

# 乳幼児健康診査事業実践ガイドに基づく多職種連携で行う保健指導

## ⑤ 歯科保健指導の実際

---

市原市役所 保健福祉部 保健センター  
高澤 みどり （千葉県歯科衛生士会）



# 医療モデル → 子育て支援



産後うつ

虐待

育児不安

孤立

ワンオペ

歯みがきの仕方  
スキル

コロナ禍

DV

# 乳幼児健診における保健指導実施のプロセスと留意点

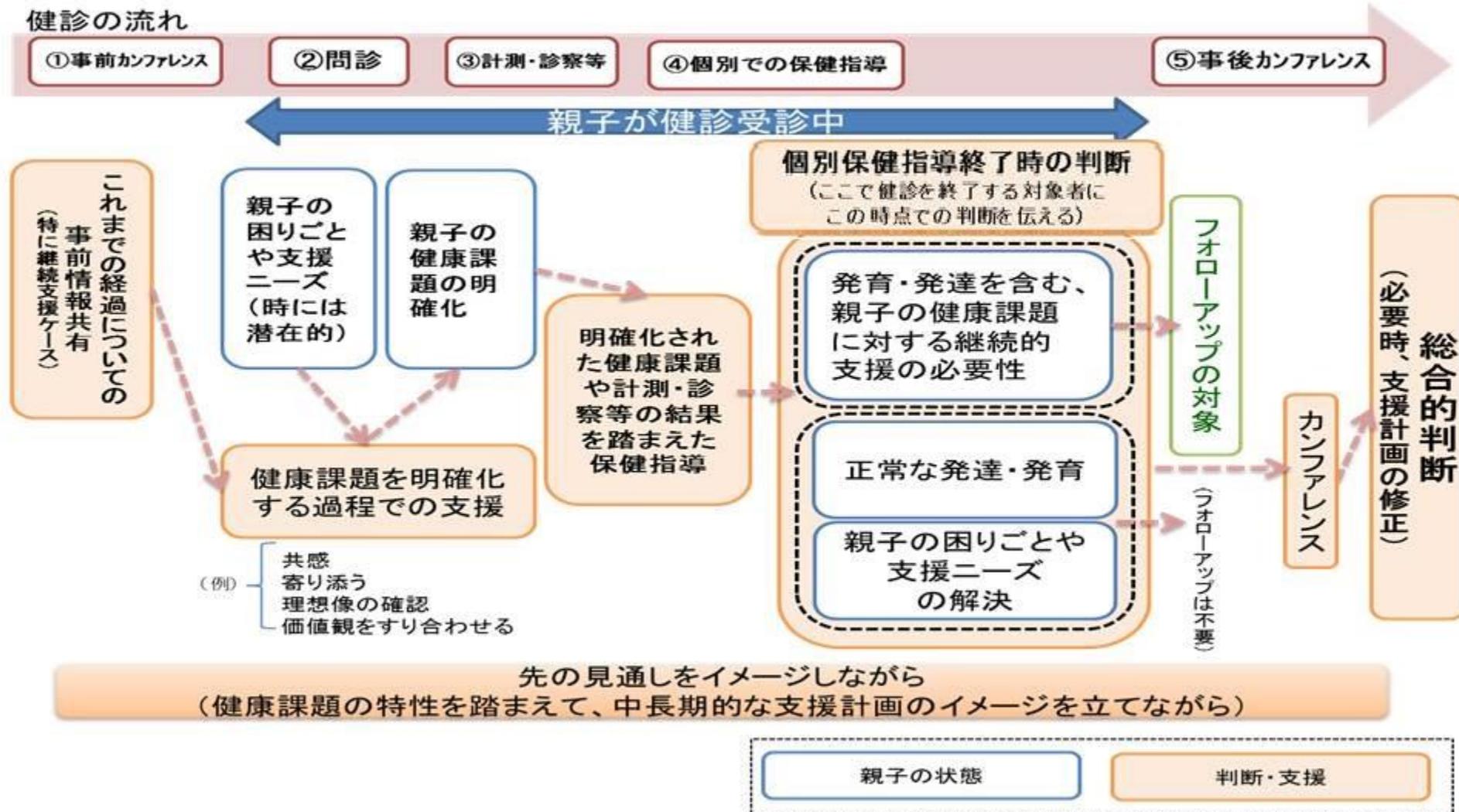


図4.1 乳幼児健診時の保健指導プロセスの一例

# 問診等で状況を把握する指標とその時期

3～4か月児健診

1歳6か月児健診

3歳児健診

(基盤課題A)

妊娠・出産について満足している者の割合(A-3)

妊娠中の妊婦の喫煙率(A-5)

出産後1か月時の母乳育児の割合(A-参7)

妊娠中の妊婦の飲酒率(A-7)

※小児救急電話相談(#8000)を知っている親の割合(A-9)

仕上げ磨きをする親の割合(A-11)

1歳6か月までに四種混合、麻しん・風しんの予防接種を終了している者の割合(A-参10)

育児期間中の両親の喫煙率(A-6)

※子どものかかりつけ医(医師・歯科医師など)を持つ親の割合(A-10)

(基盤課題C)

※妊娠中、仕事を続けることに対して議場から配慮をされたと思う就労妊婦の割合(C-2)

※マタニティマークを妊娠中に使用したことのある母親の割合(C-3)

※各地方自治体で中間・最終評価の各前年度に調査

(重点課題②)

乳幼児揺さぶられ症候群(SBS)を知っている親の割合(②-5)

乳幼児のいる家庭で、風呂場のドアを乳幼児が自分で開けることができないよう工夫した家庭の割合(C-参4)

この地域で子育てをしたいと思う親の割合(C-1)

積極的に育児をしている父親の割合(C-5)

(重点課題①)

ゆったりとした気分で子どもと過ごせる時間がある母親の割合(①-1)

