# おだしか健康レポート

ODASHIKA HEALTH REPORT

— 26 —

毎月１回掲載

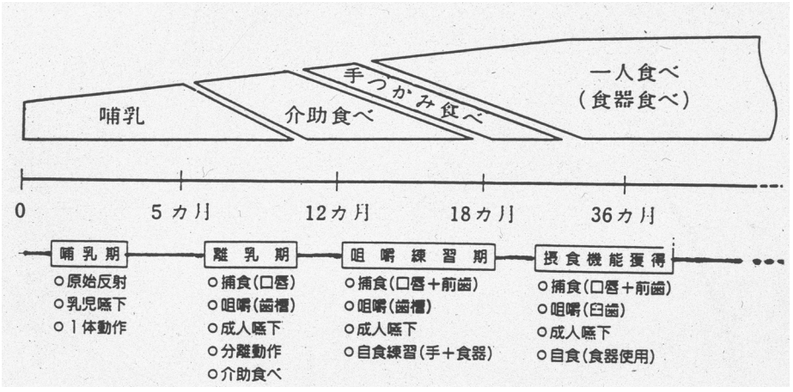
## 子どもの口腔機能の発達不全 Check Point

昭和大学歯学部口腔衛生学講座
教授　弘中 祥司

ひろなか・しょうじ　１９６７年生まれ、山口県出身。北海道大学歯学部出身。昭和大学歯学部口腔衛生学教室教授。

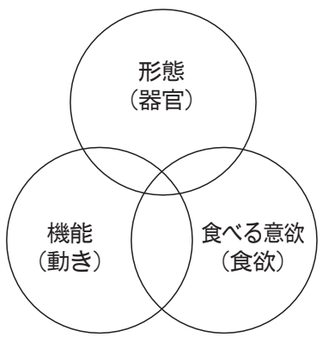
### ① 口腔機能の発達

これまで、『おだしか健康レポート』で、乳幼児における食べる機能の発達は段階を踏んでステップアップする事をお話ししました（図１）。




（図１）摂食機能の生後発達

また、忘れてならないのは、子どもたちが上手に食べる条件は、まず歯や口腔といった「形態」の問題、舌や顎の「機能」の問題、そして子ども本人の食べる「意欲」の問題という、この３つに大きく分類される（図２）ことも理解して頂きました。




（図２）上手に食べる条件

### ② なぜ口腔機能を評価するのか？

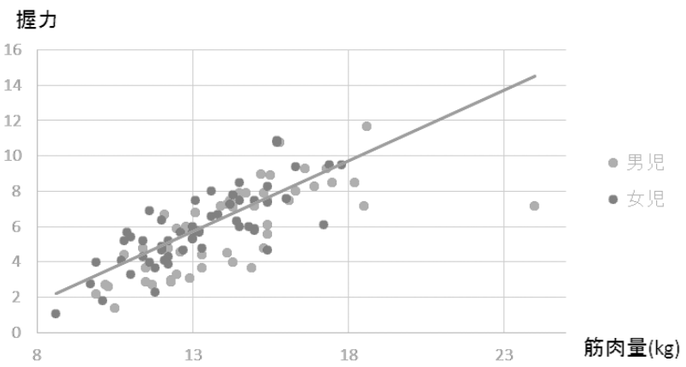
平成27年1月に「子供の食の問題に関する調査」報告書が提示されました。全国から712の歯科医院からの回答があり、その中での「子供の食に関する相談内容」では「よく噛まない」「食べるのに時間がかかる」「偏食する」等の相談が50%を超えていました。

### ③ 口腔機能の発達不全とは？

正常な定型発達児が獲得し得る機能を獲得できていない状態と定義されています。原因については様々な社会的因子（家庭環境や基礎疾患等）が影響し、またわが国の食の多様性（図３）、食へのアクセスの良さも相まって、孤食や偏食等の様々な問題を抱えています。

