

東京都 学校歯科医会 会誌

第80号
平成29年3月



大森 海苔のふるさと館

【グラビア】平成28年度 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール	1
【巻頭言】「お力添えを」	5
第51回東京都学校歯科保健研究大会 特別講演 「オリンピック・パラリンピックの価値」	6
公益財団法人東京都福祉保健財団 理事長 公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会 元チーフ・コンプライアンス・オフィサー 総務局長 雑賀 真	6
平成28年度学校保健（学校歯科医）研修会 「こどもの健康に歯・口が重要 - 臨床データ・基礎データに基づく -」	14
日本大学 名誉教授 前田 隆秀	14
平成28年度ブロック別学校歯科医研修会 「歯と口の外傷 - 治療と管理の勘所」	16
東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科 口腔機能再構築学 小児歯科学分野 准教授 宮新美智世	16
研究発表 平成27・28年度生きる力をはぐくむ歯・口の健康づくり推進事業 「食べる力は生きる力」	28
食べる機能や食べ方の発達を通じての実践的な歯・口の健康づくり	28
東京都立永福学園	28
■ 平成28年度全日本学校歯科保健優良校表彰受賞校	33
■ 平成28年度東京都学校歯科保健功労者表彰者	34
■ 平成28年度30年勤続表彰者	35
■ 平成28年度受賞者	36
■ 平成28年度「歯の作文」優秀入賞者	37
■ 平成28年度「歯の作文」優秀作品	38
■ 平成28年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」入賞者	53
■ 平成27年度収支計算書	57
■ 平成28年度収支予算書	60
■ 平成28年度東京都学校歯科医会役員・各種委員会委員	63
■ 平成28年度地区参事・代議員・学術委員	64
■ 編集後記	65

博物館めぐり ②

大森 海苔のふるさと館 ——— 所在地：大田区平和の森公園2番



大森は江戸中期以後の「浅草海苔の発祥地」。それから昭和に至るまで海苔生産は続けられてきたが、1962（昭和37）年に東京湾の埋め立てが決まって海苔漁業は幕を閉じた。そして1963（昭和38）年、東京湾の埋め立てが始まる。

1982（昭和57）年「平和の森公園」が開園、2008（平成20）年「大森海苔のふるさと館」が開館。

館内には、海上での「簀（ひび）」を使った養殖技術と、採取した海苔を「乾海苔（ほしのり）」にするまでの製造加工技術を、それらの道具を展示しながら分かりやすく解説している。

ほかに「海苔簀（のりす）づくり」や「海苔つけ」等の体験学習、その他の学習施設も用意されている。

表紙写真＝昭和30年代製造で、現存する最後の海苔船「伊藤丸（国重文）」（右）と海苔採り舟「べかぶね」（左）

左上写真＝養殖から乾海苔製造までに使用する道具を、系統的に展示した館内

資料提供：「大森 海苔のふるさと館」所蔵の展示物 写真と文 関根 正行

平成28年度

歯・口の健康に関する 図画・ポスターコンクール

平成28年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」の東京都学校歯科医会による審査委員会が平成28年9月21日（水）に開催されました。このコンクールは、日本学校歯科医会が次の世代を担う子供たちの作品を対象として、口腔保健に関する理解と認識を高めることを目的に実施しているものです。そして、東京都学校歯科医会が中心となり、東京都教育委員会とも共催し東京都内の作品を集めたコンクールを実施しています。

審査会場には応募総数13,049作品の中から、地区学校歯科医会で選ばれた優秀作品として、保育所・こども園・幼稚園の部10作品、小学校低学年の部48作品、小学校高学年の部49作品、中学校の部31作品、高等学校の部1作品、特別支援学校の部3作品、合計142作品が集められました。会場の壁いっぱいには貼られた作品はどれも力作ばかりで、子供たちの熱い気持ちが伝わってくるようでした。

審査会は、一次審査さらに二次審査を行い、その結果各部門の1位から3位までの作品が選ばれました。画面いっぱいに大きな口が描かれた子供らしいのびのびとした作品や健康な生活をテーマに8020運動を取り上げた作品など、どれも甲乙つけがたい作品が多く、選ぶのに大変苦勞しました。特に学年が上がるにつれ、本コンクールの趣旨である歯科保健に関する理解と認識の高まりが作品に反映されており、幼児、児童、生徒の歯科衛生に対する意識の高さを実感しました。

一次審査、二次審査の間に、審査員長の国立大学法人東京学芸大学名誉教授増田金吾氏により、歯科保健を意識したアイデア、ポスターとしての伝達力、絵画としての美しさ等の視点を意識して評価をすると良いというお話をいただきました。

今回、各部門1位に選ばれた作品は日本学校歯科医会のコンクールに推薦されました。本年度のコンクールにはたくさんの幼児・児童・生徒の皆さんに参加していただきました。これからも、歯や口の健康づくりに興味をもって様々な取組にチャレンジしてください。そして、生涯にわたって健康な生活を送ることができるよう願っています。

平成28年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」審査員

〔審査員長〕

増田 金吾 国立大学法人東京学芸大学名誉教授

〔審査員〕

粉川 貴司 東京都教育庁地域教育支援部長
三ッ木 浩 東京都教育庁地域教育支援部歯科保健担当課長
尾本 光祥 東京都教育庁都立学校教育部学校健康推進課長
田村砂弥香 東京都教育庁指導部指導企画課統括指導主事
高橋 哲夫 公益社団法人東京都歯科医師会会長

〔一般社団法人東京都学校歯科医会〕

川本 強 会長
小嶋 憲 副会長（学術担当）
末高 英世 副会長（事業担当）
鈴木 博 専務理事
渡邊 実 理事（総務担当）
箭本 治 理事（総務担当）
奥野 圭子 理事（広報担当）
長沼 善美 理事（会計担当）
酒井 克典 理事（事業部チーフ）
高橋 文夫 理事（表彰担当）
中村 卓志 理事（大会担当）
澤田 章司 理事（学術担当）

（順不同・18名）

1 位入賞作品

画評：国立大学法人東京学芸大学名誉教授 増 田 金 吾

保育所・こども園・幼稚園の部



私立聖母の騎士幼稚園(年長6歳) 塩谷 蒼葉さん

綺麗な白い歯が、まず目につきました。次に真剣な目です。口をしっかりと開け、歯ブラシで一生懸命磨いています。口の中は、爽やかな歯磨き粉で気持ち良さそうですね。絵を通して、私のように「磨いて!」とみんなに言っているようです。

小学校低学年の部



中央区立明正小学校(3年) 武藤 陽威さん

歯ブラシをしっかりと持ってうまく磨いているところを強調し、「はのきれいな子」は金メダルがもらえるよ、と歯磨きの大切さをうったえたアイデアが生きています。全体の配色もいいですね。画面の切り方が斬新でインパクトがあります。

小学校高学年の部



江戸川区立第二葛西小学校(6年) 砂澤あゆみさん

静かな中にも訴える力の大きなポスターです。標語「みんなで目指せ8020!」を仲の良いおじいさんとお孫さんの、目が言っているようです。もちろん白い歯も合わせて主張しています。配色の仕方がうまいので、標語と二人が目立ちます。

中学校の部



大田区立馬込中学校(3年) 小野鈴太郎さん

歯が強調され、インパクトのある作品です。また、端的な標語「歯は命の源」は、描かれたモノにぴったりです。歯科保健を意識したアイデアが生きており、ポスターとしての伝達力に優れ、形態や色彩的にも良さが美しさがあります。

特別支援学校の部



東京都立南大沢学園(高等部1年) 米橋ひなたさん

白い歯の、優しくしっかりした感じの人物がまず目につきました。健康な歯で、ここに描かれたようなものを食べていけば、元気でいられます。標語の色は、青に統一されて見やすくなっていますね。全体的にソフトで安心感のある作品です。