育てにくさを感じたときに対処できる親の割合(①-2)

子どもの社会性の発達過程を知っている親の割合(①-3)

※中間評価前把握項目  
※以外が必須問診項目

子どもを虐待していると思われる親の割合(②-2)

# 乳幼児健診における標準的な保健指導

## 【乳幼児健診における保健指導の目的】

親子の顕在的および潜在的な健康課題を明確化し、その健康課題の解決に向けて親子が**主体的**に取り組むことができるよう支援すること

「全国どこでも、どの健診従事者が実施しても、全ての親子に必要な支援が行き届くような保健指導」



全国どこでも一定水準の乳幼児健診の実現へ

## 必須問診項目⑤

### ⑤ 仕上げ磨きをする親の割合

設問（基盤課題A-11）：1歳6か月	選択肢
保護者が、毎日、仕上げ磨きをしていますか	1. 仕上げ磨きをしている （子どもが磨いた後、保護者が仕上げ磨きをしている） 2. 子どもが自分で磨かずに、保護者だけで磨いている 3. 子どもだけで磨いている 4. 子どもも保護者も磨いていない

「1. 仕上げ磨きをしている」 72.7%

「2. 保護者だけで」 21.4%, 「3. 」 + 「4. 」 5.9%

- ・ 仕上げ磨きの意味の啓発と習慣の確立支援
- ・ きょうだい児の情報と合わせて背景要因を把握
- ・ 多職種カンファレンスで親子への対応、支援を進める

# 年齢と歯の萌出時期に対応した口腔機能発達

5か月頃  
経口摂取  
準備期

十分な母乳  
スプーン飲み  
口唇閉鎖  
哺乳反射  
指しゃぶり  
舌突出  
(舌の前後の  
運動)



6か月頃  
嚥下機能  
獲得期

開口時の舌尖  
固定  
下唇内転  
舌の蠕動運動  
様運動での  
食塊移送

7か月頃  
捕食機能  
獲得期

顎・口唇の随  
意的閉鎖  
上唇での取り  
込み(擦り取  
り)

