

令和7年度 高知市口腔保健検討会議事録

高知市保健所 2階大会議室

R 8. 2. 2 18:30~20:30

1 開会

司会：健康増進課課長補佐

2 議事

第三期高知市健康づくり計画における歯科口腔保健の取組 ①令和7年度の取組

事務局より説明

医歯薬連携推進事業について

沼田委員より説明

- ・昨年度は誤嚥性肺炎のリーフレットを作成
- ・今年度のテーマは「災害時の口腔ケア」

能登半島地震で支援経験のある先生を招き講演会を3/6に開催予定

質問はなし

第三期高知市健康づくり計画における歯科口腔保健の取組：②今後の方向性について

事務局より説明

【田岡会長】

資料10ページの令和8年度の方向性①フッ化物洗口実施施設数増加と併せて口腔機能育成のために園でのあいうべ体操の取組を普及する についてご意見を伺いたい。

まず、松岡委員、三里中学校に赴任されてから、フッ化物洗口について学校内で働きかけていただき、開始につながったとのことだが、学校内での状況や、感想、今後、小中学校で広げていくために必要なことなどについてご意見を伺いたい。また、一宮小の時に、校区内の園に働きかけをしていただいたが、保幼小連携を行っていく上での課題等があれば合わせて教えていただきたい。

【松岡委員】

今年度、一宮小学校から三里中学校へ赴任したが、一宮小学校はフッ化物洗口に早くから取り組んでいる学校でむし歯も少なく、フッ化物洗口の効果を感じていたため、三里中学校でもその取組ができないかと考え、養護教諭に相談した。養護教諭がフッ化物洗口について前向きな考えを持っていたこともあり、比較的スムーズに進み、1学期は準備期間とし、保護者の方々にも理解を得て、2学期からスタートした。

中学校でのフッ化物洗口実施の課題は「時間」で、どの時間帯にフッ化物洗口をやるの

か、吐き出す場所や蛇口の数などの問題があったが、口腔保健支援センターよりアドバイスを受けて実施した。

まず、コップについては紙コップを使用している。保健委員が洗口液を教室に運び、生徒は紙コップに入った洗口液を口に含み、1分間ブクブクうがいをする。その後、紙コップの中に吐き出し、その中にティッシュを入れて、ゴミ袋にそのまま捨てているため、蛇口も水も不要で、短時間でできている。

生徒たちもスムーズに対応できており、アンケートでは、50名中41名が「やってよかった」と回答した。「フッ化物洗口をして効果を感じているか」という質問では、「効果を感じている」が13名、「どちらかといえばそう思う」が16名で、やってよかったと回答した全員が効果を感じているわけではなかったが、これをやり続けることによって効果が出てくるのではないかという意識のもとでやってくれていることがわかった。

校区内の三里小学校が実施しているため、小学校から継続して中学校でもできることが、嬉しいという声もあった。今回、三里中学校で開始したことにより、校区内のもう一つの小学校にも波及する動きがあった。

フッ化物洗口の理解と、簡単な実施方法の工夫が広がればとよいと思っている。

保幼小連携については、昨年度一宮小学校区内のフッ化物洗口未実施の幼稚園に、小学校の学校健診の経年結果を見せて説明し、むし歯が少なくなっていることをお伝えした。フッ化物洗口の効果を知ってもらうということが必要だと思う。まだその園は、開始にはつながっていないということだが、結果のデータはしっかりお示ししたので、また検討していただけたらと思っている。

【田岡会長】

水口委員、園の立場から、保幼小が連携してフッ化物洗口を推進していくための課題や、必要な取組についてご意見をお願いしたい。併せてあいうべ体操を園で広めていくために、昨年度、音楽を作成したらどうかと意見をいただいたが、それについては高知市歯科医師会のほうで検討中であるため、その他何か工夫や方法等あればご意見をお願いしたい。

