

3 各ライフステージのグループインタビュー

【乳幼児・園児】

～健口たいないワッハッ歯スタンプラリー事業について～

3歳児健診対象児の保護者（平成25年度に7か月児健診でスタンプラリーを受け取った児の保護者）11人に聞きました。

（H27年10月20日実施）

【スタンプはためていますか？】

- ・ ためている・・・6人
- ・ ためていない・・・5人

※スタンプをためている6人に聞きました。

【スタンプラリーは定期健診・フッ素塗布のやる気につながりますか？】

- ・ はい・・・4人
- ・ いいえ・・・2人

【2歳6か月児医療機関委託歯科健診・フッ素塗布は受診しましたか？】

- ・ 受診した・・・全員

※スタンプをためていない5人に聞きました。

【スタンプをためなかった理由】

- ・ 紛失した（全員）

【2歳6か月児医療機関委託歯科健診・フッ素塗布は受診しましたか？】

- ・ 受診した・・・1人
- ・ 受診しなかった・・・4人

【健口たいないワッハッ歯スタンプラリーへの意見・感想】

- ・ スタンプラリーはとてもきっかけになる。
- ・ 母子手帳に入れておくと時々目にするので思い出せる。
- ・ 子どもの受診時に自分（母）の歯科健診の予約を入れた。親の歯科健診のきっかけになった。
- ・ せっかくなので最後までスタンプをためてプレゼントをもらいたい。
- ・ 大事にしようと、片付けたら紛失してしまった。

市内保育園の保育士 2人にききました

(H27年11月26日実施)

【子どもたちや保護者の姿から感じていること】

- ・ほとんどの子はむし歯がないが、むし歯がある子は一人で何本もむし歯を持っており、口腔内の状態に差が大きい。また、そういう子は治療を受けていない子が多い。歯が溶けている子もいる。
- ・夜中にのどが渴いて、イオン飲料を飲んでいる子がいる。
- ・3歳になっても哺乳瓶でミルクやジュースを飲む子がいる。
- ・「園で仕上げ磨きをしてください」という保護者がいる。

【園での取組み】

- ・歯磨きシールは子どもたちのやる気につながる。
- ・園のおやつでスルメを出して、噛む大切さを伝えている。

【歯科医院等への要望】

- ・歯医者嫌がる子を連れていくにはどうしたらよいか保護者の相談にのってほしい。
- ・歯のケアのコツを教えてほしい。保護者に伝えたい。

【行政への要望】

- ・祖父母が子守をしている家庭では、親が祖父母に「おやつをやめて」「おやつの代わりに栄養のある食べ物を与えて」と言いづらい。第三者の立場からの祖父母世代への対策をしてほしい。
- ・ピカもぐ劇団は劇が分かりやすく、園児も職員も楽しみにしている。

ピカもぐ劇団ボランティア 10人にききました

(H27年10月29日実施)

【子どもたちの姿から感じていること】

- ・ 孫は就学前は仕上げ磨きをしていたが、小学校に上がると「一人で磨ける！」と仕上げ磨きをしなくなった。9歳まで仕上げ磨きをするのは難しいかも。子供も保護者が「9歳までは仕上げ磨きをするもの」という意識が定着するといい。
- ・ 妊婦や母親になってから「子どものために」と指導しても遅い。子どものときにとのように行動していたかが親になってからの行動にも影響する。
- ・ 孫が来たときは、テレビを消して食事をするようにしている。そうすることで会話が弾む。
- ・ 最近はやわらかい食べ物が増え、固い物が噛めない子が多い。孫にはスルメを送っている。
- ・ 同居だとたくあん、せんべい、スルメ…自然と固い食べ物に触れる機会がある。最近では核家族が増え、祖父母世代の食生活を学べる機会が少ない。
- ・ 親自身がスルメなどを噛む経験が少ない。親がスルメを噛む体験をする場所があるといい。
- ・ 言われた時だけ歯磨きをするのではなく、自分で考えて行動できる子どもに育ててほしい。

【「歯にいいこと」についてピカもぐ劇団の立場でできること】

- ・ 自分で考えられる内容の劇を子どもに見せたい。
- ・ 言葉で伝えるより視覚に訴え、理解したり考えられるように工夫したい。
- ・ 今後も、歯科衛生士の指導の前に上演することで子どもたちに歯と口の健康について興味を持って指導が聞けるように協力したい。

【児童・生徒】

黒川中学校 保健委員 16人に聞きました。

(平成27年12月1日実施)

