題があり、2001 年から数年間、歯科専門職を交えたプロジェクトチームで歯科保健を推進していた。その後も取組みを継続し、2012 年の健康づくり計画では、高血圧と歯科疾患が健康課題となった。これらは食生活と密接な関係があるため、食育と歯科を合わせた取組みが重要であるとした。 柳井市健康づくり計画では、お口や体の健康づくりのために、よく噛んで食べことを推奨するため、毎月 30 日を「かみんぐ^{さんじゅう}30 デー」とした（2018 年度から）。基本的には不特定多数を対象として、継続的に情報提供を行うことが重要と考え、取組みのひとつとして「一口メモ・おすすめレシピ」を作成し、市民の生活のあらゆる場で情報発信を行うツールとした。 食育と歯科を一緒に行ってきたことで、お互いの領域が推進したい、あるいは推進すべきことに対する想いが重なることを感じている。また、歯科保健を意識した食育の取組みは、健康づくり全体につながる人が多いという点で、幅広く取組みやすいと感じている。
職 種	管理栄養士（常勤 1 人）、保健師（常勤 1 人）
連携団体等	柳井市健康づくり推進協議会に属する関係団体 保育所（園）、幼稚園、小学校、中学校、公民館、民間企業
連絡先	柳井市健康増進課 保健センター ☎ 0820-23-1190 ✉ kenkozoshin@city-yanai.jp



石巻市民食育健康フェスティバル ● 宮城県石巻市

概 要

市民の積極的な食育と健康づくりを広く推進することを目的とし、実行委員会を中心に企画運営を行っているイベント。食育、栄養、体力づくり、心の健康などと併せて、お口の健康についても講話や啓発ブースを設けて活動を行っている。幅広く子どもからお年寄りまで楽しみながら参加できるイベントを目指す。

目的および目標	石巻市食育推進計画の基本理念「石巻のすこやかな体と心を育む豊かな食を未来へつなごう」の実現、及び石巻市健康増進計画の基本理念「一人ひとりの健康づくりをみんなで支えるまちづくり」の実現に向けて、「食育」の推進と「健康増進」の普及を併せ、市民の健康づくりを推進普及する。
対 象	一般市民
実施年・時期	2012 年度～（年 1 回） ※ 2020 年度～ 2021 年度中止
事業形態	石巻市民食育健康フェスティバル実行委員会が主体となり企画運営 石巻市、宮城県（東部保健福祉事務所）後援
実施内容	・食育や健康に関する講演会 「「食べる」を考える」「歯とお口の健康」 ※ 2023 年 「はじめよう健康づくり、生活習慣病予防の常識！」 ※ 2024 年 ・体験コーナー ※ 2024 年 健康測定（Inbody）、血管年齢測定、野菜摂取アップコーナー（ベジメーター、野菜計量） 歯科相談コーナー（口腔内チェック、咀嚼判定ガムを使った噛む力チェック） 嚥下体操の紹介（誤嚥性肺炎予防）、親子体操他 ・展示コーナー ※ 2023 年、2024 年 食育活動、栄養、健康づくり、歯科保健に関する資料等の紹介。 ※今回の事例に関する内容を抜粋して掲載
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	元々、健康増進の普及の一環として歯科衛生士が地元歯科医師会と協力して歯科保健の推進を行っており、また、保健師・栄養士・歯科衛生士が連携して健康づくりを推進していた。 本実行委員会が立ち上がった際にも、健康増進の普及に関係する団体として（一社）石巻歯科医師会が入り、開催当初からお口の健康について講話を行ったり、啓発ブースを設けて活動を行っている。その中で歯科衛生士も一緒に、食育や健康増進に絡めて、「食べること」を維持するために口腔機能が大切であること、健康の入り口である口腔を清潔に保つことの大切さを啓発している。
職 種	保健師、栄養士、歯科衛生士等 若干名 ※常勤 / 非常勤の別は略
連携団体等	石巻市民食育健康フェスティバル実行委員会及び関係団体等 （薬剤師会、歯科医師会、食生活改善推進員会、保健推進員会、JA、スポーツ協会、幼稚園子ども園長会 他食育、健康づくり関係団体）
連絡先	保健福祉部 健康推進課 ☎ 0225-95-1111



イオン de くら★けん ～ COME 噛む★3 ベジ 大測定体験会!～ ● 岡山県倉敷市

概要

「くらしき3ベジプロジェクト」の取組みの一環として、若い世代や健康無関心層へのアプローチを強化した商業地や大学と連携してのイベント。歯科保健の内容は、楽しく気軽にできる測定体験等を通じて「噛むことと全身との健康づくり」について啓発。