特別支援学校の部



東京都立小平特別支援学校(小学部5年) 一戸 彩音さん

人物の形と色が柔らかく、温かい感じの作品です。しっかりと口を開けて、歯を磨いてもらっているところがよく描けていますね。標語「むしばいなるうう」は、大事な「ていきけんしん」の部分で黄色く強調しています。

2位入賞作品

保育所・こども園・幼稚園の部



港区認可保育園にじのいるか保育園芝浦(5歳)
笹本 一花さん

保育所・こども園・幼稚園の部



北区立東田端保育園(年長5歳)
黒石 遥香さん

小学校低学年の部



世田谷区立等々力小学校(3年)
林 夏央さん

小学校低学年の部



三鷹市立東台小学校(2年)
中川 雅華さん

小学校高学年の部



大田区立西六郷小学校(5年)
伊藤 颯希さん

小学校高学年の部



世田谷区立二子玉川小学校(6年)
土井 初華さん

中学校の部



品川区立荏原第六中学校(9年)
茨木 未望さん

中学校の部



豊島区立西池袋中学校(3年)
奥長あかりさん

3位入賞作品

保育所・こども園・幼稚園の部



中央区立堀留町保育園(5歳)

七山 十環さん

保育所・こども園・幼稚園の部



荒川区立汐入こども園(5歳)

関守 千紗さん

保育所・こども園・幼稚園の部



おさひめ幼稚園(年長6歳)

瀧 大翔さん

小学校低学年の部



品川区立城南第二小学校(2年)

ウォン心楽アリエルさん

小学校低学年の部



板橋区立大谷口小学校(2年)

神庭 彩花さん

小学校低学年の部



葛飾区立二上小学校(3年)

田中栄理菜さん

小学校高学年の部



中央区立泰明小学校(5年)

柏崎美咲妃さん

小学校高学年の部



江東区立第四大島小学校(6年)

矢花 嶺奈さん

小学校高学年の部



東村山市立化成小学校(6年)

内堀 友結さん

中学校の部



港区立青山中学校(1年)

中野ひなたさん

中学校の部



世田谷区立玉川中学校(2年)

田中 萌子さん

中学校の部



荒川区立尾久八幡中学校(2年)

庭野 紡さん

「お力添えを」



一般社団法人 東京都学校歯科医会

会 長 川本 強

常日頃より東京都学校歯科医会にご厚情を賜りまして、心より御礼申し上げます。私達は、学術部門、事業部門、その他の部門におきましても着実に成果を挙げてきたと思っております。すでに皆様のお手元にお届けした刊行物もございますが、これからの学校歯科保健にお役立て頂くべく小冊子を作成中でもあります。

学術部門におきましては、昨年9月に日本学校歯科医会会誌120号に「私立学校での歯科保健活動に関する実態調査」を紙上発表させて頂きました。また昨年10月には「学校歯科医が知っておくべき放射線の知識～原発事故から5年、子供たちに笑顔を！～」というタイトルで小冊子を発行させて頂きました。他府県から参考にさせて頂きたいとのお言葉に学術担当は作成時の疲れが癒されたと思っております。近々印刷に入りますが「乳幼児から考える学校歯科保健活動～0歳から20歳になるまで継続的な口腔保健支援を目指して～」という主題および副題の小冊子を発行させて頂きます。島しょ地区の学校歯科保健活動の支援も定着して参りました。是非とも継続事業にさせて頂きたいとお声を頂いております。

昨年は第80回全国学校歯科保健研究大会が東京都学校歯科医会の主催により開催されましたが、これには多くの会員の先生方をはじめ学校歯科保健関係者の皆様方に筆舌し難いご尽力を賜りました。ご参加の皆様から大好評を頂きました。ここに改めまして御礼申し上げます。

「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」におきましては、今年度も優秀作品を新宿西口プロムナードおよび市ヶ谷駅プロムナードにて展示させて頂きました。名称変更となりました地区協議会は益々内容も充実してきて、各地区で開催させて頂いております。

この会誌をはじめとしまして多くの発行物がございますが、すべての紙面が明るくなっておりますことお分かりになりましたでしょうか。広報担当の努力の賜物であります。

現在の東京都学校医会執行部は6月をもちまして任期満了となります。現執行部に対しましての皆様のお支えに衷心よりお礼申し上げます。そして次期執行部に対しましても倍旧のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

オリンピック・パラリンピックの 価値

公益財団法人東京都福祉保健財団 理事長

公益財団法人東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会

元チーフ・コンプライアンス・オフィサー 総務局長

雑 賀 真

皆さん、こんにちは。今、ご紹介いただきました雑賀と申します。私は去年の3月まで、東京オリンピック・パラリンピック競技大会の組織委員会にいました。組織委員会というところは、3年ぐらい前に大会の準備のためにつくられたところです。その前には20年の招致の仕事をしており、さらにその前は16年の招致の仕事をしていましたので、ここ10年間ぐらい、ずっとオリンピック・パラリンピックの仕事をしております。今日は川本会長はじめ東京都学校歯科医会のほうから、こういう貴重な機会をいただきまして、あらためて御礼申し上げたいと思います。

今日は、東京オリンピック・パラリンピックが、われわれに、日本に、あるいは東京にどういった意味をもたらすのかということを中心にお話しさせていただきたいと思います（図1）。

まず、オリンピックは今、実は危機にあるということを申し上げたい。それからオリンピズム、

オリンピックの精神。何のためにオリンピックをやるのかというのが2番目の話です。3番目に、オリンピック・パラリンピックの日本、あるいは東京における効果がどういうことなのか。それに伴う課題は何なのかということです。そして、最後に参加ということを申し上げたいと思います。ボランティア、文化プログラム、大学連携というようなことです。こうしたことを中心にお話をさせていただきたいと思います。

これ（図2）が3年半ぐらい前、アルゼンチンのブエノスアイレスでのスライドです。これがジャック・ロゲという、ベルギーのその当時のIOC、国際オリンピック委員会の会長です。これをひっくり返すと「TOKYO」というような文字が出て、非常に沸き返ったわけです。これがそのときの代表団、100人いるんですけども、私も後ろのほうに事務局としておりました。その4年前、2009年ですけども、このときは東京がリオに

1. オリンピックの危機とアジェンダ2020
2. オリンピズムとは
3. オリンピック・パラリンピックの効果
4. オリンピック・パラリンピックの課題
5. オリンピックにおけるボランティア
6. 文化プログラム
7. 大学連携

図1



図2

負けたときです。そのとき私は東京都庁の5階の大会議場で、大勢の人が結果を見守っていたときの事務局の責任者みたいなことをやっています、負けた瞬間は非常にがっくりしたことをよく覚えています。

20年の招致の時の現地では、正直言って、勝つか負けるかよく分からなかったです。このときは東京と、スペインのマドリードとトルコのイスタンブール、この3つが争ってたわけです。どこかの都市が過半数を取るまで投票が行われ、一番得票数が少ない都市から落ちていきます。われわれは1回目で過半数を得ないと危ないと思っていました。仮に1回目の投票でイスタンブールが落ちると、東京とマドリードの争いになる。マドリードとの一騎打ちになると負けるかもしれないということで、1回目に勝たなければいけないと思ってました。直前まで票読みしてたんですが、なかなか過半数の票の読みができないというような状況でした。1回目の投票で東京は1位でしたが、過半数には届かなかった。2位はマドリードとイスタンブールが同点でした。その決選投票でイスタンブールが勝ったんです。それで2回目の投票は東京とイスタンブールの争いになったんですが、相手がマドリードではなく、イスタンブールになったことでこれは勝てると思いました。

そのときの歓喜の瞬間から3年半たちました。オリンピックを勝ち取ったときには、あともう7年しかない、いや、まだ7年あるんだと思いますが、もう半分たっちゃったんですね。

今、オリンピックは危機にあるということが言われています。1つは大会開催にお金がかかりすぎることです。東京大会では、1兆6,000億から1兆8,000億かかると言われています。過去の大会で見ますと、ソチは5兆2,000億かかったと言われています。北京は4兆2,000億。ロンドンでも2兆円ちょっとかかった言われています。ところが、リオは安く、1兆300億ぐらいでできたと言われています。

