

## 令和2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

R3.2.17 18:30～19:30

### 1 開会

司会：健康増進課課長補佐

### 2 委員紹介

### 3 会長・副会長の選出

会長：高知市歯科医師会 宮川 慎太郎 委員

副会長：高知市立小中義務教育特別支援学校長会（高知市立一宮小学校長）藤原 祐三 委員

### 4 議事

口腔保健支援センター事業について

事務局より説明

質問はなし

#### 【宮川会長】

今年度は新型コロナウイルス感染症の影響で、歯肉炎予防の取組である高知学園短大学生さんの小中学生への指導や、対面で口の中を見たり、プラークをとって測定するなどの個別指導等も中止となり、また、高知市歯科医師会が委託を受けて実施している歯薬連携推進事業も残念ながら中止となった。

その中でも園や学校でのフッ化物洗口は、大きな影響を受けず、計画通り実施ができており、また、ホームページやちらし等を新たに作成したなど、この時期だからこそその取組ができています。

コロナで大変な時期ではあるが、口腔保健の取組について知恵を出し合いながら取り組んでいければと思っている。みなさまのご協力をお願いしたい。

### 5 その他

情報交換

- ・新型コロナウイルス感染症予防のための新しい生活様式の中での健康課題について事務局より話題提供（情報交換資料）

### 【宮川会長】

新型コロナウイルス感染症の影響で、私たちの生活も大きく変わり、新しい生活様式の中で、口を動かす機会が減少したり、児童、生徒の歯肉炎が増えてきているなどの実情がある。みなさまからも、歯と口の健康に関する課題や取り組めること、行政の取組についてなど、返信いただいた内容を、事務局がまとめている資料を見ながら、ご意見をお願いしたい。

### 【藤原委員】

アンケート回答の時に、記載している課題が、歯と口の健康課題とは離れているかもしれないと書き添えたことだったが、現在、小学校では子ども達の感染予防のために、マスクの着用、手洗い、うがい、消毒等を徹底している。しかし、子どもなのでマスクを外してしまうことが非常に多い。また、給食の時間には、マスクを外すため、おしゃべりは禁止としているが、なかなか徹底するのは難しい。

マスクをしていることが、口の中の健康に影響しているということだが、影響が出ない方法などないか教えてほしい。

### 【森本委員】

職員にマスクをつけての生活の影響を聞いた。

息がしにくいので口呼吸になり、口をあけて呼吸してしまうので口元が緩んでしまうなどの意見があった。また、子どもたちに話をするとき、声が通らないので、マスクを透かせたり、下げたりして声を通してしまうことがある。

離乳食を食べさせる時に、保育者の口元を見せられないので、もぐもぐかちかちの動きが伝えにくい。フェイス、マウスシールドの活用で、口元を見せる工夫など、それぞれの園が工夫をしている状況である。

昨年に、園長会で健康増進課の上田先生に口の機能について研修をしてもらい、すごくよかったため、今年は自分の園で園内研修という形で実施した。

職員からは、上田先生の話聞いて、口呼吸から鼻呼吸に変えるためにあいうべ体操にしっかり取り組みたいという意見や、食べる時に口元に注意すること、かむことの重要性、口腔機能の大切さ、離乳食の与え方の大切さを感じ、現在子育て中の職員も大変勉強になったという感想があった。他の職員からも、子育て中の時期に聞いていたらよかったなどの声もあり、PTAの集まりや参観日等で保護者の方に聞かせたい内容だった。あいうべ体操は、今まで園で実施していた回数が少なかつたため、回数をもっと多く実施することと併せて、家庭でも実施できるよう普及啓発していきたいと考えている。

また、フッ素洗口を昨年度から開始したが、歯科健診の時に園歯科医より、むし歯が減り、歯の汚れも少なくなっているという話があった。

三里地区は保育園、幼稚園全園でフッ素洗口が開始した。三里小学校でも継続してフ

フッ素洗口を実施してもらいたいと一度打診をしているが、校長先生が異動になった関係でまだ具体的には話が進んでいない。フッ素洗口や食後の歯磨き、清潔習慣について園から学校へ継続してほしいため、今後も働きかけていきたいと思っている。

#### 【上原委員】

食事の際の感染を避けるために、早く食べて時間を短縮させる人が多いのではないかと。職場でも食事のときは密になりやすいためそのような人が多くなっている。

実際自分が外食した時も、空いていると思ったら満員で、みな話がしながら食べていて、感染リスクが気になり急いで食べたことだった。急いで食べることで早食いになり、かむ回数が少なくなり、結果、肥満につながりやすいのではないかと感じている。

また、洗面所クラスターというのを最近報道等と言われていたが、学校等で、飛沫が飛ばないみがき方をするなどの対策をとるのではなく、歯みがきを禁止にするなど、過剰な対応がとられることが気になっている。

医療機関の受診控えについてだが、協会けんぽの職員の中でも、自分たちは事業所へ訪問し、たくさんの人と面談する機会が多いため、自分が他の人に移したら大変だという意識で、感染予防のために、秋頃まで歯科受診を控えていた人がいたため、他の人へ影響を考えて、受診控えをしている人も結構いるのではないかと考えた。

#### 【大野委員】

今回の歯と口の健康課題ということで、ウイルス細菌と口腔細菌の関係と、口の中の乾燥について挙げた。

昨年の10月に、何園かの保育園であいうべ体操の啓発を行ったが、その際に、感染防止対策として、学生がOHPシートで手作りのフェイスシールドを作成し、園児たちに持ってもらい、学生もつけ、それぞれの口元が見える形で指導を行った。