【歯や口について感じていること】

- ・“歯は大切”ということはあるが、本音は“面倒”。
- ・小学校では給食後に歯磨きタイムがあり、毎日歯みがきしていたが、中学校では歯みがきしている人は少ない。歯磨きした方がいいことは分かっているが、一人で歯みがきをしていると目立つ。早く遊びたい。
- ・部活の昼練があるので、歯磨きする時間がない。
- ・学校では歯みがきはしないがうがいをしている。夜はしっかり磨くようにしている。
- ・家ではフロスを使っているが、自分は面倒で使っていない。
- ・学校の歯科健診で受診勧奨の用紙をもらったが、忙しくて行かなかった。
- ・歯並びが気になる。

【おやつについて】

- ・テスト勉強や受験勉強中にチョコ・グミ・アメ・ミルクティー・ジュースを飲食する。そのまま寝てしまうこともある。
- ・自分でジュースやお菓子を買うことは少ない。家にあると飲食する。

【歯医者さんについて】

- ・怖い。
- ・室内が独特なおいが気持ち悪い。いいにおいにしてほしい。
- ・周りの人の治療の音を聞こえないようにしてほしい。
- ・突然治療されるとビックリする。治療をする前に「こんな風に治療するよ」と説明してほしい。
- ・帰りに歯の形の消しゴムなどのプレゼントをもらえたことがある。文房具や歯に良いガムをもらえるとうれしい。
- ・歯医者さんまで遠いので自分ひとりでは行けない。

【将来の自分の歯について】

- ・死ぬまで自分の歯でいたい。そのために歯磨き、よく噛むことが大切だと思う。
- ・入れ歯は格好悪い。
- ・食べたいものを食べたい！だから入れ歯は嫌だ。

【妊産婦】

～妊産婦歯科健診事業について～

7か月児健診対象児の保護者 11人に聞きました。

(H27年10月15日実施)

【妊産婦歯科健診を受診しましたか？】

- ・ 受診した：7人
- ・ まだ受診していないが、使用期限前までに受診したい：1人
- ・ 受診予定なし、受診券を紛失した：3人

※妊産婦歯科健診を受診した(したい)方に聞きました。

【妊産婦歯科健診を受診した(したい)理由】

- ・ 無料だから。
- ・ 気になるところがあったが、歯科医院受診を後回しにしていたため。
- ・ しばらく定期健診を受けていなかったから受けようと思った。
- ・ 同時期にかかりつけ医から定期健診の案内はがきが届いたため。
- ・ むし歯があったら出産前に治療したいと思ったため。

※妊産婦歯科健診を受診しなかった方に聞きました。

【妊産婦歯科健診を受診しなかった理由】

- ・ 歯のことで特に困ったことがなかったため。
- ・ 受診券が来る前から歯科医院で歯の治療を受けていたため。
- ・ 託児サービスがある市外の歯科医院を利用しているため。

【妊産婦歯科健診に対する感想】

- ・ この事業がなかったら歯科健診を受けなかったと思う（意見多数）
- ・ 何年も受診していなかったのに、妊産婦歯科健診事業は歯の定期健診のきっかけになった。
- ・ 産休に入るまでは忙しくて歯科医院に行きづらい。
- ・ つわりで歯みがきができない時期があったため、むし歯が心配だった。つわりが落ち着いてから受診できてよかった。

ぴよぴよ広場に参加した0歳児を持つ保護者 25人に聞きました

(H27年8月21日実施)

【歯や口で気になっていること】

～母自身のこと～

- ・忙しくて歯みがきに時間がかげられない。出産前よりおろそか。
- ・歯茎が痛んでいるように感じる。
- ・詰め物が取れて受診したいが、子どもを預けられる時でないとう診できない。

～子どものこと～

- ・歯が生えたが、母乳を飲んで寝ているのでむし歯が心配。
- ・仕上げ磨きをしっかりできるときとできない時がある。

【個人の取組み(歯や口にいいこと)】

- ・子どもを寝かしつけてから歯磨きをしている。
- ・半年おきに定期健診・歯石除去に受診している。
- ・毎食後歯磨きをしている。
- ・市で実施している妊産婦歯科健診を受け、むし歯が見つかり、出産前に完治させた。
妊娠中の注意点の指導を受けた。
- ・全然していない。

【歯科医院等への要望・思い】

- ・正しい磨き方を教えてほしい。
- ・子どものかかりつけ医をどこにしようか迷っている。
- ・子連れで行けたらいい。ファミリーサポートセンターを利用してまで行くことがない。
- ・カム噛むハッピーフェアはとても行きやすい。年2回あるといい。
- ・子どもの歯について気軽に相談できる場所が欲しい。
- ・とても丁寧で助かる。
- ・もう少し詳しく説明してほしい。