また、特に冬の大会が問題となることが多いんですが、非常に環境が破壊されてしまう。そして

終了後の施設は有効に使われないことが多いと批判されています。ホワイトエレファントと言われています。例えば2004年のアテネ大会です。アテネ大会の会場というのは、今はほとんど使われてないところが多いです。アテネ大会の会場は2つの大きなブロックに分かれてまして、メイン会場の部分と海の近くの会場の部分がありました。私は2006年ぐらいですか、アテネに視察に行きましたけども、そのときもう既に海の近くのクラスターと言うんですけども、いろんな施設が集まったところには、すごく草が生えてて、案内してくれた人もなかなかそれは売ることができない、開発することができないだろうと言っていました。

ギリシャが経済危機に陥ったということは、皆さんご承知かと思いますけども、オリンピックが1つの引き金になったとも言われております。施設というのは建設よりもその後の運営が大変です。大会終了後、どうやって施設を有効に使っていくかというのは大きな課題です。

このように大きな経費がかかるということで、2022年の冬季大会、東京の2年後の冬季大会ですけども、これには当初ストックホルムとかクラクフ、リヴィウ、オスロとかが立候補していましたが、途中から撤退をして結局、中国の北京、カザフスタンのアルマトイ、この2都市しか手を挙げる都市がなくなりました。2都市の争いの中で北京に決まりました。

もう1年後ですけども、2018年には韓国の平昌で冬季のオリンピック・パラリンピックがあります。2020年、東京、2022年は北京ということで、3つの大会が東アジアのすぐ近くのところで開催されるという、異例な状況が生じてます。

オリンピック・パラリンピックの開催地は大会開催の7年前に決まりますので、今年、2017年、この秋に2024年の大会開催地が決まります。これも最初は、ボストンとかローマとかハンプルクとかが立候補していましたが、撤退しました。経済的な問題、あるいは住民投票とかで、大会をやるということについての市民の合意が得られなかったということで撤退して、現在、パリ、ロサンゼ

ルス、ブダペスト、この3都市の争いになっています（注：その後2月22日にブダペストが撤退を表明し、2都市の争いになった）。

ということで、こういうふうな有名な都市がオリンピックに手を挙げながら、結局途中でやめたしまったということに、IOCは、このままだったらオリンピック・パラリンピックが続けられるのかということで、非常に危機感を持っているわけです。それで、アジェンダ2020という改革を、トーマス・バッハ会長主導のもとに今、行っております。2020というのは、20と20を足して改革の項目が40あるという意味です。

主なものをここ（図3）に挙げておりますけども、例えば招致のプロセスです。今までは招致の時には1次選考、2次選考と2回の選考をやりました。東京が負けたときも勝ったときも、東京は1次選考を通過していた。2016年の招致の時は1次選考で4都市が残り、2次選考で、まず一番初めに落ちたのがシカゴ、次に東京が落ちて、最後マドリードとリオの争いになって、リオが勝ったということでした。2020年のときも、1次選考で、東京とマドリードとイスタンブールが残り、2次選考をやったというような形でしたが、今度からはそういうことをやめて、1回だけの選考ということになりました。

また、招致経費を削減しようということもあります。これまでは5回くらいIOC委員にプレゼンテーションをする機会があったのですが、そうすると非常に時間もかかるし、お金もかかるとい

うことで、プレゼンテーションの機会を減らしました。

もう1つは運営経費を削減しようということです。できるだけ既存の施設を使おうというふうになっています。それから、例えば海のない国がありますよね。内陸しかない国。そこではボートはできますが、ヨットとかはできない。あるいはサーフィンもできないということになるので、そういった場合については、1つの国だけではなくて、幾つかの国が連携してやって構わないということになりました。

東京もこのバッハ会長の改革を受けまして、既存の施設を活用するように計画を変更しました。例えば、夢の島にバスケットボールの会場を新設でつくる予定でしたが、埼玉のスーパーアリーナがあるじゃないかと。あそこではバスケットボールの国際大会も行われたりしています。ですから、埼玉のスーパーアリーナを使おう。ヨットについても、若洲に新たなヨットのマリーナをつくらうということだったんですけども、そうじゃなくて、江の島にマリーナがあるから江の島を使おう。そういう形で東京大会も会場を変えました。

これ（図4）がかつての立候補ファイルと言いますが、東京がIOCに出したときのオリンピックの会場です。選手村があります。選手村から半径8キロのところに85%ぐらいの施設を集めるという話だったんです。これは若洲のヨットの会場ですね。これはやめました。ここら辺につくる予定だったバスケットボールの会場もやめたりということで、この計画自体は相当、今、変わっています。埼玉であったり、千葉であったり、神奈川であったり、静岡であったりと。静岡は修善寺にある自転車のベロドロームという既にあるところを改修して使うということになっています。そういったことで、相当中身が変わっています。

ところで、オリンピック・パラリンピックとサッカー、あるいはラグビーのワールドカップとの大きな違いというのは、選手村があるかどうかということがあります。オリンピック・パラリンピックは、選手村でいろんな競技の人、いろんな

アジェンダ2020の改革

- ・トーマス・バッハ会長主導のオリンピック改革
- ・40項目の改革内容
 - 招致プロセスの変更
 - 招致経費の削減
 - 実施競技の追加
 - 男女平等の促進
 - 運営経費の削減
 - IOC委員の定年延長

図3



図4

国の人が一緒に生活して、その中で選手同士の交流を深めていくというのが狙いです。ですから、選手村からなるべく短い距離のところにたくさんの競技会場があるというのは、その考え方に合った話なんです。他方そうすると、新しい会場づくりが必要になり、それだけお金がかかります。経費の問題とオリンピックの理念というところのバランスの中で、実際の会場が決まっていくようになります。

ちょっと戻りますけれども、リオ大会はどうだったのか。リオ大会はさっき言いましたが、これまでの大会よりかなり安くできてるんです。1兆ちょっと。リオ大会というのはこれまでにないオリンピックでした。南米で初めての大会です。新興国での開催ということで、非常に注目されてましたけども、また非常に安くできた。それから、ブラジルでは大統領の弾劾とかあって、結局このときは大統領が開会式とかも出られなかったわけですね。そういった政治的な混乱があったり、非常に治安が悪いというふうにも言われていましたが、結局、ほとんど大きな問題なく実施されました。

ですからIOCあるいはメディアの評価としては、やはりリオ大会も大成功であったということです。経費面では1兆ちょっとのお金でもやれば

できるということです。ただ、行ってきた人に聞くと、町中での大会ムードというのはほとんどなかったらしいです。大体オリンピックのときというのは、空港に着くといろんな旗があったり、町中でも飾り付けがたくさんあったりとかして、それで何となくムードが沸き立つということなんですけども、そういうのがほとんどなかったようです。

それから、建物が、日本の目からすると非常に簡素なつくりだったと聞きました。たとえば、さっきちょっと申しましたように、選手村は非常に重要なんですけども、とにかく住みにくかったということで、選手村じゃなくて、ホテルへ泊まったりした選手が多かったというように聞いています。日本選手はまじめですから、みんな選手村へ泊まったと聞いてますが、外国の人はかなりの人が選手村ではないところへ泊まったというようなことがあったようです。また、選手村の中もほとんど飾り付けというのはなかったようです。

それでも成功したというのがリオの大会だったという評価なので、あれでいいんじゃないかという声も挙がってます。そんなに派手なオリンピック・パラリンピックにしないでいいんだと。アスリートがいい会場でやる、見る人も安全に見られるとそれでいいんじゃないかっていう考え方が