【水口委員】

「あいうべ体操」については、来年から私の園でも取り入れようと考えている。

職員と話したところ、フッ化物洗口の時間帯にやるのは難しいが、クラス活動の中でやるなら簡単にできるのではないかという意見があった。

音楽については、岡山県の歯科医師会が作っている曲などを活用してみようかと考えていた。高知市歯科医師会で検討中ということであれば、子ども達が体操しやすいリズムや曲、有名人にお願いするなどしていただけたらありがたい。

保幼小の連携については、以前、園長会のほうに高知市歯科医師会に来ていただいて、フッ化洗口について説明、紹介していただいた。令和8年度も同じように、園長、関係者が理解して広げていくのが一番よいと思う。

あと、保護者の方がそこまで興味を持たれてない可能性もあるので、この地域はむし菌が多いなどの実情を保護者にも理解してもらえるよう普及啓発し、保護者から、園でフッ化物洗口を実施してよかったので、小学校や中学校でもやってほしいと発信できるような環境が作っていただければよいと思う。

【田岡会長】

沼田委員、学校歯科医、園歯科医の立場から、保幼小が連携してフッ化物洗口や園であいうべ体操を広めていくための課題や必要な取組についてお願いしたい。

【沼田委員】

最近、子ども達の口が開いていることを懸念する保護者の方が増えてきた。

実際に口周りの筋肉が育っておらず、歯科医院で「ブクブクうがい」をさせると、上手にできずに口から出てしまう子もいる。

フッ化物洗口で「むし菌」の「菌」へのアプローチをし、ぶくぶくうがいをすることで「口の筋力」の「筋」にアプローチする。この両面から取り組むことは非常に良いことだと思う。また、松岡先生が言われたように、中学生になると「やる意味」が分からないとやらなくなるため、効果や意味を教育として加えることで、より理解が深まり、保護者への波及効果も期待できると思う。

あいうべ体操については、歯科医師会でも、楽しく皆さんに広げられるようなコンテンツを検討しているため、またご意見等いただけたらと思う。

【松本委員】

PTA や学校現場で話をすると、どうしても「蛇口の数が足りない」「物理的に無理」という反応が返ってくる。「少人数で分けてやっては？」と提案しても、最終的に「教員の負担が増える」という話になりがちだった。

先ほどの「蛇口がなくてもできる」という話を中学校で実践できたということだったが、小学生でもできるか。

【松岡委員】

自分も、フッ化物洗口は、蛇口がないとできないと思っていた。口腔保健支援センターに相談して実施を検討していく中で、今の形ができた。この方法ならば、教員の負担も少なく、最初の準備から最後のごみ袋に捨てるまで生徒が自分たちでやっている。

最初に流れに仕組むことが大切。またぶくぶくの動きを、音楽CDに併せてやっているが、どちらかといえば小さい子ども達からできる内容ではあるが、中学生でも活用することで基本に忠実にしっかり行うことができている、それもまたよいと思っている。

【田岡会長】

園や小学校では、フッ素でぶくぶくうがいをした後、自分のコップに吐き出して、先生にみてもらうということも大切で、きちんとぶくぶくうがいが出来ているとしっかり泡ができるため、先生が吐き出した泡を見ることで確認につながる。コップに吐き出した水を、最後はバケツ等を集めれば、各自が蛇口に行く必要もない。蛇口がなくても工夫次第でフッ化物洗口は実施できる。

【田岡会長】

では続いて、②③の働く世代への取組についてご意見いただきたい。

今日欠席の高崎委員から、「働く世代においては、オーラルフレイルなどは自分とは縁のないことと思われている。咀嚼運動・口腔衛生などの有用性をこの世代にもアピールすることが必要」というご意見をいただいている。

大林委員、協会けんぽは、働く世代と関わる機会が多いと思うが、まず、日ごろの保健指導の中で歯科に関する相談を受けることはあるか、また、行政が企業へ働きかけるには、どのような取組が求められるかをお聞きしたい。