【行政への要望・思い】

- ・妊産婦歯科健診の受診券が届き、友人との会話で歯のことが話題になった。
- ・夫や家族が全く歯科健診を受けていないから心配。健診を受けるきっかけがあるといいけど…

【成人・高齢者】

地区健康相談(大出、村松浜、船戸、黒川北町) 参加者 62人に聞きました。

(H27年11月実施)

【歯や口で気になっていること】

- ・義歯が邪魔に感じる。食べ物がはさまる。違和感がある。硬い物が噛めない。
- ・義歯だと口が渴いて話しにくい。
- ・歯茎がやせて痛い。歯茎がブヨブヨ。
- ・義歯を作って10年。最近合わなくなってきた。
- ・入れ歯を支える歯がぐらついているけど、時間がなくて受診できない。
- ・むせやすく、薬を飲むときにタイミングが難しい。
- ・出血する。冷たいものがしみる。

【個人の取組み(歯や口にいいこと)】

- ・口の体操をしている。
- ・ブラシが小さい歯ブラシで奥まで磨くようにしている。
- ・歯間ブラシ・舌ブラシ・フッ素入り歯磨き粉を使っている。
- ・歯が悪いのでよく噛むようにしている。
- ・口臭予防で、食後にうがいしている。
- ・定期健診・義歯の定期的なメンテナンスを受けている。

【歯科医院への要望・感想】

- ・義歯のメンテナンスについて詳しく教えてほしい。
- ・舌磨きの方法を教えてほしい。
- ・年に1度出張健診してほしい。
- ・おっかなくて行きたくない。
- ・かかりつけ医は通いやすい。

【行政への要望】

- ・歯科衛生士に来てもらい、入れ歯の手入れや歯の磨き方を習いたい。

【その他】

- ・治療を始めると、1年近くもかかり通院が大変。
- ・歯医者は歯の調子が悪くないと行かないイメージ。痛いときはちゃんと受診するが・・・

第2次歯科保健計画検討会 参加者41人に聞きました。

(平成27年12月10日開催)

【自分や胎内市民がこうなったらいいなと思うこと】

- ・ 80歳まで、大きい口でワッハッハと笑いたい。自分の歯で食べたい。
- ・ 新8020（自分の歯がなくても 入れ歯やブリッジ、インプラントなどの歯科治療により、20本以上の「歯」で噛める状態にあること）を達成したい。
- ・ 周りの人にも歯にいい情報を広め、習慣化していくといいな。

【歯や口の健康のために個人や家庭で出来ること】

- ・ フッ素入り歯みがき剤を利用する。大人もフッ素塗布する。
- ・ 正しい磨き方で、こまめに歯みがきをする。お口の運動をする。
- ・ フロス、歯間ブラシ、舌用ブラシなどの補助用具を正しく使う。
- ・ かかりつけ医を見つけるための情報収集をする。半年毎に定期健診に行く。
- ・ 食べ物をよく噛む習慣をつくる。歯につきやすいお菓子よりつきにくいお菓子を選ぶ。お茶か水を飲んで、歯に食べ物が付着しないようにする。
- ・ 就寝2時間前には食事・間食しない。
- ・ 健口について家族で話したり、歯磨きの声掛けをする。

【歯や口の健康のために歯科医師会等の関係団体出来ること】

- ・ 口の中の汚れの検査をしてほしい。
- ・ 自分に合った歯の手入れ方法や補助具について教えてほしい。

【歯や口の健康のために地域ボランティア出来ること】

- ・ 地域ボランティアが、箸の共有でむし歯が移ることを劇で子どもに伝える。
- ・ 地域の「茶の間」や「サロン」などで“新8020”や歯の大切さを伝えたい。
- ・ 歯医者さんは怖いというイメージがあるが、今は違うということをPRする。
- ・ ほっとHOTまつりなどで歯の話を大勢の人に聞いてもらう。
- ・ 地域の見回り隊が訪問時に歯や口の具合を聞いたり、お口の健康を伝える。

【歯や口の健康のために行政出来ること】

- ・ 虹色カフェ、地域の「茶の間」「サロン」など人が集まる機会に歯の話をする。
- ・ 新8020のパンフレットを作成し、PR。
- ・ 歯に自信がない人も参加できる歯の集会の開催。

【要介護者・障がい者等】

ケア向上研修会 参加者(市内福祉関係者)39人に聞きました。

(平成27年11月18日実施)