1つはあります。

ここ（図5）で、そもそも何のためにオリンピックをやるのかということを考えたいと思います。オリンピックの理念のことをオリंपイズムと言いますが、オリンピック憲章を見ますと、オリंपイズムというのは、スポーツを文化、教養と融合させて、生き方の創造を探究するとあります。今日は学校歯科の関係の方の集まりでございますが、まさにスポーツを文化、教育と融合させるんだというのがオリンピックの目的だということです。また、人類の尊厳の保持に重きを置く平和な社会をつくるということを、オリンピックを通じてやるんだということをオリンピック憲章で明確にしています。オリンピックの理念はこのようにイベントというよりは運動的なものです。

それではそうした理念の下に行われるイベントであるオリンピック・パラリンピック大会の効果は何なのかということを少し考えてみたいと思います（図6）。幾つもあるかと思っていますが、まず国民の一体感の醸成、それからスポーツが振興される。また、いろんな技術が進展します。今、いろんなITやロボットの展示会へ行ったりとかすると、2020年を目標としているとよく聞きます。例えば、翻訳の機械なんかもそうですね。2020年に外国人がたくさん日本に来たときに、機械を通じて日本語でしゃべったことがそのまま外国の言葉になる。それも英語とか中国語とかスペイン語だけではなくて、少数言語にも翻訳されているというような機械が今、どんどんどん

どん進歩しています。2020年が1つのメルクマールとなるというのが技術の進展としてあると思います。

それから、特にパラリンピックに関連しますが、ユニバーサル・デザインが進む。特に障害を持った方だとか、お年寄りの方だとか、そういった方が住みやすい、動きやすい、生活しやすいデザインというものを、バリアフリーを含めてもう少し広い意味で考えていこうということです。あるいはボランティア文化の定着、それから経済波及効果、10兆円だというような話もあります。さらに、日本文化を海外へ発信するということもあります。

私はこのようにたくさんの効果が期待される中で、将来への記憶というのが非常に大切ではないかと思っています。

私は和歌山県の生まれで、前回の昭和39年の東京大会のときは小学校3年生でした。小さな分校で、16人ぐらいの児童でした。先生がコンゴだったと思いますが、選手に応援の手紙を書こうということ呼びかけて、その国からは確か3人ぐらいしか選手が来てなかったんです。そのコンゴの選手に、分校の子供たちは手紙を書きました。そうするとその返事が来まして、とても感激しました。世界を身近に感じられた気がしました。東京大会にそういう形で参加できたというのが、和歌山県の片田舎の分校の小学校3年生のその時の感動で、いまだに鮮明に覚えています。

そういったオリンピック、あるいはパラリン

オリंपイズムとは何か

オリंपイズムはスポーツを文化、教育と融合させ、生き方の創造を探究するもの

オリंपイズムの目的は、人間の尊厳の保持に重きを置く平和な社会を奨励することをめざし、スポーツを人類の調和のとれた発展に役立てること

（オリンピック憲章より）

図5

オリンピック・パラリンピックの効果

- 1.国民の一体感の醸成
- 2.スポーツの振興
- 3.技術の進展
猛暑対策、会場内案内、映像、IT技術、ロボット
- 4.ユニバーサルデザインの普及
- 5.ボランティアの促進
- 6.経済波及効果
- 7.日本文化の発信
- 8.将来への記憶

図6

ピックが身近にどういうふうに感じられるか。そして特に若い人や子供たちが何を感じられるか。そうした体験の記憶がわれわれの将来への財産になるんじゃないかと思います。年配の人に聞くと、マラソンでアベベを見たとか、あるいは人によっては選手村でボーイのアルバイトをやったとか、いろんな記憶があります。それから、参加すると何か記念品が大体出ますよね。何か手伝ったとき、ボランティアをやったときの、その記念品を大事に持っている人というのは結構いらっしゃるんですよ。

今度は昭和39年よりもっともっと規模が大きくなっていますから、後で申し上げますけども、参加する機会というのはもっともっと多くなっているんです。それは東京だけじゃなくて、たとえば選手が事前のキャンプに来たときに、キャンプ地の方がそこに来た選手たちと触れ合ったりとか、ボランティアでキャンプのお手伝いしたりとか、そういった参加の機会がたくさんできる。それを、2020年のときはこういう時代だった、自分はこういうことをやっていたんだと、そういった記憶を共有できるというのが、1つの大きな意味なんだろうと思っています。

他方で、大会開催にあたっての課題も幾つかあります（図7）。1つは経費をどうするのか。それからさっき申し上げた会場の問題、交通事情。ただ、こちら辺はこの先解決できると思っています。気をつけなければいけないのは、1つはテロ、あるいはサイバーテロ、こういったものの危

機をどうやって防ぐか。これが1つの大きな課題だろうと思います。やはりまずは安全ということが最優先です。

2つ目は暑さ対策です。結構アウトドアのスポーツが多いんです。例えばマラソン、自転車のロードレース、競歩。そういったものを夏に屋外でやるわけですよ。7月24日から8月9日までオリンピックがあるわけですけども、猛暑の東京でどうやって、やる人も見る人も楽しくできるのかということが、非常に大きな問題であると思います。あるいは、大型の台風です。もちろん自然災害の心配はいろいろありますけども、猛暑と台風というのは、われわれは毎年のように経験していることなので、これにどう対処するかということとは大きな課題であろうかと思っています。

また、スポンサーとの距離というのはなかなか難しい問題です。例えば今いただいているのがボルヴィックですが、これは、オリンピックの会場やIOCのいろいろな会議の中では絶対出てこない。清涼飲料にはコカ・コーラがスポンサーの権利を持っているからです。ですから、「いろはす」しか出ません。それからビール、これはアサヒビールということになっていますので、乾杯はアサヒビールということになり、キリンビールというのは出ないです。サッポロもエビスもサントリーも出ない。ビールはアサヒしか出ません。

それから、時計はオメガ、車はトヨタ、映像機器はパナソニックということで、そういったスポンサーが非常に大きな力を持っています。これはなぜかという、オリンピックのお金の出どころというのは大きく分けて3つあります。1つは放映権です。世界中のテレビが放映しますので、その放映権のお金が入ってきます。もう1つはチケット収入です。しかし、チケットの値段と観客の数には限りがあります。そんなにチケットを高くするわけにいかないし、会場のキャパというのは限りがあるので、大体収入額は決まってくるわけです。あとはスポンサー収入です。これはどんどんスポンサーが増えれば、その分収入が上がってきますから、スポンサー収入で、かなりの分オ

オリンピック・パラリンピックの課題	
1.経費の負担	
2.開催後の会場の利用	
3.交通渋滞	
4.テロ、サイバーテロの危険	
5.暑さ対策、台風への備え	
6.スポンサーとの距離	

図7

リンピックの運営費は賄っているわけです。そういう意味で非常にスポンサーの力は強くなるわけです。

そうすると、盛り上げるために例えばいろんなイベントをやる時には経費がかかるので、企業がそこに協賛しようとしても、スポンサー以外のところは参加できなくなります。そうするとイベントが限定されることがおきたりします。

さて次に、私たちの記憶に今回のオリンピック・パラリンピックをどうすれば残していけるかということを考えたいと思いますが、私は参加の仕組みをたくさんつくることが大事だと思っています。そのための中身を3つだけご紹介します。1つはボランティアです（図8）。大会のボランティア8万人、案内のボランティア、駅とか空港とかにいるボランティアですけども1万人、それから全国のボランティアというのを考えています。ボランティアの募集は、基本的には2

年前、18年から始まりますけども、一部17年から始まるというふうに聞いていますので、今年からボランティアの募集が一部始まります。

それから文化プログラムというのがあるんです（図9）。これは少し聞きなれない言葉かもしれませんが。近代オリンピックを始めたのはクーベルタンですが、彼は、オリンピックというのはスポーツとアートの結婚だと言っています。オリンピック大会自体は2週間、パラリンピック大会も10日間ぐらいですけども、文化プログラムは4年間開くことができるということになっています。ロンドン大会が大成功した1つの要因というのは、文化プログラムだったと言われています。ロンドン大会の文化プログラムには実に4,300万人が参加しているんですね。ロンドン大会の中で有名なのがアンリミテッド、これは障害者の方の創作アートです。それからシェークスピアフェスティバル、これが非常に有名なものです。そのほかにもいろいろ魅力的なプログラムがありました。

