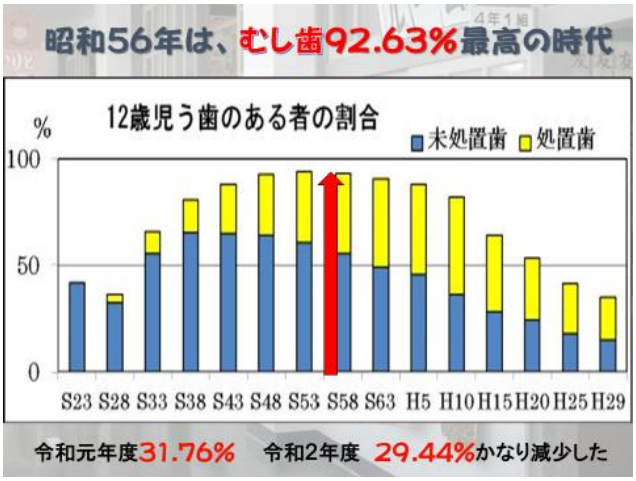
Go to the School ！

永江正廣

普段、学校に通うときはgo to schoolで、学校歯科医が行くときはthe がつくので願いを込めたタイトルを設定した。

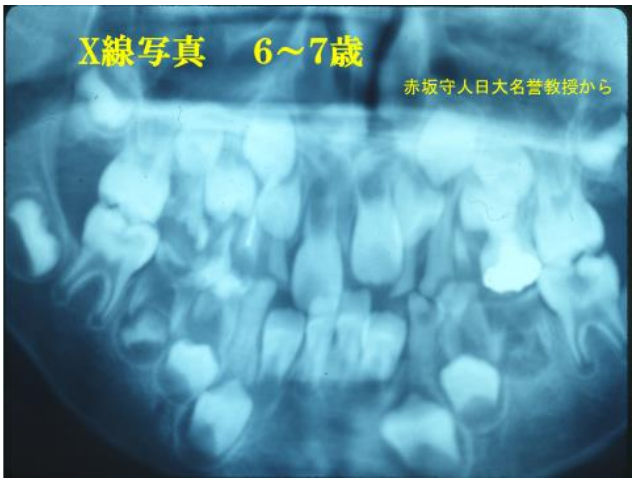
昭和56年から、みやま市高田町の小中学校の定期健康診断があれば協力医として参加。むし歯は 92.63 %もあり12歳児永久歯の一人平均むし歯も5.92本と最高に多い時代で対策を迫られていた。



平成15年には64％と急に減少しているが要観察歯 CO の導入で以前のC1診断がおよそ CO へ移行したから。また、12歳児の一人あたり平均むし歯数も CO を含めると現在でも１本程は多いと推定する。

昭和60年に学校歯科医となり昼食後のハミガキを提案し、洗口場の増設も相談。６月にはライオン歯科衛生士の協力でハミガキ指導や、歯科医師会で図画ポスター、歯の優良児の審査・表彰を行うなど本県では平均的な活動を行っていた。

でも、地区や兄弟で多くのむし歯があり、本当に子どもたちが健康に発育していくのか、将来が心配に思えてきた。

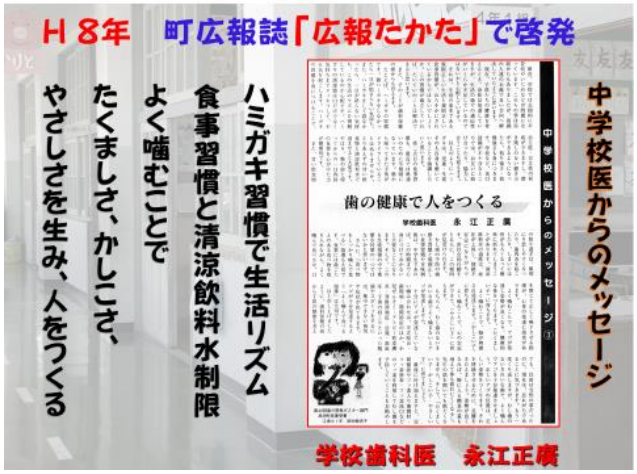


赤坂名誉教授の２枚の写真を見ると、乳歯むし歯の歯冠は崩壊して後継の永久歯のスペースが確保できない状況である。今までの環境を改善すべくハミガキ指導、小児義歯を装着させて頑張ったとしても