【要介護者の歯や口で感じていること】

- ・歯ぐきがやせていて義歯の人が多い。
- ・施設を利用している人は、介助をしてもらって清掃は出来ているようになったが、歯石があったり、色素沈着があったり専門的なケアは不足していると思う。
- ・義歯が合わずに、義歯を外して歯茎で噛んで食べ、それに慣れてしまっている。家族が「もう新しい義歯は作らなくてもいい」とあきらめている場合もある。
- ・義歯が壊れていても「使えるので…」とそのまま使っている。
- ・デイサービスに通うようになりごはんを食べるようになった。
- ・デイサービスやショートステイを利用していない方は利用している方に比べて汚れている方が多いように感じる。
- ・何度も通院するとなると家族の負担が大きい。
- ・入れ歯合わずに栄養とれない人→連携してほしい。歯→栄→薬
- ・相談に対応する立場として口腔内のことにまで意識が向きにくいので注意して関わりたい。

【個人の取組み(歯や口にいいこと)】

- ・往診診療を利用している。定期的に歯科受診している。
- ・家族が直接かかりつけ医に電話をしてみてもらえるとよい。

【歯科医院への要望】

- ・往診してもらえることがわかっていない人が多い。PRしてほしい。
- ・在宅治療でどこまでできるか分かるといい。費用の負担が今一つ分からない。
- ・義歯が合わないなど、困ったときにすぐに来てもらえるといい。

【行政への要望】

- ・在宅の人への手入れの仕方について学ぶ機会があるといい。
- ・在宅要介護者等歯科保健事業の手続きがもっと簡単だと利用しやすい。
- ・要支援の方等は制度が使えない。いろいろな人が使えるといい。
- ・入れ歯を治してほしいと歯科医院へ電話したら、市を通すように言われた。“治療”でも市を通すのか？制度を統一してほしい。

指定障害福祉サービス事業所 虹の家 生活支援員 2人に聞きました。

(平成27年11月18日実施)

【要介護者の歯や口で感じていること】

① 障がい者への歯科保健指導について

- ・利用者の方は、能力や個性などが多様であるが、全員給食後に歯磨きをしている。その際、手を添えて実際に指導する方が、理解が深まる。
- ・歯ブラシ交換は職員の声かけですることがある。障害の程度によっては新しい歯ブラシをすぐに噛んでしまう利用者もいる。

② 受診について

- ・利用者の方本人からむし歯や入歯の困りごとの訴えがあれば、家族に連絡し受診を勧めている。グループホームでは職員が歯科医院を予約し、受診に繋げている。利用者の方で、自力で歯科医院に行けない人は、職員がつれていくこともある。
- ・保護者が積極的に歯科医院に連れて行ってってくれる方もいる。2か月ごと～半年ごとに定期健診で行っている人もいる。
- ・歯の治療は大切だということをよく支援して、利用者に理解してもらっている。そして通院後は「治ってよかったですね」と次につながるような支援をしている。

③ 家庭でのセルフケア

- ・利用者の方の家族がブラッシングに力を入れていると、利用者も方も舌ブラシや補助具を使用して虫歯がない人が多い。家族に意識の高い人がいると影響する。
- ・家庭での歯磨きについても、自治会活動を通して、実演して声かけをしている。

④ お菓子・ジュース等

- ・施設内では、お菓子は頂き物がある時に出す程度。飲み物はお茶を施設で用意し、コーヒーや紅茶については各自で持参して飲んでいる。お菓子やジュースが好きな人もいる。糖尿病等の病気がある人は砂糖の制限が必要な場合もあるので、個別に支援している。

⑤ 食事の食べ方

- ・「生きものの命をいただいているので、いただきますと言って、感謝してよく噛んで食べましょう」と支援している。
- ・茶碗を持つなど食事のマナーの声かけをすることが大事である。

【施設の取組み(歯や口にいれごと)】

- ・ 歯科医師養成目的で日本歯科大学の学生の方がボランティアで無料歯科健診を年に1回実施してくれる。ブラッシングについて指導あり。「磨き方は年々上手になってきた」と言われている。
- ・ 昼食後に歯みがきを実施。職員も一緒に歯みがきしているので、必要時個別指導をしている。
- ・ 入歯の手入れは入れ歯洗浄剤を使用している。
- ・ 生活訓練の人は時間を設けてブラッシング指導をしている。(年に複数回実施)
- ・ 朝礼時に、自治会活動の中で衛生委員会を中心に啓発している。
- ・ 職員向けの研修としてブラッシング指導を学び、個別指導に活かしている。

【行政への要望】

- ・ 一人で受診できない人のために歯科医院への同行受診を無料でしてほしい。
- ・ 何人かまとめて歯医者に連れて行ってくれるバスがあるといい。のれんす号のようなもので歯科医院への送迎をしてくれる交通手段があると助かる。
- ・ 利用者は人が来ると喜ぶので、ピカもぐ劇団は喜ぶかも。歯磨きの時間にボランティアが来て、声かけするのも効果があると思う。