8か月頃  
押しつぶし  
機能獲得期

舌食べ  
舌の上下運動  
舌尖の口蓋皺癬への  
押しつけ  
口角の水平的動き  
(左右対称)



乳歯の生え始め

9-11か月頃  
すりつぶし  
機能獲得期

歯ぐき食べ  
舌の左右運動  
左右非対称の口角の引き  
頬と口唇との協調運動  
顎の偏位



12-18か月頃  
～自食準備期

歯固め遊び  
手づかみ遊び  
手づかみ食べ  
食器(食具)食べ  
普通食一步手前



～3歳頃  
幼児食完成



乳歯の  
生え揃い

# 健診時の口腔機能発達評価の目安

## 離乳開始期

- 原始反射、とくに舌突出反射（固形物を舌で排除する）が消失する生後5か月頃 離乳開始のサイン

## 2歳頃

- 口唇を閉じて食事（嚥下）できるかどうか

## 3歳頃

- 前歯でかみ切り奥歯ですりつぶすといった咀嚼がうまくできているか
- 道具を使った食べ物の取り込みや、一口量の調節がうまくできているか

## 4歳頃

- ぶくぶくうがいできるかどうか

う蝕は子どもで減っているが、15～24歳のう蝕有病者率は40～80%と多い  
 高齢者では年々増加している

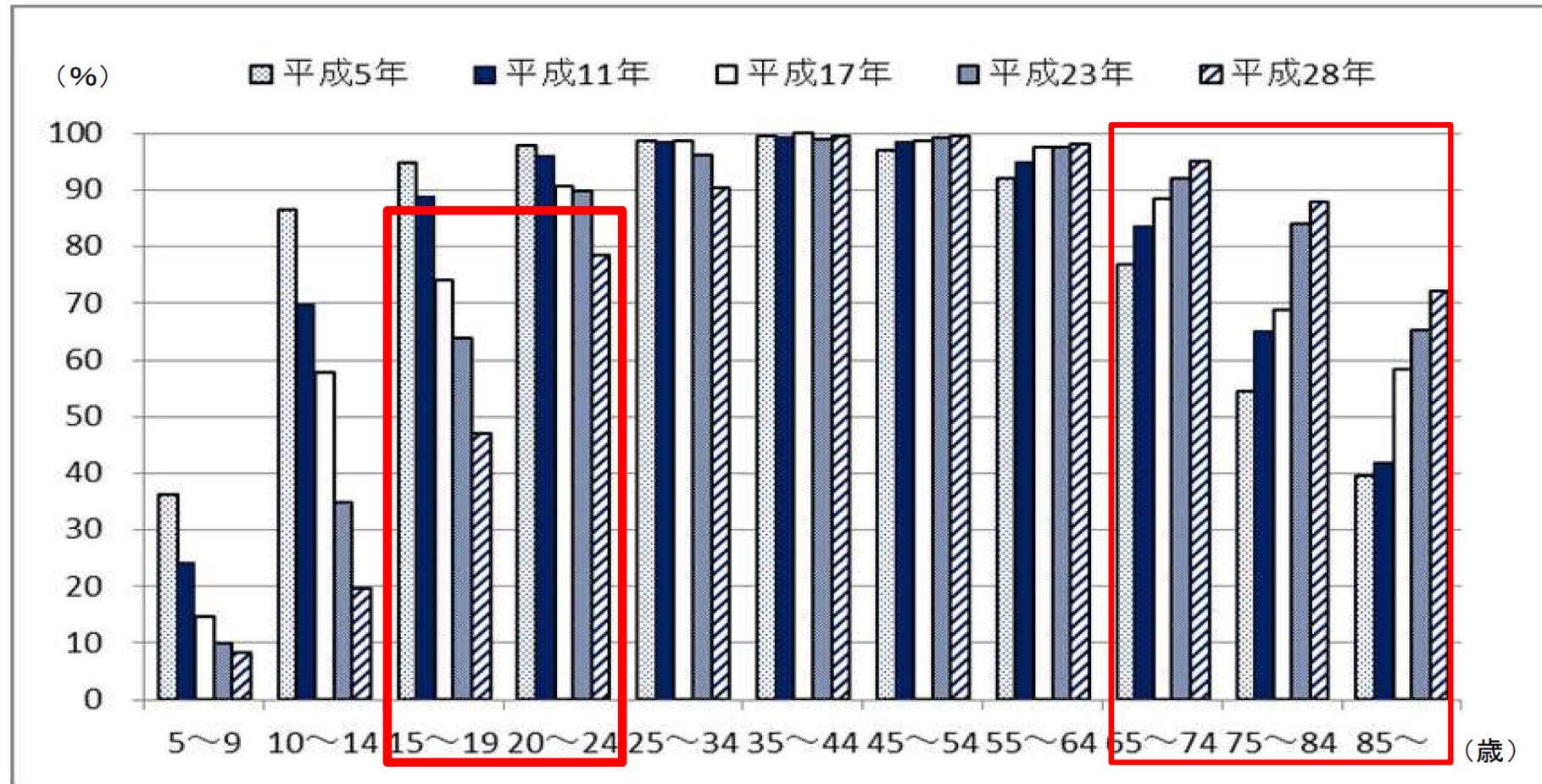
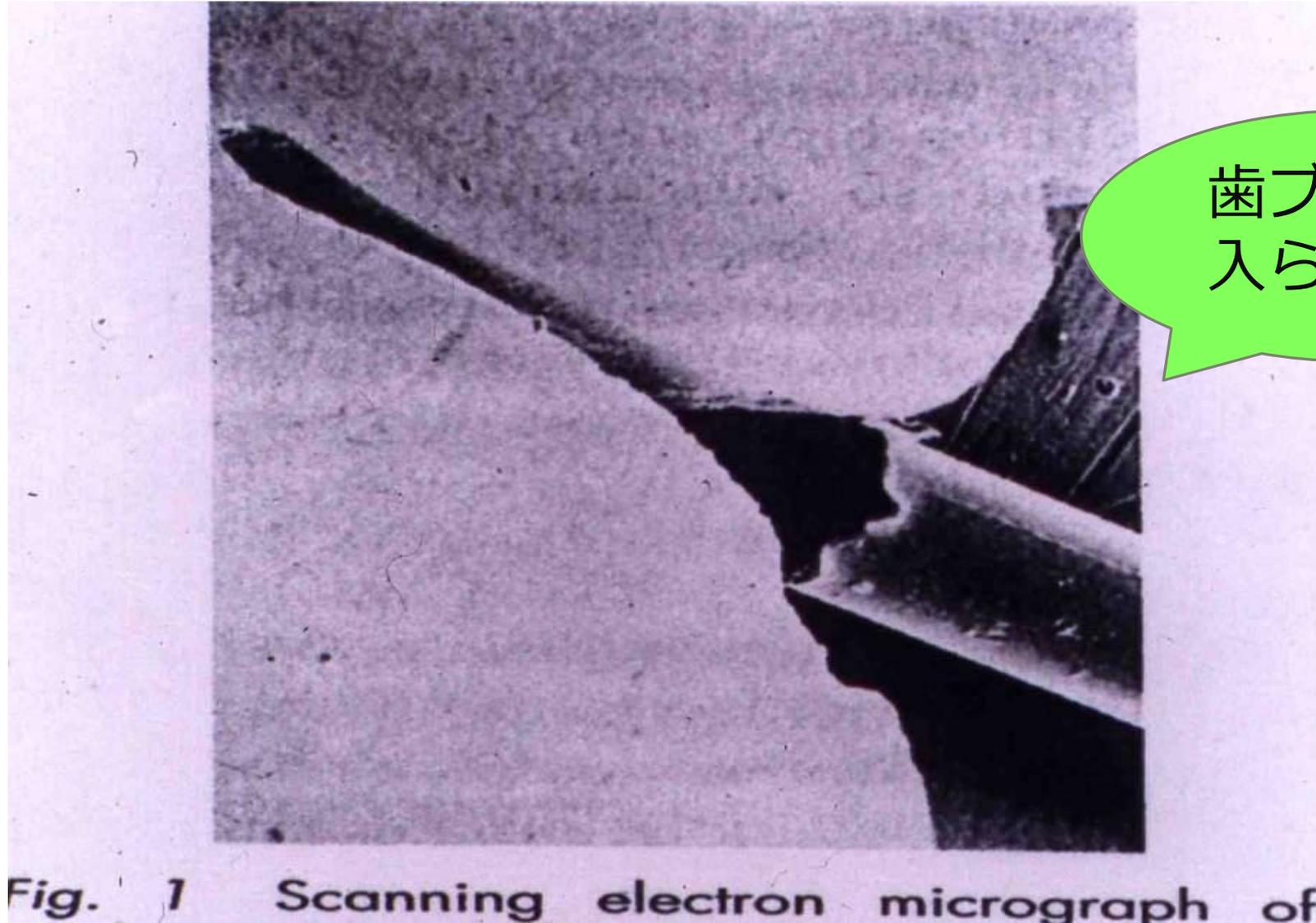