【大林委員】

保健師が事業所に保健指導に行っておりますので、その保健師の声を集めてきた。まず、保健指導の中で、歯科に関する相談を対象者から受けることは少ないが、減量や血糖値、脂質改善のために、野菜をよく噛んで食べる話等をする時に、噛める歯であるか確認することがあり、その時にむし歯治療を中断したままになっているとか、歯が抜けたまま放置しているといったことが分かり、受診勧奨をすることがある。

保健指導の中では、1年に1回以上は歯の定期検診に行くように勧めているが、6月の歯と口の健康週間の時期などは、さらにもうひと押ししているというような状況である。

協会けんぽより事業所への働きかけとしては、以前は、集団学習等の機会に健康増進課担当にも参加してもらい、咀嚼チェックガムや細菌の検査等を実施していたこともあった。

大きい事業所では、eラーニングのシステムもあると思うので、デジタル資料の配布なども効果を上げる可能性があるのではないかという意見もあった。

行政がどのような取り組みをすべきかといところでは、協会けんぽからは、手紙等を送ることはできるが、なかなかそれ以上の介入を見出せていないため、今回の皆さんの意見を参考に協会けんぽとしても取組を検討していきたい。

【田岡会長】

協会けんぽの状況をお聞きしたが、保険医療課として、国保の方にどのような取組をしているか、歯科受診や成人歯周病検診を勧めることがあるか等、現在の状況を聞かせてほしい。

【保険医療課】

特定健診などの結果に基づき保健指導を行っているが、国保の加入者は、60代以上が多く、その中でも働く世代の特定健診受診率は低い傾向にあるため、保健指導で出会う方は少ない状況ではある。

健診の間診票の中には口腔に関する質問項目があり、「歯ぐきからの出血」「デンタルフロスの使用」「定期的な歯科受診の状況」などの項目があるため、人数は少ないが、その結果を踏まえて必要な方には歯科受診を促している。

また、糖尿病性腎症の重症化予防事業において、糖尿病と歯周病の関係についてのパンフレットを活用し、啓発を行っている。

全体的な取組としては、口腔保健支援センターの協力で、特定健診結果説明会でかむことの指導や、図書館（オーテピア）と連携し、糖尿病啓発月間（11月）に合わせて歯科に関する情報の周知などを行っている。

【田岡会長】

高知県歯科衛生士会も企業への歯科保健指導等を行っていると思うが、今年度の取組や、課題に感じていることなどお願いしたい。

【大野委員】

高知県歯科衛生士会は、県の委託事業で歯周病予防の取組に力を入れているが、高知市の事業所の希望があまりないのがネックになっている。指導では、お手元に配布しているリーフレットをお配りしている。2部あるが、令和7年度は新しくリニューアルし、歯周病に力を入れた内容に変更している。

県のモデル事業で「唾液検査」を行ったがこの検査が、歯周病に対する動機づけや歯科医院への受診につながるのではないかと感じた。

令和8年度も歯科衛生士会としては歯周病予防の取組に力を入れていきたいと思っている。

【田岡会長】

植田委員、薬剤師会として、働く世代への歯周病予防やオーラルフレイル予防の普及啓発についての取組について聞かせてほしい。

【植田委員】

薬剤師会としては、働く世代へのオーラルフレイル予防については積極的には行えていないが、在宅医療の中で、高齢者に対しては、6剤以上併用されている方のフレイルチェック等を健康支援薬局、健康づくり支援薬局という制度の中で行っている。お薬の副作用で口腔機能に影響があるもの等のチェックも行っている。診療報酬上も歯科との連携が取り上げられているので、薬剤師会としても連携して取り組んでいきたいと考えている。