参加できるものをもう1つ挙げると、大学との連携というのを今やっています（図10）。全国で1,100ちょっと大学と短大がありますが、そのうちの792の大学と今、連携協定を結んでいます。何をやっているかというと、大学でまず学生に向けてオリンピック・パラリンピックの教育を行う。先ほど述べた理念や歴史などです。そしてそれを大学や学生のアイディアで具体化するものを実践していくことです。たとえばこれは国連の

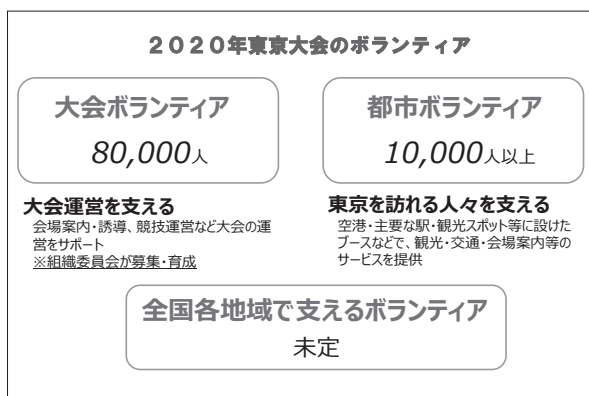


図8

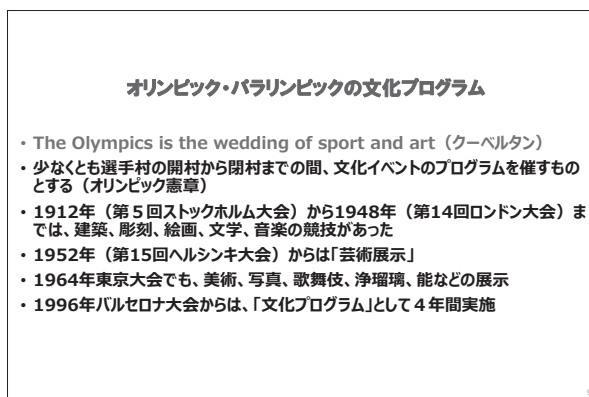


図9



図10

ユースリーダーキャンプですが、アジアの30幾つかの国の若者が宮城県の雄勝というところに集まって、どうやって被災地を復興するのかということを、2週間使って考えるというような取り組みでした。そこに日本の学生も参加していく。また、これは北海道大学で行われたシンポジウムです。できるだけ多くの若い人たちがオリンピック・パラリンピックに参加していく取り組みを広げていくのはとても大切だと考えています。

今の3つの取組の他にも、例えば聖火リレーがあります。それから、先ほど申し上げた事前キャンプもあります。また、競技会場だけでなく、その練習会場もできます。そういったところの周辺でのアスリートの触れ合いの機会はあると思います。

さらに、選手は選手村から、例えば銀座や築地のように近いところで食事したり、新橋の飲み屋街に行ったりします。海外からの観客も同じです。あるいは新宿でも、池袋でも、渋谷でも東京のいろんなところへ選手や観客がきたときに、わ

れわれも一緒に公園で、レストランで、あるいは居酒屋で、スポーツやそれぞれの国の話を語ったりして触れ合う機会って、すごく多いだろうというふうに思います。

そうした海外の人たちとの、あるいはアスリートの触れ合いということが、われわれ、あるいはわれわれの子供たちのオリンピック・パラリンピックについての記憶ということになっていくんだろうというふうに思っています。

ちょっと端折りがちで、どこまで話をお伝えできたのか自信がないんですが、メダルの数であるとか、そういったところだけに注目するのではなく、われわれ自身が何を記憶として残していくのかということと、われわれが次世代に何を残していけるのかということを考えながら、東京オリンピック・パラリンピック、あと3年半を待ちたいというふうに思っております。

以上でございます。ご清聴どうもありがとうございました。

こどもの健康に歯・口が重要

－臨床データ・基礎データに基づく－

日本大学 名誉教授
前田 隆 秀

本日は講演の機会を与えて頂いた川本会長ならびに関係各位に感謝申し上げます。大学で19年間にわたって教授職に携わり、原著論文149編の他、学位論文74編を Publish することができました。本日の講演はすべて我々の研究データであり、Evidence に基づいております。「講演内容は、血液疾患と歯科、小児の顎関節症、咬合異常（後方交叉咬合）と中耳機能、咀嚼と顎顔面形成ならびに記憶、低位歯への対応、埋伏歯への対応、乳歯冠とアレルギーについてと、19年間のメインテーマであります口腔疾患を起こす遺伝子の解明の内からう蝕と先天欠如歯の主要遺伝子についてです。」

長年の臨床から稀ではありますが、好中球数と口腔内所見を考える上で貴重な症例を供覧致します。3歳児で全顎歯肉の発赤と下顎乳前歯が動揺しているということで紹介された症例です。乳歯列期に不潔性歯肉炎を除外して歯周疾患が出現した場合は、全身疾患特に血液疾患を疑わねばなりません。血液検査の結果、先天性無顆粒球症と診断されました。すなわち、好中球がまったく無い症例です。処置としては口腔内洗浄と患児による歯口清掃を指導しました。感染症ではありますが好中球がないために全顎的に歯周疾患は進行し、歯肉上皮は壊死して歯槽骨が露出してきたため著しい動揺を呈した下顎乳中切歯を2本、小児科医との併診にて抗生剤の術前投与下で抜歯しました。その晩にショック状態になり、CCUにて加療し一命を取り留めました。しかし、歯周疾患はさら

に進行し全顎の歯肉壊死となり、化学療法のみでは予後は極めて不良と判断し、小児科医は濃縮白血球と抗生剤の大量投与をし全身麻酔下で、すべての乳歯と永久歯12本を抜歯しました。術後、口腔内ならびに全身状態が改善したことから1か月後には退院しました。定期的に歯口清掃を行なったところ好中球がまったく無いにもかかわらず20歳となった現在も健康に生活しています。この症例を通じて、たとえ重篤な基礎疾患があっても口腔清掃の徹底によって元気でいられることを痛感しました。

次は小児の顎関節症です。これも症例から研究へ進みました。12歳女児が急に顎関節部が痛みだして口が開かなくなり当科に受診しました。開口量は20mmであり、開口時に右側顎関節部に痛みを訴えました。オルソパントモ所見から下顎両側第二乳臼歯の晩期残存から早期接触を起こして顎関節症を引き起こしたと考えてMRI撮影したところ関節円板の転位は認めませんでした。T2強調画像から上下関節腔にJoint effusionを認めました。そこで下顎両側第二乳臼歯を抜歯しました。開口量は、抜歯した翌日には32mmとなり顎関節部の疼痛も軽減し、2週間後には45mm、3か月後には52mmとなりました。そこで早期接触による咬合性外傷が顎関節に及ぼす影響をラットを用いて検証しました。ラット臼歯咬合面にレジンを接着し早期接触モデルを作成し、処置後7、14、28日にMicro-CTによって同一ラットの顎関節部を経時的に撮影したところ処置後28日には

Micro-CT 画像と病理組織切片から明らかに関節頭の骨増生を無処置のコントロール群と比較して認めたことから咬合異常が顎関節症を起こす可能性が示唆されました。次に顎関節症状を訴える小児66名とわずかな不正咬合を主訴に顎関節症状のない小児30名をコントロールとしてMRI所見を基に小児顎関節症の実態を検討してみました。なお顎関節症小児のMRI所見からの検討は初めての報告でした。顎関節症患者の80.3%が関節円板前方転位が認められ、45.5%がJoint effusionを認められました。また顎関節症状がないコントロール群でも関節円板前方転位が16.7%認めましたが、Joint effusionはまったく見られませんでした。このことから顎関節症状を訴える小児では、決して軽度ではなかったこと、さらに顎関節症状がない小児でも顎関節に異常があることは驚きでした。咬合異常がある小児では顎関節症を惹起する可能性があることが分かったところから耳機能に影響がでている可能性を予測して咬合異常のうち、乳歯列期で後方交叉咬合を有する小児と正常咬合の小児をコントロール群として、後方交叉咬合による咬合異常が中耳機能に影響するか否かをティンパノグラムで比較検討してみました。