図10. う蝕を持つ者の割合の年次推移 (永久歯：5歳以上)

注) 平成5年 (1993年) 以前、平成11年 (1999年) 以降では、それぞれ未処置歯の診断基準が異なる  
 平成28年歯科疾患実態調査

# 臼歯咬合面と歯ブラシの毛先



# フッ化物のう蝕抑制効果

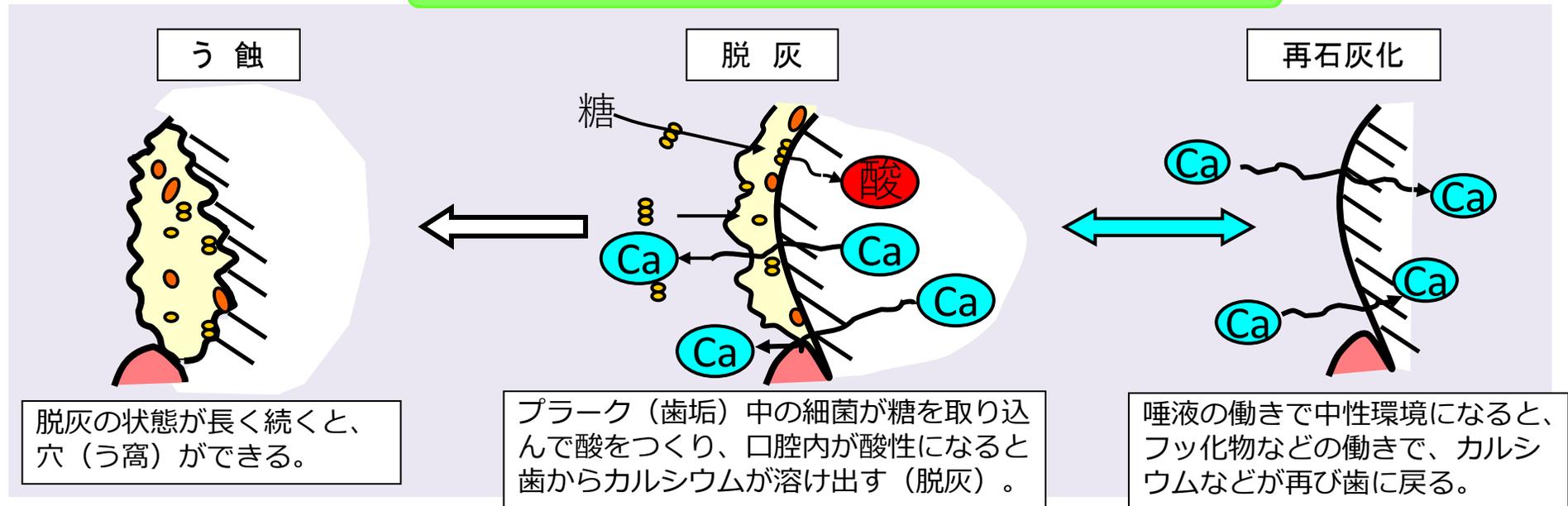
## ◆フッ化物（フッ素）とは

- ・フッ素は、自然界に広く分布している元素で、土の中や海水にも含まれる。
- ・毎日飲む水やほとんどの食品に含まれており、私たちの歯や骨、血液中や軟組織にも存在する。
- ・フッ素元素の陰イオン (F-) の状態にあるものを、フッ化物イオンまたはフッ化物という。

## ◆フッ化物によるう蝕抑制効果

1. 歯の質を強くする  
(エナメル質の耐酸性向上)
2. 再石灰化・結晶性の向上を助ける
3. 口腔細菌の代謝抑制

### 歯の表面でみたう蝕、脱灰、再石灰化の関係



# 年齢別 フッ化物の利用法

	乳歯が生えてきたら (8~9か月頃~)	前歯が生えそろったら (1歳頃~)	乳歯列が完成したら (3歳頃~)	ぶくぶくうがいができるようになったら (4歳頃~)
フッ化物配合 歯磨剤	<ul style="list-style-type: none"> <li>仕上げみがき時の使用について説明</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>仕上げみがき時の使用状況の確認</li> <li>使用する歯磨剤の量は切った爪程度</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>使用する歯磨剤の量は5mm以下</li> <li>うがいは1回程度</li> </ul>	
フッ化物歯面 塗布		<ul style="list-style-type: none"> <li>年に2~3回程度、定期的に塗布を行うよう説明</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>定期的な塗布の実施状況の確認</li> </ul>	