【田岡会長】

松本委員、働く世代の当時者として、今のお聞きした取組や課題等についての感想や、働く世代が歯科受診するためには、どのような取組が必要かを教えてほしい。

【松本委員】

前にもこの会でお伝えしたことがあるが、僕の周りでは、会社に言われて健診には行くが、歯医者にはわざわざ行かない、痛くなって自分が困った時にだけ歯医者に行き、痛くなくなったらもう行かないというような人ばかりで、タバコは吸う、甘いコーヒーは飲む、歯は何本もない人もたくさんいる。

わざわざ仕事を休んで歯医者に行くという感覚が全然ないが、健診については、会社に言われて、行かされているので、その場で、一緒に口の中も見てもらえるような仕組みができて、口の中の状態を指摘されると、1回歯医者に行ってみようかなというきっかけぐらいにはなるのかもしれない。そういった生活をしている人は言われても行かないのかもしれないが、ただ本当に普通のサイクルの中で、仕事を休んでわざわざ歯医者に行ってみようという動機がなかなか起きにくい人ばかりだと思う。

あと、オーラルフレイルとか、咀嚼チェックガムとかは、言葉は知らないが、1回やってみようかなという気にはなるので、健診や保健指導の場で体験できてよいと思う。

あとはいろいろな業種がイベントをやったりしているので、そういったイベントの中で、1つ健康のブースを出すと、お手伝いの動員の中にも、会社員がたくさんいるため、一般のお客さんだけでなく、動員で参加している人達も興味を持ってくれるのではないかと思う。

【田岡会長】

和食委員、高知市からの報告にあったが、高知学園大学、短期大学の学生さんに、成人歯周病検診の周知をしていただき、若い世代の申込が当初の予想より多かったとのことだが、周知してみたの学生の反応や、学園短大の学生さんのオーラルフレイル予防等の普及啓発の取組について教えてほしい。

【和食委員】

まず、成人歯周病検診のチラシは、本学の大学・短期大学5学科の20歳になる2年生全員に配布し、1号館から8号館の全ての掲示板に掲示している。

配布をした時に、高知市から周知のハガキが届いていたことを思い出したと言っていた。本学の歯科衛生学科の学生のオーラルフレイル予防の取組だが、3年時の学外実習の一環で、フレイル予防の地域実践というのをやっている。対象としては働く世代とかではなく、65歳以上の地域の高齢者対象に、学生が考えた媒体などを使い、口腔ケアや義歯の取り扱いについての話とレクリエーションを学生と一緒に楽しみながら、口腔機能向上できる内容のイベントを行っている。今年度初めて、高知市の木村会館で実施したが、当日、大雨で天候の不運もあったが、周知にすごく苦勞して、なかなか人が集まらなかったのが残念

だった。

【田岡会長】

では、最後に、方向性④災害時の口腔ケアの必要性について関係団体等連携し、あらゆる機会を捉えて普及していくとあるが、これは歯科医師会としても医歯薬連携事業で取り組んでおり力を入れている。高崎委員からは「発災後早期は、特に避難所での口腔衛生が大事になってくる。口腔衛生については歯みがきが一番重要なので、高知市行政に対して避難所への歯ブラシの備蓄を要請している。」というご意見をいただいている。

まずは、沼田委員、歯科医師会として今後取り組んでいくこと、災害時の口腔ケアを普及啓発するために必要なことについてお願いしたい。

【沼田委員】

先ほど皆様に配布した、「誤嚥性肺炎って何」というリーフレットは、医歯薬連携推進事業で作成したもののだが、災害が起きて命が救われたとしても、口腔ケアができていなかったら、避難所で命が危うくなる。歯科の視点から命を守っていきたいということで、歯科医師会としては平時の備えを推進している。

高崎委員からも歯ブラシの備蓄について働きかけを行ってくださっているというご意見があったが、やはり災害に備えて、歯ブラシを備蓄すること、そして平時からの取組としては、口の中の細菌の量を普段からある程度コントロールをしていくことが大切である。