コントロール群では左右の中耳腔圧に差がないが、後方交叉咬合群で左右差を認められ咬合異常は中耳機能に異常を起こす可能性が示されました。

次に咀嚼運動の重要性を述べたいと思います。軟食化が顎の狭小化を招来しているとの議論があることから、それが事実であるか否かをラットを用いて解明しました。実験群では、4週齢の幼若ラットの臼歯を抜歯して軟食を与えて、対照群では抜歯しないで固形食を与えて、5、7、9、12、15、20週齢まで同一ラットの頭蓋顎顔面ならびに大腿部の長管骨をマイクロCTにて経時的に検討しました。その結果、実験群では対照群より有意に顎骨は小さくなり、顎骨の骨密度も低下しました。一方、大腿骨の大きさ、骨密度には有意差が認められませんでした。以上のことから咀嚼運動に寄与する咀嚼筋活動がいかに骨の成長発育

に影響するかが分かりました。また、胃腸機能に及ぼす影響を胃酸排出量、ペプシン活性、小腸輸送能で検討したところ抜歯群の咀嚼機能の低下が胃腸機能を有意に低下させることを明らかにしました。次に脳機能、特に記憶を司る海馬歯状回の神経幹細胞の再生能をRNAで検討しました。実験群では対照群に比べて有意に神経幹細胞数が減少しており記憶能力の低下が示唆されました。そこで迷路実験で確認したところ咀嚼低下が記憶低下を起こすことを証明しました。

最後に19年の教授生活を通じて行ってきた主たる研究を紹介致します。それは、口腔疾患の主たる原因遺伝子の解明です。あらゆる疾患は遺伝要因と環境要因によって発症します。口腔疾患も例外ではありませんが従来、口腔疾患と遺伝を分子生物学的手法を用いた研究は皆無でありました。そこで誰も踏み入れなかった領域を研究テーマに選びました。遺伝研究はヒトを用いることは極めて困難であることから、マウスを用います。研究にはすべての各遺伝子が相補的にホモである近交系マウスを用いて、疾患の発症に違いのある複数の系統を用いて交雑させてその子孫の疾患の有無と遺伝子マーカーの関係から遺伝子座を求めて、候補遺伝子を挙げてからその塩基配列の違いを確認して特定遺伝子を推察するわけです。研究した疾患は、う蝕症、不正咬合、先天欠如歯、エナメル質形成不全、唇顎口蓋裂です。すべての染色体上に配置されている30億塩基対に及ぶ遺伝子の中から特定の疾患遺伝子を探すことは根気のいる仕事で20年間に在籍した大学院生の努力の賜物です。小児歯科大学院生には臨床と研究を義務づけましたので、研究は主に夕方から始まり深夜に及ぶことが日常でした。ほとんどの大学院生の学位は海外の一流雑誌に掲載されました。

本日、講演させて頂いた研究は医局が一丸となって成し遂げられた偉業であることと胸を張って言えます。現在、定年退職した私の自負するものであり、全医局員に感謝して講演を終わります。

歯と口の外傷

－治療と管理の勘所

東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科 口腔機能再構築学 小児歯科学分野
.....
准教授 宮 新 美智世

子供がう蝕で歯を失うことは確かに減ったのかもしれませんが、実は外傷のほうは減っている様子は無いということで、私どもの医科歯科大学の小児歯科外来でも約2割の患者さんがけがが原因でお見えになり、フォローアップを受けておられます。けがといいますのは予測が付きません。ですから、患者さんも予定外でいきなりお見えになることがまれではありません。

それと本人もちょっと落ち込んじゃう、がっくり、それから周りの方はどちらかという大興奮で、これは一体どうしたらいいんだという感じで、保護者の方もいきり立っておられるということがよくあります。ですから私ども、何もできなくても、まず第一にお目に掛かった段階では、明るく、事もなげに大丈夫だよと。歯医者さんに来たんだからよかったね、来られてと。そういう明るい対応をしようということを、先生や歯科衛生士さんと打ち合わせしております。

幸い、口はかなり腫れているようでも氷で冷やしてあげると少し腫れが収まるので、患者さんの唇の腫れが収まって、口の中を見やすくなります。

ただ、顔面のけがですので、私ども歯科医師が診ていいけがなのかどうかということを判別するというのは、何事にも代えられない重要なことだと思います。ブラックアイといいまして、目の周りが黒くなっていたら1時間を争って医科のほうを受診していただきたい状態ということになります。耳介後部皮下出血といって、耳の後ろの付け

根のところが内出血を起こす頭蓋底の異常徴候として有名なものなので、この2つの内出血があったときはわれわれが診る場合ではないということをお伝えするようにしております。

これ以外にも、ぐったりして、われわれが励ましても全然元気が出ないとか、それからちょっと記憶が飛んでいるとか、顔色がひどく悪いと、そういう方の場合には顔以外にも何か異常がないか見ながら医科の受診ももちろん考えます。このような緊急性のあるような異常が見つからない場合は、初めて歯科という方向で良いと思っております。

患者さんご自身と保護者の方、もしくは連れてお見えになる学校の先生や幼稚園の養護の先生たちを見ますと、これからどうなるんだろうと不安があるということは情報不足を生じているのが現状ということでございます。

外力を受けた歯に何が起きているかといいますと、実は折れただけではなくて、折れたときに受けた力の残りは歯周組織をつぶしていきます。ですから、歯周組織の一部はつぶされてしまって血が巡らない挫滅状態です。あとはちぎれて出血をするような部位というものが出てまいります。それと、力はお全体で受けられるので、歯の周りの骨や顎骨にも力が掛かっているかもしれません。

特にエナメル質は、1カ所が割れるとあちこちに実はひびも入っているということが疑われます。ただ、ひび、特に亀裂は今まであまり注目さ

れないままきていましたが、なかなか悪いことをするようです。それから、歯髄はけがしたときにどうなるのということは血が通わなかったり、内出血を起こしたり、循環障害があるようでもう1つ、そのようなさまざまな弱い部分を持ってしまったけがの歯に感染が襲いかかります。口の中はプラークだらけの場所ですので、あらゆるところから感染が起きます。例えば、歯根膜が切れていれば歯根膜から感染。それから、露髄はしなかったけど象牙質が薄くなってしまって、歯髄に近づいている部分からの感染。それから、ひびが入っていればそこを細菌は進むことができます。いろいろなひびがあるというお話をいたしました。そして子供の場合は、特に幼若永久歯は象牙細管が非常に太い、開いた状態ですので、象牙質が露出しているだけで、そこから刺激もしくは感染が起きて、歯髄が死んでしまうことまで分かっています。それから歯根膜を経由して、実は根尖から歯髄の中に細菌が入って、歯髄が感染するだろうという実験結果もあります。

ですから、けがの歯はもちろん折れた、つぶれた、ずれた、いろいろなところを元に戻してあげたい。それとともに感染経路を絶つ、もしくは感染から子供の歯を救うという、歯医者のごく日常のお仕事が非常に重要になってくるということ、この頃痛感しておるものでございます。これは概観的なお話なので、この後もう少し詳しくお話しさせていただきます。

急がなきゃいけないのは命にかかわるものです。お口の中では唯一危険なのは、異物もしくは抜け落ちそうな歯が気道に入る、これだけは最低限阻止しなくてはいけないわけなのです。

