

学校保健委員会だより

発行：南会津高校保健委員会
発行日：令和4年7月15日（金）



第1回 学校保健委員会開催

～テーマ 南会津高校生の口の健康と食習慣について考えよう～

今月6日に、第1回学校保健委員会が行われました。例年なかなか上がらない受診率について、歯科検診実施結果をもとに、只見町国民健康保険 朝日診療所 歯科医師 齋藤さゆり先生をお招きしてご講話いただきました。



口の中、大丈夫？ ～歯科検診結果から～

歯科検診の結果、何らかの症状がある人は、なんと全体の約48%でした。詳しく見ていきましょう。

症状別人数（のべ）	合計	%
むし歯保有者	3	3.7
要観察歯保有者	24	29.6
歯肉が腫れている者（要観察）	25	30.9
歯垢が付着している者（要観察）	27	33.3
歯石が付着している者（要観察）	4	4.9



歯垢が付着している人、歯肉が腫れている人、要観察歯を保有している人が特に多く見られました。

※要観察歯：むし歯になりかけている歯 ※歯石：歯垢が石灰化して硬くなったもの

歯肉の腫れ、歯垢付着がある者のうち、むし歯・要観察歯・歯石の保有者	合計	%
①歯肉の腫れ、歯垢付着がみられる者	24	29.6
①のうちむし歯・要観察歯・歯石も保有している者	19	23.5
割合（%）		79.2



歯肉の腫れ、歯垢の付着がある人の約8割が、要観察歯、むし歯、歯石の付着が見られました。

今年度の受診率も見てみましょう。

7月6日現在

受診率 令和4年度 現在	合計	%
要受診者	28	34.6
受診・処置完了者	3	10.7



今年度の要受診者は昨年度よりは少ない状況でした。受診率については現時点で昨年度を上回ってはいますが、治療を済ませた生徒はいまだ約1割にとどまっている状態です。

〇課題

課題としては、要観察歯保有者が多いこと、歯に何らかの問題がある人の歯科受診率が低いことが挙げられます。原因としては歯の健康に関心がないということが考えられますが皆さんはどうでしょうか。

〇講話から

1. 歯の役割

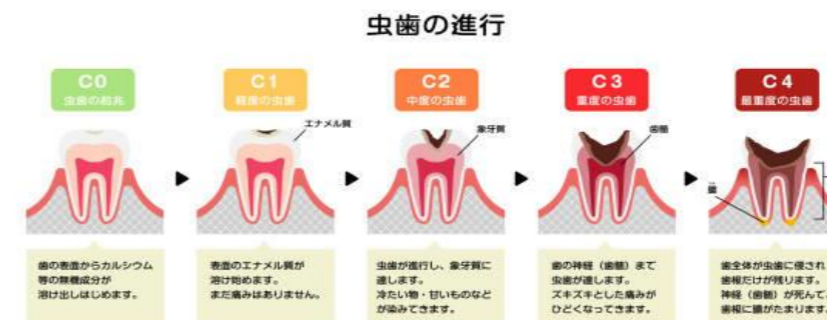
体の姿勢やバランスを保つ、表情をつくる、発音を助ける、ものを噛むことで脳に刺激を与える。



2. 口腔領域の二大疾患

口腔領域の二大疾患は『むし歯』、『歯周病』です。

むし歯 C0（初期のむし歯）、C1（歯の表面のむし歯）、C2（象牙質のむし歯）、C3（神経まで進行したむし歯）、C4（歯根に達したむし歯）という5段階に分かれていて進行が進むと、神経を抜かなくてはいけなくなります。



歯周病 歯周ポケットから侵入した細菌が歯の周りの組織を破壊します。末期にならないと痛みや症状が出ません。結果、歯をグラグラにしてしまう病気。歯周炎、歯周病(軽度・中度・重度)の4段階です。



3. 口腔ケアや口腔状態に対する関心度

- ・福島県のむし歯保有率は全国ワースト4位(H28)
- ・シニア世代50~70代の健康の後悔トップ20というものがあり、「歯の定期健診を受ければよかった」というのが1位でした。

○解決策

- 解決策として、
- ・ **予防歯科を心掛ける**
 - ・ **歯科検診の結果が出たらすぐに歯科医院を受診する**
 - ・ **歯の健康に関心を持つ**



が挙げられます。

予防歯科って？

予防歯科とは歯の健康状態が悪くなってからの治療ではなく、なにも症状のない時からの予防を大切にすることです。歯科医院などに定期的に通う**プロケア**、専門家の指導を受け自分自身で歯の手入れを行う**セルフケア**があります。

○まとめ

～参加した先生方や生徒の皆さんから感想をいただきました～

- ・ 歯の役割について再確認することができた。虫歯の治療だけではなく予防での受診においても考えたいと思います。
- ・ 歯科検診に行くというのは学校や仕事を休むことになってしまうので、歯科医院の営業時間を休日か夜間にしたらいいと思いました。
- ・ 健康な歯でも、定期的に歯医者に行って悪いところがないか見てもらうのが大事なんだと思った。高齢になっても健康な歯を保てるようにしたいと思った。
- ・ むし歯や歯周病について知れた。
- ・ 今後しっかり予防したいと思いました。
- ・ 自分自身も予防歯科の概念がなかったので後悔しています。

このような感想が出たので、生徒の皆さんも先生方も治療や予防に取り組み、80歳まで20本以上の歯を保てるよう努力しましょう！



明日から夏休みです。受診が必要な人は、ぜひ、休み中に受診を済ませましょう。また受診が必要でない人も、ぜひ予防歯科について考えてみてください。今、これから始める予防歯科は、50、60、70年後の自分への贈り物です。