中学３年になって、良くてこれくらい。

学校歯科医は元気な子供に成長をサポートするのが役割ではないのか、意識する。H６年に本会の研修会に参加して「フッ素洗口」を学んだ。当時、約 16,000 人住む町に小学校６校、中学校１校があった。

まず、教育長に相談したら先生方に説明をということで、校長会、教頭会は良いことだから OK 、養護部会へ説明を行ったところ再度の依頼が来たので、福歯大の筒井教授から保健主事を交えて講習したが禅問答が続いた。校長会に再度相談、教育長から「地域住民に聞いてみないと」の回答があり、困ってしまった。



中学の学校保健委員会で相談したところ、学校医の横倉義武先生（前日医会長）から広報誌で啓発のアドバイスがあり、医歯薬校医５名が各テーマで住民に訴えた。

さらに３年、役場衛生係の協力を得て年３回に分けて、むし歯予防、歯周病、噛むことのテーマで啓発記事に力を注ぎ、地区の幼稚園・保育園にも呼びかけた。

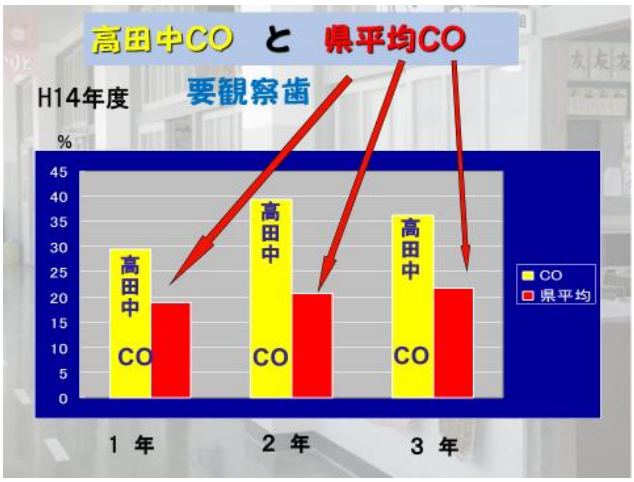
歯科保健の推進はうまくいかない。私がそもそも学校というものを理解していなかった。それで、小学校の校長先生に歯の授業をやりたいと頼み、一歩前へ進む。