もう1つは、永久歯がもし抜け落ちてしまっている場合は、早く戻す。この2つは急いだほうがいいでしょう。それこそ1時間以内にやりたいことの1つではあります。もしそれが無理だったら、牛乳に保存するのは今ものすごく有名になって、親御さんでもよく知っていらっしゃる。あと、ラップで包むのは生理食塩水に入れるのと同様、大体1時間ぐらいは歯の状態を良い状態に

保つことが分かっています。ティッシュでくるんだり、水道水で洗ってしまうのは良くありませんね。ですから、この辺りの安全な脱落歯の保存の仕方は重要かと思います。

唇が腫れていたなら氷を当てなさいというのは、腫れた唇、もしくは腫れそうな傷を持った唇は冷やしておいたほうが腫れが収まって、口の中が見やすくなるからです。ですから、緊急度といてもちょっと軽くなります。

あとは、われわれはいろいろなところで、後で保険会社や裁判の関係で資料を求められますので、早い段階での写真の撮影やX線の検査などが必要です。そして、落ち着いたら、さあ何の治療をするのかということですが、けがの治療の種類も大体2種類しかありません。つまり脱臼とか揺れとかずれ、そういうぐらぐらしした歯であれば、元の場所になるべく戻して、固定してあげればいいですね。

それから折れていた場合、ご飯を食べても痛くない状況に持って行ってあげるためには、覆うだけでいいわけです。ですから、やることはあまりないわけです。

大切なことは、ぐらぐらしないから歯根膜から細菌が入りにくくなるということです。ここで傷が開いたり閉じたりすると、細菌が入る。覆ってしまえば、亀裂も露髄も、露髄ぎりぎりのところも露髄していない場所も細菌は入ってきません。ですから、そういう意味では今申し上げた、固定と被覆があって清潔に口腔内がされれば、それで外傷の部分は、基本的には治療に向かうということが大いに期待されるわけです。

ただ、Home Care ですけども、外傷というのは歯周組織全体に対する急性外傷です。あまり普段歯磨きしていないお子さんでも、お口の中を清潔にすれば早く治るよということを言ってあげると、本人も努力しますし、周りの家族の方が一生懸命応援してくれます。

ただ、一般的に家族の方も仕上げ磨きをやってください、けがのところは清潔にと言っても、怖

くて磨けない、痛そうだからかわいそうというのが、保護者の優しいお気持ちですね。ですからそこを考えると、いきなり歯ブラシと言わないで、1日、2日は綿棒で優しくふきましょうかというように勧めています。綿棒は指でほぐして、うがい薬の薄めたものを付けて、歯のところだけパッティングすればいいですよというふうに教えます。それを保護者がやれるようにしています。うがい薬の多くがアレルギーと関係のある薬剤を含んでいます。ヨードしかり、クロルヘキシジンはもちろんでございます。今、オゾンナノバブル水とか、やっとアレルギーに関係ないようなうがい薬も出てまいりましたので、アレルギーの既往のある方はそのようなものを使っております。

具体的に急ぐと申しまして、歯の脱落は、歯が再植を受け生着するだけだったら、時間的には余裕のある場合もあるわけです。ただ、子供の場合急ぎたいというふうにお伝えするのは理由があって、子供、特に小学生の幼若永久歯、根未完成歯の場合は、ただ再植を急ぐことで歯髄が生き延びるんです。これは素晴らしいことです。

つまり、根が未完成で広く開いたような歯髄、特に根尖孔も近遠心径が1ミリ以上の開いた歯根を持ったお子さんの場合、3時間以内ぐらいに再植してあげると、歯髄がそのまま生き続けるということが起きます。それが幼若永久歯、特に小学生の子供の歯を急いで再植する意義だと思っております。

この患者さんは歯が抜け落ちて再植を受けました。2年間後経過を見てます。歯髄の中が真っ白です。つまり、老化現象を起こしたみたいに石灰化が急速に進む点が唯一の欠点でございますが、ただ歯髄としては生きているので、歯根が作られ、歯根が伸びるということです。

もし、頭をけがして歯科の治療を受けられないというときは、脱落歯をいい保存状態に持ってきてあげるのが、重要なセカンドチョイスかと思えます。この場合は乾燥を防いで、牛乳とか保存液を使います。救急車でもこの歯牙保存液を

持っていっていただくとあります。この中に入れておいていただければ、48時間常温でも特に問題ないと言われてます。ラップに包むのも1時間ぐらいは歯を良好に保ちますし、もちろん牛乳は一晩ぐらいは問題ないということが言われています。

ただし、保存液が意味がありまして、私どもは文京区全体の学校とか園に保存液を入れていただきましたし、徳島大学は徳島県全県で確か学校に保存液を置いていただいているそうです。保存液に入れられている歯は、非常に歯科医師にとっても安心、気持ちがほっとしますね。いい状態だということが保証されているし、今アレルギーのお子さんが多いので、運動会のときとか遠足とかで歯が折れてしまったときも、牛乳以外に、牛乳のアレルギーの人に歯を牛乳に漬けてしまったら大変なことになりますので、こういう保存液等が学校にはもっと普及していただけたらと願っております。

子供の歯は非常にパワーがありますが、歯がけがをすると、実は歯の歯髄にもいろいろ問題を生じ、電気歯髄診に反応がないことがあります。実際、歯の中で何が起きているかは、動物で歯を脱臼させてみますと、決して根尖で細い歯髄がぷちんと糸のように切れるわけではなさそうです。切れはしませんが、出血が根尖内外で起き、歯根の破折などがあれば、その周囲で出血と循環障害が起きています。

それで脳などを考えますと、脳も歯と同じように外が硬くて中が柔らかい。歯も歯が硬くて歯髄は柔らかいわけですので、脳で研究されていることを外挿して考えますと、頭をごちんとぶつけたときに、ぶつけたところとぶつけた反対側が出血を起こしますというような脳の障害、外力による障害や脳全体にびまん性に損傷が起きて、それこそ脳振とうで意識がなくなると、そういうことが起きますが、歯が外傷を受けるとしばらく電気診にも反応しなくなるのは、まるで歯が脳振とうを起こしたような姿だということも考えられます。プリンが容器に入っているのをシャカシャカと振

れば、外見は何事もないようだけどプリンはぐちゃぐちゃになっているというのを、われわれは歯髄の中にも起きていることのイメージとして使っております。

次に示しますのは、歯髄に何か起きたのが目に見えた患者さんです。われわれの大学で、舌側に傾斜した歯を先生が整復したときに、ぽろっと歯が抜けたそうです。抜けたら、歯槽窩の中には歯髄があって、宮新君、これ戻してまた植えていい？ と言われたんですけど、いや、先生、取れちゃったのでやめましょうよと言いまして、やむを得ないので、根尖孔から逆に根管充填して再植して、3年後も特に異常なく迎えております。

このような歯髄を見たりしますと、切縁部分が内出血を起こし、根尖も出血をしていることは、見ても分かるということです。歯髄もダメージを受けているというイメージでけがの歯をご覧になるといいのかなと思っております。

もう1つは、けがをした歯、いろいろな方向を向いてわれわれのもとに現れます。そうか、歯がちょっと挺出しちゃったねと、抜けなくてよかったねというような場合もございますが、最初から挺出していただけなのかどうか、そこは保証がございません。例えば右下を向いて倒れていた方がおられたとして、その方が右下しかぶつけていないという解釈をされる方はおられないだろうと。何らかの動きの結果、最終的に右を下にして倒れてそこにいただけなんです。

ですから抜け落ちた歯がすぽんと戻ったものを見ているかもしれないと、こういうことはイメージしていただきやすいと思いますので、見掛けにだまされない。本当に何が瞬間的に起きていたかについて、われわれは患者さんの見かけから正確にはとらえられないというつもりで、その後起きてくることをこまめにチェックし続けていくということが大切かなと思います。

今申し上げたことのまとめですが、いろいろな破折や脱臼をけがは合併していると。つい破折に目が行きますけども、触ってみれば歯が痛いと言っています。ですから、脱臼や歯根の破折など