フッ化物洗口			<ul style="list-style-type: none"> <li>ぶくぶくうがいの練習状況の確認</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>フッ化物洗口のう蝕予防効果を説明</li> </ul>

## フッ化物配合歯磨剤の年齢別応用量とフッ化物イオン濃度

年齢	使用量	歯磨剤のF濃度	洗口その他の注意事項
6か月(歯の萌出) ～2歳	切った爪程度 の少量	500ppm (泡状歯磨剤であれば 1,000ppm)	仕上げみがき時に保護 者が行う
3歳～5歳	5mm程度	500ppm (泡状またはMFP歯磨 剤であれば1,000ppm)	就寝前が効果的 歯みがき後5～10mlの水 で1回のみ洗口
6歳～14歳	1cm程度	1,000ppm	就寝前が効果的 歯みがき後10～15mlの 水で1回のみ洗口
15歳以上	2cm程度	1,000～1,500ppm	就寝前が効果的 歯みがき後10～15mlの 水で1回のみ洗口

(出典：口腔衛生学会ホームページ「フッ化物配合歯磨剤に関する日本口腔衛生学会の考え方」)

# 母子健康手帳 活用ガイド

平成 24 年 3 月  
(社)日本歯科医師会

母子健康手帳（1歳6か月の頃・3歳の頃）  
の保護者の記録にもあります。

『歯にフッ化物（フッ素）の塗布やフッ素入  
り歯磨きの使用をしていますか。

………… はい いいえ』



# 歯科健診の機会を利用した保健指導①

生涯にわたって噛むことを主とした食べる機能の基礎構築  
～多方面からの総合的な指導や助言（傾聴・共感）～

## ■ 歯の生える時期

➡ 生後8～9か月頃から生え始め、2歳半～3歳頃には乳歯20本が生えそろうが個人差がある。

## ■ 歯みがきのポイント

➡ 仕上げみがきは保護者の困りごととして多い。  
歯面清掃よりも健康意識・価値観の育成が重要である。  
保護者の不安解消を促す。  
歯ブラシによる事故防止を周知する。