災害時の備えという意味合いでも、日頃から歯医者さんに定期的に診てもらふこと、家での歯磨きを行い、プラークコントロールをしていくことが非常に重要である。

併せて、忘れてはいけないのが口腔機能で、全く動かさない状況では、口の筋肉はどんどん衰退し、唇や舌や頬の筋力が低下し、命の危険がある誤嚥につながってしまうため、口腔機能について、災害時の備えとして対応していくことが重要である。

高知市の桑名市長からも、備蓄歯ブラシに関するポスターを作ってほしいという要望もあり、今年度の医歯薬連携推進事業として災害時の口腔ケアについての研修を予定しているので、研修が終わってからになるが、啓発できるポスターを作成したいと考えている。

【田岡会長】

植田委員、薬剤師会として、災害時の口腔ケアの普及啓発について、平時からの取組や発災後の取組、医歯薬が連携して取り組んでいけることについてお願いしたい。

【植田委員】

医歯薬連携推進事業に薬剤師会も参加させていただいているが、今回の研修会についても会員に周知し参加を募っていきたいと考えている。

それから、高知県の災害薬事コーディネーターとして、今県内で84名いて、高知市内では16名が高知市から委嘱を受けている。

災害訓練や今年度あった防災フェスティバル等の場面でも、備蓄について、歯ブラシの重要性を伝えていきたいと考えている。これからもご協力できることがあればどんどんやっていきたい。

【田岡会長】

大野委員、歯科衛生士会として、災害時の口腔ケアの普及啓発について、平時からの取組や発災後の取組等についてご意見をお願いしたい。

【大野委員】

発災後のことですが、今、会員の4分の1以上が、日本歯科衛生士会の災害歯科保健歯科衛生士という研修を終了している。

高知県歯科医師会と協定を結んでいるので、年に1回、災害についての研修も一緒にやっている。

日常から、災害についての啓発については、口腔ケアについてはもちろん、オーラルフレイル、誤嚥性肺炎というのは別々のものではなく、日頃の口腔機能の向上が大切で、そのことについても歯科衛生士会は、令和8年度から力を入れて取り組む予定である。

【田岡会長】

和食委員、高知学園短期大学での取組についてお聞かせください。

【和食委員】

高知学園大学・高知学園短期大学としての災害の取組は、先月1月20日に高知市と避難所環境の質の向上に関わる相互連携に関する協定を結んだ。

避難所開設の訓練を地域住民の方を呼び、短期大学が、幼児保育学科、歯科衛生学科、そして看護学科。大学が、管理栄養学科と臨床検査の学科があるが、各学科の専門性を生かした公開講座を行ったところである。歯科のほうでは、歯科の教員が、日常からできること、基本的に口腔機能のほうを中心に講座のほうをさせていただいた。

学生については、災害と支援活動法という特別な科目を、歯科衛生学科は必修科目で入れている。災害があった時に、避難された方の口腔の健康を支えられるようなコーディネーターになれる学生を養成していこうという科目になっている。

ただ、3年時の開講になっているため、3年生は国家試験対策等もあるため、在学中に知識を使って外に活動に行くことが時期的にはちょっと難しいが、社会に出た時にそのまま歯科衛生士会につながって活動ができるよう、学生のうちに、そういった養成ができるよう取り組んでいる。

【田岡会長】

松岡委員、学校での防災活動として、平時から取組んでいることや今後必要なことにつ

いて何かあればお願いしたい。

【松岡委員】

今日この会に参加させていただいたことで、平時から取り組んでいくことの大切さや、防災教育のあり様を、自分自身が改善していくことが必要なのかなと感じた。

災害時の対応という、避難訓練とかそういったところに意識が偏りがちになっており、人と一緒に避難するための子供たちの意識を育てているところではあるが、今後の計画として、避難時に持ち出すバッグの中身を、子どもたち自身が、何が必要かということを考えて、考えたものをそのバッグの中に入れてみるのはいかがでしょうかと検討しているところである。