（図３）食の多様性（通園施設の給食）

### ④ 口腔機能発達不全症を防ぐために



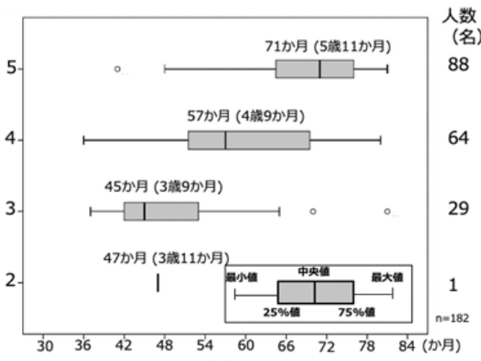

（図４）握力は咬合力（噛む力）と相関する

当講座では、効率よく口腔機能発達不全症を予防するために、様々な観点から、研究を行っています。わが国は、少子高齢社会のため、高齢者研究は世界でも目を見張る内容となっています。その優れた研究から、幼児にも応用可能な項目を選出し、多くの発見をしています。中でも、高齢者と同様、幼児も全身の筋力、中でも握力が噛む力（咬合力）と相関することを見つけました（図４）。

当講座の研究から、硬いものを噛むトレーニングは非効率的であり、むしろ噛む力も骨格筋の筋肉量と相関するため、より運動することが重要なファクターである事が示されました。したがって、食に関して問題を抱えている子どもさんに対しては、体格の評価が効率良く、また身体スキャン等で筋肉量を定期的に測定する必要があると考えられます。一般的には、極端な身長・体重の異常がないかを確認し、必要に応じて、カウプ・ローレル指数による評価（やせ、体重が増えない、肥満）を行うと良いでしょう。

また、口腔機能の方に焦点を当てると、上手に食べるためには、リズミカルに顎（下顎）を動かす必要がある。骨格筋は本来、左右が連続していないため、それぞれ別に筋力を増加する事ができますが、歩く・走るなどの動作の場合は、協調して左右バランスよく動かす事が必要です。一方で、骨格筋と同じ傾向で発達する口の筋肉（咬筋）では、下顎を構成する骨が連続しているため、基本的には、左右咬筋は協調して動かなければなりません。幼児では、その発達指標として、「ぶくぶくうがい」が用いられます（図５）。

左右非対称に水を口腔内で移動させるうがい動作は、練習しないと学習できない動作で、母子健康手帳にも、３歳から「うがいの練習を始めましょう」との記載もあります。地域の保育園で調査した結果、６歳近くまで完成しない事が分かりました（スコア３が口に含んで出す。スコア４は少し左右に動かせる。スコア５が上手に左右非対称に動かせる）。このように、上手に食べる事が出来ない子どもにも理由がある事が科学的に証明されています。小田原歯科医師会の二次診療所では、気になるお子さんを定期的に診察しておりますので、気軽にお声掛けください。




（図５）「ぶくぶくテスト」スコア

---

6月2日開催　皆さま、ぜひお越しください♪

## おくちのけんこうフェスティバル リターンズ

午前10時～午後３時　参加費無料
小田原ダイナシティ ウエスト１階　キャニオン・キャニオンステージ

### 神奈川歯科大学短期大学部

【ブース内容】
歯科衛生士ってどんな仕事？働きやすく安定した職種である歯科衛生士の魅力をお伝えします。歯科衛生士養成学校の１つである、本学神奈川歯科大学短期大学部についてもご案内しますので、きっと歯科衛生士になるまでの道のりもイメージできるはずです。また、ステージでは歯みがきの仕方を実演でご紹介します。本学在学生も参加しますので、是非進路の参考にしてみてくださいね。

【同校の紹介】
海の街・横須賀にある３年制の短期大学部です。６年制の神奈川歯科大学と併設されているため、充実した施設で学ぶことができます。チューター制度で手厚く指導、国家試験も毎年高い合格率を維持しています。看護学科も併設されているため、口腔内だけでなく全身管理を意識した指導を行っています。また、２０２４年１月よりキャンパスセンターを新設。学生の自習スペースは、24時間の利用が可能です。

