

## 口腔機能に関する取り組み

お口ぽかんに代表される口腔機能発達不全が問題となっています。乳幼児期・学齢期に十分な口腔機能が獲得できないとその後の摂食嚥下機能に支障をきたす恐れがあります。これはライフコースを考えても問題のあることです。特に高齢期のオーラルフレイルに直結する問題です。

そこで本課題の解決に有効なのは乳幼児期・学齢期に口腔機能を育成することですが、まずは現時点でどれくらいの課題を有しているかの評価が必要です。「口腔機能発達不全症」が健康保険にも収載され、歯科医院での機能評価と訓練が可能となっていますが、より効果的に実施するには生活の場での取り組みが必要です。特に簡便に評価できる方法があれば、より専門的な評価・訓練に繋ぐことも可能です。

今回は日本学校歯科医会の「生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業」において東松島幼稚園で興味深い取り組みが行われていたので紹介します。

### 【調査方法】

- (1) 各家庭にアンケート調査を実施。
- (2) 園にて「風船を膨らますことができるか」「ポッピングができるか」を調査。
- (3) 合計8項目を「0」「1」で評価してグレードAからCで評価する。

### 【評 価】

グレード	機能評価
A (7～8 点)	高
B (5～6 点)	中
C (0～4 点)	低

### 【対 策】

現場の実践可能な方法を検討すべきだが、たとえば「あいうべ体操」「ポッピング」など、さらにフッ化物洗口時に「ぶくぶく」を強くすることで頬・口唇力の向上が図れます。また、給食の食材や食形態・食べ方の検討・実践を行います。

### 【結 果】

- ・アンケート調査は3回実施した。その間に口腔機能向上の取り組みを行った。
- ・2回目までの調査では変化が見られなかったが、3回目の調査では、Cが減り、Bが増えた。
- ・Aの幼児は継続して高得点であった。
- ・園で実施する「風船を膨らますことができるか」「ホッピングができるか」の項目では、できるようになった幼児が増えた。今後も継続した働きかけが必要であることが分かった。

(文 仙歯 平田政嗣)

## ＜口腔機能についてのアンケート＞

松島第 1 ・ 5 幼稚園 / 3 ・ 4 ・ 5 歳児

氏名 \_\_\_\_\_



該当の□に✓をいれてください。

Q1：そしゃく時間（食事の時のひとくちの噛む時間）が長い・短い

- ☐ 長い(1分程度くちの中にある)      ☐ 短い(ひとくち5回以下で飲み込む)

Q2：普段、くちを開けていることはない・ある

- ☐ ない ☐ ある

Q3：寝ているとき、いびきをすることはない・ある

- ☐ ない ☐ ある

Q4：寝起きが良い・悪い

- ☐
- 良い
- ☐
- 悪い

Q5：TV や YouTube を見る時間が短い・長い

- ☐
- 短い
- ☐
- 長い（2時間以上）

Q6：朝，食欲がある・ない

- ☐ ある ☐ ない