目 的	産学官の多職種や大学生が連携することで、それぞれの特色を活かし、商業地を訪れる特に若い世代、健康無関心層への効果的な働きかけを行う。また、大学生の意見を重視し、若い世代に合った情報提供方法で、若い世代から若い世代への波及効果もねらう。
目 標	若い世代や健康無関心層が、自身の歯・口や食に対して関心をもち、自身の健康を振り返ることができる。
対 象	市民
実施年・時期	・2016年度～年2回実施。 ・2023年4月から偶数月の第3土曜日へ拡充し年6回実施 うち6月は、「歯と口の健康週間」「食育月間」にちなみ実施
事業形態	直営
実施内容	<歯と口の健康ブース>咀嚼力判定ガムでチェック（咀嚼力判定）、口臭チェック、歯科相談 <食育月間ブース>ベジチェック（野菜摂取量の測定）、野菜350g測定体験、レシピ紹介等 <運動ブース>体組成測定 <展示>歯と口の健康および野菜摂取に関するポスター展示
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	糖尿病・高血圧症予防に向け開始した「くらしき3ベジプロジェクト」の野菜の3つの食べ方のひとつに「ベジもぐ～よく噛んでゆっくり食べること～」を位置づけ、肥満予防からの糖尿病予防に加え、歯周病の重症化予防、噛むことから口腔機能の発達・維持・向上を効果的に行うこととした。 これらを産学と連携し、若い世代をはじめ幅広い年齢層が集う商業地において、買い物ついでに気軽に参加できる環境を整えることで、健康無関心層へ働きかけやすく、効果的に歯・口の健康づくりを行えると考えた。また、歯科専門職以外の管理栄養士や保健師等に加え大学生など若い世代へ歯・口の健康づくりについての理解者を増やし、啓発の波及効果をねらいたいと考えた。さらに、事業展開においては、PDCAを意識するとともに、楽しくやりがいがある組織育成などを重視して推進している。
職 種	歯科衛生士（常勤1人、非常勤1人）、管理栄養士（常勤2人）、保健師（常勤2人）、看護師（常勤1人）、運動指導士（常勤1人）
連携団体等	企業・大学
連絡先	健康づくり課 食育推進係 ☎ 086-434-9868 ✉ syokuiku@city.kurashiki.okayama.jp



噛むカム幼児教室・噛むカム長寿教室 ● 愛知県大府市

概要

幼児向け（親子）と高齢者向けの、歯科と栄養を融合させた全3回シリーズの講座。住民から寄せられる栄養相談の背景に、口腔機能が関係していると管理栄養士が考えたことから、事業化につながった。講座は、食育推進員による寸劇に加えて、歯科医師・管理栄養士・歯科衛生士が講話や調理等のプログラムで構成される。

目 的	噛むカム幼児：発達に応じた食べる力を養い、食生活を楽しむ。 噛むカム長寿：加齢による口腔機能低下を伴う低栄養を予防・改善する。
目 標	噛むカム幼児：①口腔機能・食べる機能の発達に応じた食事を与えることが大切であることを理解している保護者を増やす。②正しい姿勢で食事をしている児を増やす。 噛むカム長寿：①加齢による口腔機能の低下を予防・改善することが大切であると理解している人を増やす。②10食品群のうち、7食品群以上を摂っている人を増やす。
対 象	噛むカム幼児：2歳前後のお子様とその保護者 噛むカム長寿：65歳以上
実施年・時期	2022年度～ ・幼児、長寿とも3回コース
事業形態	主催：大府市健康づくり食育推進協議会（市民ボランティア） 協議会事務局 大府市健康増進課
実施内容	①歯科医師の講話、②管理栄養士の講話と調理デモンストレーション（試食提供を含む）、③歯科衛生士の講話とワーク、④食育推進員による健康寸劇（専門職の講話に関連した内容：写真） ※主なプログラムは幼児、長寿で同じ。
歯科的要素を加味・導入したきっかけ	日頃から、乳幼児や高齢者の栄養相談（電話や計測、訪問時）で「食べられない」「噛めない、飲みこめない」といった内容が一定数あり、相談の背景には口腔機能が関係していると感じていた。そこで歯科の専門機関との連携を徐々に構築しており、歯科と栄養が連携した新たな事業が必要であると考えた。 コロナにより、健康づくり食育推進協議会のメイン活動であった料理教室ができなくなり、新たな食育活動を模索していたなかで、協議会に事業提案した。 事業の展開においては、歯科と栄養の両専門職が大事にしている方向性を確認し、相互の専門性が融合した一体的な教育を行うことが重要だと考えている。プログラム内容の歯科と栄養の要点がつながるように、お互いの学び合い必要だと思う。
職 種	噛むカム幼児：歯科医師（1人）、管理栄養士（3人）、歯科衛生士（1人）、保育士等託児スタッフ（3人） 噛むカム長寿：歯科医師（1人）、管理栄養士（3人）、歯科衛生士（1人） ※常勤 / 非常勤の別は略
連携団体等	愛知県栄養士会、歯科医療機関
連絡先	大府市健康増進課 ☎ 0562-47-8000 ✉ hkn-c@city.obu.lg.jp