「総合的な学習の時間」を活用して授業をやってみる。頭蓋模型をみせ大脳の発達と噛むことの話題で盛り上る。子供たちの生き生きとした目が忘れられない。

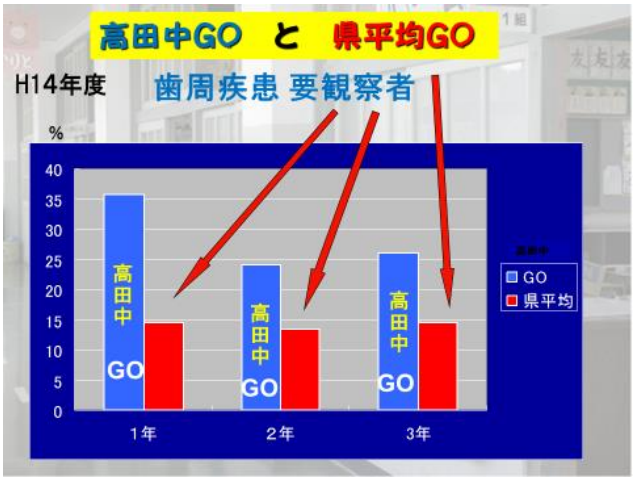
11月の「いいな・いい歯週間」に全学年を対象として10分話す。大変難しかった。

また、昼食後に音楽に合わせた歯みが

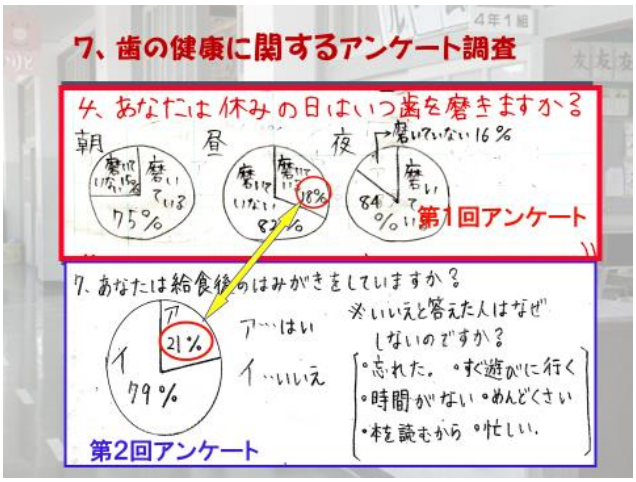
きタイムを取り入れてもらい、一歩前進。学校は「子どもたち目線で歯の大切さを一緒に学ぶ所だ」との認識が必要と理解したので、次に中学校へも挑戦した。



中学校は CO と GO が県平均より多いので学校保健委員会で提案。歯の健康を学習し、ハミガキ習慣の意識を高めるために、生徒会保体委員会に取組んでもらう。

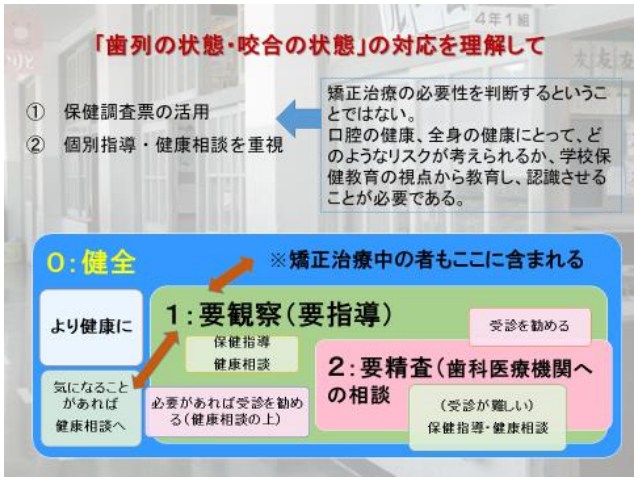


歯に関する本や啓発ビデオ、カラーテスター、ハブラシセット等を提供し説いた。テーマは昼食後のハミガキの提案である。保体部員のクラス説明から始まり、ハミガキチェック表の配布、歯の健康週間に校内放送で啓発して、各クラスに１枚ポスターを募集し展示。カラーテスターも使用して「自分ではよく磨いているつもりでも意外と汚れている、ビックリ 。」の感想も出て問題発見、解決学習となり歯科の指導要領にも沿ってると思った。啓発ビデオも貸出したが、自分たちで手づくりビデオに挑戦して凄いなと感じた。



小学校では、殆どの児童が昼食後のハミガキができたが、アンケート調査では中学校は21％である。休日の昼食後のハミガキ18％に連動しているのが興味深い。これを機に広がると期待していたが、私の go to the school が減ったら衰退した。中学校では各先生との連携に時間を要し、継続には共通の認識を持つことが大事。

さらに、H12 年から本会で統計調査を始めたら問題点が判明した。CO GO G の検出が未だに０％の学校があり、健康診断基準について周知徹底ができていない。



健康診断は、正常、要観察（指導する）、要精査のスクリーニングであり、保健教育も必要とあるが、現状は健康診断にも不足があり職務を全うしていないようだ。

学校歯科医に呼びかけるだけで改善されるだろうか？それで、学校歯科医のためにH21年から生涯研修制度が始った。

歯科保健の推進にさらなる希望として、教職員の歯科健診がまだ実施されていないので、やれば先生と共通の話題が生まれて子供たちの理解が早まるかなと思う。

また、歯・口の健康つくり推進指定校であれば計画的に歯科保健活動ができるが、そうでない学校ではなかなか難しい。

長年、歯科医療や学校歯科保健に携わり思う。子どもの発育には歯科保健にこそ「生きる力の原動力」が潜んでいることをいつも痛感する。簡単に説明すると、

1930～1970年に調査された「食生活と身体の退化」の中に、メラネシアのニューカレドニア島の人々に、原地食だけで生活している人のムシ歯は0.14％にすぎないが、輸入食品を利用している集団では26％に達していたとある。