### 公益社団法人 小田原薬剤師会

【ブース内容】
お薬を飲むのが初めてだったり飲むのが苦手なお子様に、服薬補助ゼリーの試飲会を開催して上手に服用できる方法やコツを紹介します。サンプル配布も行う予定です。また、ブース内でおくすり相談会も開催します。最近、物が飲み込みにくかったり、お口が乾くと感じることはありませんか？お薬の影響で口腔内に影響が出ることもあります。普段からお薬を服用されている方はお薬手帳を持参してぜひ、薬剤師会ブースへお立ち寄りください！

【同会の紹介】
公益社団法人小田原薬剤師会は県西地域２市８町の広域にわたる薬剤師の団体です。地域の皆さまが安心してお過ごし頂けるよう、医薬品を通じた地域医療の発展に努めております。
実は私たち薬剤師は歯科医師の先生方とも連携し、口腔トラブルの予防や服薬のサポートを行っています。
お薬のこと、健康のこと、いつでもお近くのかかりつけ薬剤師へご相談ください。
皆さまの健やかな暮らしをサポートいたします。

### 小田原保健福祉事務所

【ブース内容】
「あれ？なんだか舌が回らないかも…」とご自身で感じたり、ご家族やお友達との会話中に「えっ？今、何て言ったの？」と聞き返されたりすることはありませんか？当所のコーナーでは、皆さんのお口の機能のひとつである「滑舌（舌と唇の動き）」を専用の機器を使って測定し、数値で確認することができます。また、一人ひとりの測定結果を元に、「お口の機能の維持・向上」の方法についてもアドバイスさせていただきます。

【同事務所の紹介】
小田原保健福祉事務所の歯科担当です。私達は、管内地域（小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町）の赤ちゃんから高齢者まで、皆様の生活がより良いものとなるよう、歯科の視点からサポートさせていただいています。近年は、「お口の機能」に着目した普及啓発等に力を入れており、今回のフェスティバルでも「お口の機能」に関係するブースを出展しています！ぜひお立ち寄り下さい。

### 小田原市教育委員会

【ブース内容】
小田原市教育委員会では、毎年、小田原歯科医師会、県西教育事務所、箱根町・湯河原町・真鶴町教育委員会と共同で「小田原・足柄下郡歯の衛生に関する図画・ポスター審査会」を開催しています。令和４・５年度に金賞と審査委員長賞を受賞した作品を、スライドショーでご紹介します。
児童生徒の皆さんの、想像力溢れる力作を、ぜひご覧になってください！

【同課の紹介】
小田原市教育委員会保健給食課は、園児・児童・生徒の健康診断、学校災害・学校給食に関すること、共同調理場の管理運営などを所管しています。

### 小田原市保健給食課

### 小田原ヤクルト販売株式会社

【ブース内容】
ご来場され、イベントに参加された方に１人１本Newヤクルトを無料で差し上げます。ヤクルトの「乳酸菌 シロタ株」は、虫歯の原因菌ではないことを知っていただきたい。
当日は、ステージで「ヤクルトおなか体操」もやります。是非、参加してください。

【同社の紹介】
小田原ヤクルト販売株式会社は、Yakult1000、Y1000、ヤクルト400、ヤクルト400LT、ヤクルト400Wなど乳酸菌シロタ株を多く含む商品を中心に販売しております。
自宅へのお届け、スーパー、駅、病院などへの納品を行い、地域の皆様に健康をお届けしております。
また、大人向けに「健康教室」、幼稚園・保育園・小学校に「出前授業」を実施しております。

### 相田化学工業株式会社

【ブース内容】
アートクレイシルバー（銀粘土）は純銀の微粉末と水とバインダーが混ざりあった粘土状の素材で、焼き上げると純銀に変わります。柔らかい粘土なので自由なカタチに作りやすく、どなたでも手軽に、シルバーアクセサリー作りを楽しめます。この機会にぜひ体験してみてはいかがでしょうか。尚、数に限りがございますので、体験してみたい方はお早めにブース前にお越しください。何卒、宜しくお願い致します。