## ■ フッ化物の利用

➡ う蝕予防の効果・使用方法

# 歯科健診の機会を利用した保健指導②

生涯にわたって噛むことを主とした食べる機能の基礎構築  
～多方面からの総合的な指導や助言（傾聴・共感）～

## ■ 食事・食べ方

- ➔ 味覚と食習慣の基礎となる時期である。  
食材本来の味を覚え、3度の食事を基本としておやつが  
影響しないようにする。  
水分補給は甘くない飲み物にする。  
噛まない、丸飲み、いつまでも口に入れている等食べ方  
に不安を持つ保護者も多い。口腔機能の発達や歯の生え  
方を確認し支援していく。  
口唇閉鎖による鼻呼吸の獲得。

## ■ 指しゃぶり

- ➔ 保護者の困りごととして多い。3歳頃までは無理にやめさ  
せるのではなく、声かけや褒めながら様子を見ていく。

# 多数歯う蝕がある子どもと家庭への対応 他職種連携・地域連携

- 乳歯のう蝕は減少傾向にあるが、その要因はフッ化物応用や生活習慣の他、保護者の収入や学歴等による影響も受け、健康格差が存在することが知られている。
- 2歳児歯科健診等、法定以外の歯科健診を利用し、多職種が関与する育児支援や相談の場とすることもできる。
- 歯科健診が、虐待を受けていると疑われる児の発見と支援につながることもある。
- 幼稚園、保育園、認定子ども園等では、歯や口を題材に歯科衛生士や住民ボランティアが巡回教室を実施している自治体も多い。保健部門と地域の橋渡し役となることも期待できる。

# “保健指導のコツ”～熟練保健師インタビューから～（一部改変）

## まずは信頼関係づくり...そのコツ

- 「来てくださって**ありがとう**」の気持ち

健診は評価される場所だと思って来るお母さんもいる

⇒私たち、評価者じゃないよというメッセージ伝える

「ほんとうによくお出でいただいた」

「暑いのに（寒いのに）大変でしたね」

⇒「よくお出でくださいました」という**ウエルカムメッセージ**

**笑顔**

**来てよかったと思える健診**

- 必ず**自己紹介**してから
- 子どもさんを**褒める**

# “保健指導のコツ”～熟練保健師インタビューから～（一部改変）

## まずは信頼関係づくり...そのコツ

- まずは挨拶から

ファーストコンタクト

第一声目のときに、「こんにちは」「お待たせしました」  
子どもの目線に立って挨拶をする

- 基本的なことに気を付ける

名前と性別を間違えない

上から目線にならない

きちんとやわらかい笑顔がつかれる

- 1つでも“お土産”を持って帰ってもらう

- きちんと同意を得る

# “保健指導のコツ”～熟練保健師インタビューから～（一部改変）

## 助言する際のコツ

- **認めて、共感して、できそうなことから**  
できているところを認めて、大変なところに共感しつつ、ここ、もう一踏ん張りみたいなのところは、「じゃ、ここだけやろっか」みたいな感じで伝える
- **他にできそうな方法を一緒に考える**  
大体のお母さんはいけないってこともわかってるから、「じゃ、別の方法、何かある？」みたいな感じで…

## エンパワメントする

- **頑張っていることをみつけて認める、保護者が意図してやっていることを言葉にして伝える**

子供たちを守ろう：あなたの煙を吸わせてはいけない。



**Protect children: don't make  
them breathe your smoke**

英国のたばこパッケージの注意表示(2008.10～)

# 認めて、褒めて、決定するのは保護者 それを支援する多職種の一



がんばって  
るね

大変だよね

すごいよ

どう思う？

かわいいね

ありがとう

何だったら  
できそう？

入口は歯や口の困  
りごと、歯みがき