ポリネシアの人々は現地食で健康な人が多く歯も丈夫で、咬合も素晴しく見える。

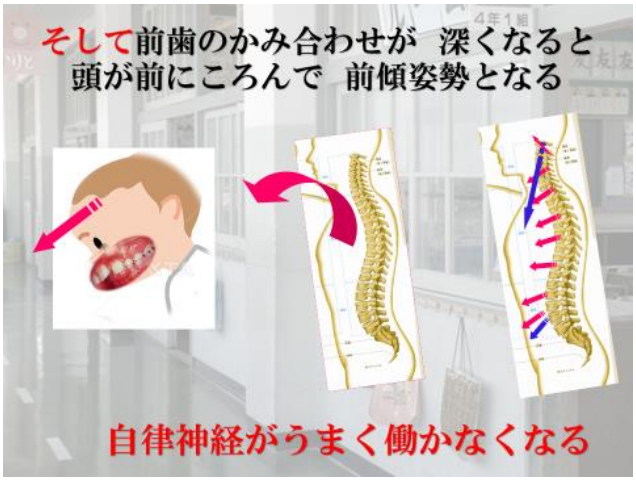
一方、近代生活を送るタヒチの人に、ひどいムシ歯になっている人達が現れる。

歯の健康にとどまらず身体の健康にも関連しているようで心配であり、その国の将来を担う若者とは決して言い難い。

本来、サルから進化した人間も種を食べ

ていたが、餌を探しての二足直立歩行。雑食化して咀嚼器官の発達、すると脳の大脳化、立姿勢から構音が生れ言葉の連携ができて、生活は維持・向上していく。

しかし、柔かくて温かいもの、珍味が美味しいものとなる。土器と加熱調理が発達すればするほど噛まなくなり、アゴの発達にまで影響してくる。さらに、食物にねっとりとするのができ歯垢もつくようになりむし歯が出現。病気や歯並びにまで影響して病弱な人も出現してくる。



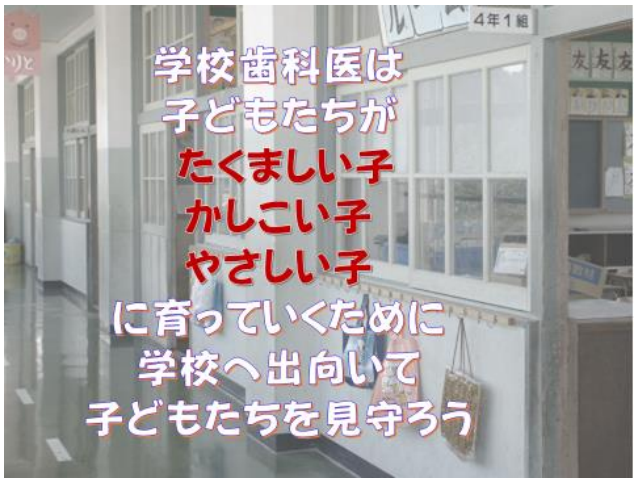
人は前歯のかぶさり具合が深くなればなるほど、重心は前へ移動して頭が前に傾くようになり、姿勢まで前に傾斜するようになる。すると、自律神経の不調和を起こし体のあちこちに不定愁訴が出てくる。人が健康を維持していくには、まず姿勢が良くないといけない。「噛み合わせ」がどうであれ、背骨を立てる足腰だけは強くなければならない。そして、自律神経がしっかり働くことが健康の秘訣。

この問題点の対策として、運動すれば手足の発育と共にアゴも成長するので、不正咬合の予防にもならないだろうか！
早寝・早起き・朝ごはんを出来ない子供の中に午前中は体がすぐれない子が居ると聞く。朝一番に走ったらどうだろうか。足腰に筋肉が付けば、姿勢が良くなり肺呼吸の酸素量も増えて、体調が戻るかも。

「睡眠」「食事」「運動」はペットを含む哺乳動物に必要な基本的のものであり、サルから発した人間はこの三要素の他に［咀嚼と咬み合せ］［歩くこと］［会話］こそが人間に必要・必須なものと考える。これは、保育・教育の基本とも思える。

≪結びに≫

私達、学校歯科医は躊躇することなく、素晴らしい歯科保健の科学で、将来の日本を担うことができる子を沢山育てよう。まずは、学校へ出向くことから始めよう。



Go to the School ！