【同社の紹介】
相田化学工業株式会社は、１９６３年に写真廃液・レントゲンフィルムに含まれる感材銀のリサイクル業からスタートしました。ブランドロゴに用いられるAS（Aida Silver）は、感材銀のリサイクルに由来します。現在では金・銀・プラチナ・パラジウム・ロジウムを中心とする貴金属の回収・精製と産業廃棄物の適正処理を柱に全国に事業展開しております。これらの事業を通じて、当社は社会に寄与してまいります。

### 小田原市高齢介護課

【ブース内容】
市では、小田原歯科医師会の皆様にもご協力いただき、３カ月の短期間で介護予防に向けた運動・口腔・栄養・認知症予防のプログラムを実践し、「自分でできることを増やす」ための「健康ワンアップ教室」（短期集中通所型サービス事業）を開催しています。当日は、この教室の様子についてご紹介します。
また、市内12か所に設置されている地域包括支援センターについて、その役割や業務内容、地域での活動の様子をご紹介します。

【同課の紹介】
小田原市高齢介護課では、介護が必要となっても可能な限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、地域の中で住まい・医療・介護・介護予防・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」を推進しています。小田原歯科医師会はもとより、医療・介護・福祉等の様々な専門職種と連携しながら、地域の相談支援拠点である地域包括支援センターと共に、高齢者やそのご家族等を支えるための取組を行っています。

### 小田原市子ども若者支援課　合同　神奈川県栄養士会

【合同ブース内容】
皆さんはおやつに含まれる砂糖の量について考えたことがありますか？
イベントでは、お菓子やジュースに含まれる砂糖の量を皆さんに楽しく知って頂けるようクイズや展示を行います。おやつの時間は楽しみの時間です。砂糖の量を知って上手にお菓子を食べましょう。

【小田原市子ども若者支援課の紹介】
子ども若者支援課は「おだわら子ども若者教育支援センターはーもにぃ」内にあり、妊娠から若者まで切れ目ない支援を行なっています。妊娠中に行うママパパ学級や出産後の乳幼児健康診査等の事業を実施するほか、妊娠や育児、子どもに関するあらゆる相談をはじめ、ひきこもりなど若者に関する相談など、妊娠期から青壮年期までの相談対応を行っています。

【神奈川県栄養士会の紹介】
公益社団法人神奈川県栄養士会は県内を６つのエリアに分け、県民のための健康維持増進及び介護予防事業を行っております。また昨今の多発する災害対応として災害派遣チームJDA-DATを組織し県民の安心安全を目的として日々努力しています。目的達成のために、栄養士が活躍している様々な職域ごとに会員向けの研修会やセミナーを開催し、最新の知見やEBM（科学的根拠に基づいたエビデンス）を学び、知りえた知識をもとに県民への栄養食事指導等に生かしております。

---

## 小田原歯科医師会事務局

一般社団法人小田原歯科医師会は、小田原市、箱根町、真鶴町、湯河原町の歯科医師会会員で構成されています。 このホームページでは、一般社団法人小田原歯科医師会が主催、後援または協力している事業とそれに関する情報やお知らせを紹介しています。

TEL. 0465(49)1311
FAX. 0465(49)1551
〒250-0875　小田原市南鴨宮2-27-19
https://odawara-dent.or.jp/
小田原歯科医師会　検索

歯と口腔に関わるご相談、往診・歯科訪問診療のご相談は
一般社団法人小田原歯科医師会
**地域支援歯科連携室** まで
TEL/FAX 0465(49)1319
月～金
午前９時～正午　午後１時～午後５時

## 小田原市休日急患歯科診療所

TEL. 0465(47)0825

小田原市酒匂２－３２－１６
小田原市保健センター１F

【診療日】日曜日、祝日、旧盆(8月14日、15日、16日)、年末年始12月29日～1月3日
【受付時間】午前9時から11時半、午後1時から３時半