マスクの中で、口の中が乾燥することで口腔内の細菌が繁殖しやすく、インフルエンザウイルス等の感染リスクにも繋がっていると言えるが、令和3年度は口腔乾燥について、口腔体操等口を動かすことについて等を説明するなど、児童、園児対象に、細菌の増殖を抑える取り組みを行っていきたいと考えている。

また、フッ素洗口実施についても指導に行っている保育園等で普及啓発していけたらと思う。

#### 【植田委員（歯科衛生士会）】

例年だったら、イベント等で歯科衛生士会もブースを持ち、口腔乾燥度を測定して、口腔体操や、口のケア、唾液の重要性などを住民さんにお伝えできているが、今年度はコロナの影響で口の健康について十分にお伝えできる機会がなかったことが残念である。

来年度以降も、マスクを外しての測定等は難しいため、生活習慣をお聞きしてからア

ドバイスをするなど、マスクをつけたまま、口の中を見なくても、その方とお話ししながらアドバイスできる方法で伝えていくことが必要であると考えている。

また、私の職場は回復期リハビリテーション病院で、入院時に患者さんのアセスメントを行っているが、いつもは歯科医院に定期的を受診しているが、コロナの影響で1年くらい受診を控えているという患者さんがすごく多い。その方たちが退院されるときには、歯科医院では感染予防対策を取っているので、自己判断で受診を控えるのではなく定期的な受診が必要であることをお伝えしている。

自己判断で受診を控えることがないよう、歯科衛生士が住民さんに広く普及啓発していく必要があると感じている。

#### 【植田委員（薬剤師会）】

職場（薬局）で、歯科受診を控えるという相談を受けたことがあるが、口の中の状態とリスクを考えたうえで歯科医院に行った方がいいとおすすめはしているが、全体的に広くアピールしていくのはなかなか難しい状況である。

#### 【前田委員】

検討会に参加するまでは、口腔についてあまり考えたことがなかったけれど、最近では、フッ素入り歯磨き剤を使ったり、あいうべ体操を教えてもらってからは、自分でもやっている。

お母さん方は、歯についていろいろと知っている人が多いと思うが、お父さん方は、歯周病と糖尿病の関係なども知らないため、そういう内容も含め、保護者に普及啓発をしていったらいいと思う。

#### 【高崎委員】

高知市内で診療所を開業しているが、小児の患者さんもたくさん来るが、小さな子どももみなマスクをつけている状況である。

WHOとユニセフの勧告では、マスク使用については、5歳以下は必要なく、6歳～11歳は地域の感染状況やその他の状況を考慮して勧める場合もあり、12歳以上は大人と同様にマスクの着用を求めている。また、日本小児科医会では、2歳未満は、マスクをすることによって、気道を狭くしたり、夏場は熱中症のリスクが高まるなどの理由でマスクを着用しないと周知している。

学校、保育園でのうがい、歯みがきはやっていくべきだと思うが、学校の流しは横に長く、セパレートされていなく、人も密になりやすいため、飛沫が横に飛び散る状況だと思う。歯みがきをする流しで感染があったかもしれないという事例の報告もあったが、これからは感染予防を考えて、小学校等でのうがいや歯みがきをする場所は、セパレートする仕組みが必要ではないか。行政の補助ができるようになればよいと思う。

### 【友永委員】

歯科医師会の理事に歯と口の健康課題や取組について回答をしてもらった。

多かったのが、マスク着用の影響で、口腔乾燥が起こり、それによって歯周病やむし歯になりやすかったり、細菌、ウイルスの感染経路となっているのではという回答だった。

口を閉じていればいいというわけではなく、頬っぺたの筋肉の力を抜くと上下の歯は離れ、その状態で口唇を閉じるのが正常である。上下の歯を嚙んでしまうと、歯が痛い、顎が痛い、しみるなどの症状が出てしまう。

ただ単に口呼吸がいけないということだけでなく、正しい顎の位置を含めて啓発する必要がある。

あとは、あいうべ体操で唾液を出すとか、声を出す機会が少なく口があまり動かせていないため、口をしっかりと動かすことで口の周りの筋肉を鍛えることが重要であるという意見があった。

次に多かったのが、学校等ではブラッシングを敬遠する傾向にあるのではないかとということで、学校は大変な状況だと思うので、なかなか実施は難しいところもあると思うが、すぐには無理だとしても、行政等の補助で蛇口の数を増やす等、将来的に考えていただけたらと思う。

また、マスク着用によって口のおいが気になって逆に受診が増えている歯科医院もあった。

最後に、歯科衛生士会の植田委員からも意見があったように、歯科医師会としても今年度はイベント等で普及啓発する機会がなく、来年度、歯科の啓発イベントである歯っぴいスマイルフェアを実施するにあたり、実際にお口を見て健診をするという従来通りのやり方は難しいため、他の方法で普及啓発する方法はないかと考えている。

植田委員が言われていた、実際に口の中を見なくても生活習慣等をお聞きしてお話しする方法についてはすごくよいと思った。何かいい案があれば教えていただきたい。

### 【宮川会長】

新型コロナウイルス感染症は、まだまだ分からないことばかりで、こうしたらよいという方法等ははっきりしないが、今日の会でみなさんにお聞きしたご意見の中にも答えがあったと思うし、今日の資料等も見てください参考にしてほしい。

何かあればいつでも歯科医師会の方にご意見いただければと思う。

閉 会

事務局より連絡事項

- ・来年度は2回実施 1回目は9月ごろ実施予定