多くの学校ですでにこういった取組を進めていると思うが、本校はまだそこまで至っておらず、子どもたちに、必要なものを考えさせることがすごく大事だと思っている。

フッ化物洗口のアンケートでも分かったことだが、実際やることの意識はあるが、情報がまだ足りていないため、災害における自分の口の中のことや、どういうふうに健康を保っていくことが大事なのかという教育のあり様を改善していこうと思ったことだった。

【田岡会長】

松本委員、PTAとしての取組や、児童、生徒、保護者への普及啓発、今後の課題等あればお願いしたい。

【松本委員】

前回の会の時に、災害時の歯ブラシが大事という話を教えていただいたので、PTAの予算で水とかクラッカーなどを備蓄しているが、その中に歯ブラシを入れたらどうかと話を持っていったのだが、この令和7年度には間に合わなかったが、令和8年度にPTAの予算で購入してみようかという話が進んでいる。

その備蓄品については、ローリングをしているので、学校にもよるが、毎年必ず1回家庭に返すとか、3年経ったら返すことをしているので、その返す時に、これがいざという時に必要だということを子どもに啓発しているため、今度歯ブラシを返す時に、災害の時に歯みがきが大事ということを啓発できたらという話をしている。今日いただいた誤嚥性肺炎のリーフレットを歯ブラシと一緒に返したらよいと思ったが、このリーフレットは数いただけたりするか。

【田岡会長】

リーフレットの在庫が分からないが、印刷したら配れると思うので、高知市で検討お願いしたい。

【田岡会長】

水口委員、災害時の備えとして園で平時から取り組んでいることがあればお願いしたい。

【水口委員】

前回の会議で、災害時の口腔ケアについて話が出ていたので、その後すぐ、防災倉庫に歯ブラシと、オーラルケアのマウスウォッシュを入れて、すぐ対応できるようにした。

また職員のほうの対応として、マウスウォッシュを福利厚生で置いたら、みなが結構使用している。

子どもたちに対しては、災害時についてはなかなか伝えにくいところがあるが、ブクブクうがいを日頃からしているので、災害が起こった際の避難時にも、いつものことが当たり前に続けていける環境を作っていきたいと思っている。

【沼田委員】

皆様のご発言で、実際に備蓄をさせていただいているということをお聞きし、この口腔保険検討会をやっている意味を感じることができた。命を守ることにつながる話をこの会でできているということは、非常にいいことだと思う。

歯ブラシやマウスウォッシュを揃えていただいたので、もう一つ、おすすめはガムで、ロッテと高知市と高知市歯科医師会が結んだ三者の包括連携協定の内容に、災害時にはロッテからお菓子やガムが支援されることについて入っている。

ガムを噛むことによって歯の汚れも落とせる。災害時には3か月間、水道も通らず水がなかったところもあった。水でゆすぐことができないとなると、歯ブラシで磨いた後、どうしたらいいかという問題が挙げられるが、そういった場合は、マウスウォッシュやウエットシートのようなシート、それからガムだが、ガムをかむことで自分の唾液で口の中をきれいにする事ができる。

最近ガムの噛めない子も増えてきているので、歯科医師会と高知市、ロッテがサポートできるため、平時から、咀嚼チェックガムやその他いろいろなガムを保育園等で噛むという取組を検討いただければと思う。

【田岡会長】

フッ化物洗口の取組を、口腔機能を育成するあいうべ体操と合わせて勧めていき、フッ化物洗口の実施施設が増えていけばよいと思った。災害時についても、できることから取り組んでいただいているため、口腔保健検討会でまた、ご意見や取組の報告をいただけたらと思う。

【事務局】

委員の皆様の任期は令和8年3月31日までとなっている。来年度からの委員については所属の機関に推薦を依頼させていただく。

閉 会