いろいろ隠れておりますよということと、歯髄が循環障害を持っていて、普通の歯とはちょっと違うでしょうということと、感染が意外に悪影響しているだろうということ。ですから外力から歯を救うために固定はします。感染しないように被覆もしていきます。それプラス清掃も教えていくということで、感染対策、外力対策ということが続けるということになります。

ただ、いろいろな診査をしたいんですけども、一番問題なのは、子供さんが小さいので、大人と違うことは、子供さん自身が表現してくれないんですね。だからこそ子供さんは客観的に診査をしてあげるといふ、そういうことが非常に有効であり、これがまた1つ頼りと思っております。

水がしみますかと言っても、ただただ泣いている。どこが痛いかわからなくて答えに詰まっている。そういう子供もいっぱいいますので、露髄診をインピーダンス測定でやるとか、電気歯髄診で歯髄診断を行っていきます。歯髄の感覚がけがの直後からだんだん治っていくか、後で歯髄が死んだりとか、歯髄の状態の良しあしが電気診で分かります。

それから動揺度測定器の数値も、来るたびに低下するならば一安心。または骨性癒着。でも、固定しているのにぐらぐらしたら、固定外れていませんか、どこかかくれた歯根の破折じゃないですかとか、分かることになります。

変色についても、従来、子供の場合は変色していても歯髄が壊死まで陥っている方は6割程度ですから、4割の子供は変色していても歯髄が生きているということが分かっていますので、そこは壊死と間違えない必要がございますし、ただ変色しているということは6割も歯髄壊死になる危険性があるわけですから、必ず歯科医院でフォローアップを受けるという必要性がございます。変色がどんなふう起きて、どんなふう回復するか、もしくは回復しないのか、今色彩を計測する機械がいろいろ出ておりますので、追っていくことができます。

それから、歯頸部の出血歯がどっちを向いて倒

れたかを教えてください。歯が傾いた側は切れません。

次に一番ポピュラーな治療法である固定について。現在材料も良くなっておりますから、従来子どもがやっておりましたのはいわゆるスーパーボンドというものの、接着性レジンを使って歯面の唇側、もしくは下顎だったら舌側になりますが、歯面を処理した後接着性レジン塗って、外傷の場合は隣接面はレジンを入れません。即重レジンを盛り足すというだけで固定できました。

歯が1本足りないとか、歯がすいているときは、ワイヤーを添わせたほうが丈夫になります。さらに、今はライトフィックスなどのように非常に光重合で留めることも簡単になってまいりました。

ただ、こういう接着処理の場合は、酸処理をきっちり効かせる、もしくは歯面がきれいになっていなくてはいけません。十分歯面を清掃できなかったり、血液や浸出液で接着が阻害されることはあると思います。接着操作に集中していただければ、材料そのものは非常に便利で性能は十分良いと思います。

よく学校の先生に、ケガしたときに受診すべき目安をきかれます。動物の歯を脱臼させてみて、歯頸部から出血は、かなりのけがを与えないと起きません。歯頸部から出血をしていたら、これは瞬間的には歯が距離的にはかなり動いたものだというふうに考えなくてはいけません。

歯が動くということは、歯槽骨が無事なまま歯は1ミリも2ミリも動くことはできません。必ず歯槽骨が破壊されており、破壊された瞬間があるから歯は動くことができる。それを考えますと、歯頸部から出血しているようなけがは、一見ぶつただけとか見えても、油断なく歯科医院を受診すべきであろう。これは見掛け上の目安としては確実なものかなと思っています。

子供さんも、大体けがをして半日ぐらいはそれほど痛いとおっしゃらない。ところが半日ぐらいたつと、じわじわと痛くなるようです。これはプロレスラーなんかの大人の人もおっしゃいます。

直後は痛くないんですね。ですから直後で判断しないほうが後で恨まれませんよという話をしています。

それと、破折については、さっき亀裂も危険だと申し上げたぐらいですから、学校の先生が見て破折と分かるのであれば、必ず早めに受診されるべきだというふうにもお伝えしております。

ただ、破折に見えていた場合は、露髄していなければ間接覆髄で十分、もしくはセメント被覆で食事はできると思います。ただ、露髄は教科書的には1日以内だったら直接覆髄でいいとおっしゃる。だから子どもも新鮮な外傷で露髄した方が見えたら、直接覆髄しております。これも全く難しくありません。大切なことは歯垢を取ることで、プラークが付いていたら、歯髄保存療法に一番大切な仮封がしっかり効かない。

それから、生理的食塩水で露髄部をよく洗いますが、このとき普通の室温で洗うと、子どもさんはしみると言います。ですから、生理食塩水をちゃんと温めてください。生理食塩水の入れ物をお湯のラバーボールの中に入れるだけでもいいですし、温かいポットのお湯で塩を溶かして食塩水風のものを作ってもいいかもしれません。500ミリリットルの水に対して小さじ1杯ぐらいで、ほぼ生理食塩水に近くなるんです。

徹底的に洗いましてから水酸化カルシウムを乗せた後、水分を少し取りまして、仮封するというだけなので数分で終わってしまいます。実はけがの応急対応は難しいことはないということになります。

最も予後のいい歯髄保存処置は何ですかというと、partial pulpotomy という露髄部から2ミリを切断するという方法でした。露髄症例で、歯面をきれいにしてラバーダム上で、タービンで結構ですので2ミリ歯髄を切っていきます。タービンの水そのものは清潔でないため、タービンの水を止めて、アシスタントに生理食塩水を掛けてもらってやります。

切断した歯髄を見ます。残せる歯髄というものは、ちょうど鶏のささ身みたいに真ん中が白い。

白いところの縁からちゃんと数秒間かけて赤い動脈血が出てくるという、これが目安だと思います。もしこれが出ない場合は、より深く切ってあげて、白が見えて周りが赤く血が出るという健全な状態が出たら水酸化カルシウムと水を練ったものを置いて、それで水分を綿球で取ってから仮封をするということです。

こちらのほうは直接覆髄と違って、局所麻酔をしっかりしないとできませんけれども、でもこの処置のありがたいことは、受傷して1週間以内だったら、露髄のまま放置されていた歯でも成功率が95%となっています。そこで、私どもは応急対応としては直接覆髄を行っておりますが成功率は8割です。次のアポイントには、水酸化カルシウムの断髄を行えるように予約も取っております。何とか歯髄を保存して、子供の歯を完成させたいということでございます。

ところで、歯根の破折も一見脱臼のように見えるわけで、X線所見としては2週間ぐらいたって初めて見えるような線になることがあります。固定したのに変な感じが続くときは、破折が隠れていることがあります。ただ、これは破折線が髪の毛1本ぐらいの距離に縮むまで歯を整復してあげて、がっちり固定してあげると、子どもさんの場合、7カ月以上たつと骨のように硬組織でつながるわけです。

外傷は各種が同時に生じますがたとえば露髄しても断髄で治るし、破折は破折で治るということで、どうも外傷の治療というのは足し算で済みそうに見えます。診断しながら異常が見つかったら、それに対してまた治療を足しておくということなんですが、歯根の破折のイメージというのはなかなか一般の方は分からないので、治療の説明をしても分かってもらえなかったりするんです。こういう3DプリンターでX線から天然歯そのものの形の模型を起こしまして、歯髄がここにあって、整復するとこんなになって、それをまた止めて、ここがつながるんだよというようなことを保護者とか学校の先生に説明したりします。

整復固定すれば硬組織で治るけども、固定しな

いで放置すればここに結合組織や肉芽が入ってしまう。それから、歯髄壊死が歯冠部に起きることは2割程度ありますが、ふつう歯冠側のみ根管治療で治せます。

ちょっと軟組織の話をいたします。上唇小帯が切れることがあります、後で上顎の乳切歯が歯髄壊死を起こしたなんていうこともお見受けするので、軟組織だけだと油断しないで、後々のチェックを怠らないことがお勧めだと思います。

唇もけががありますけども、唇の場合は見える場所、いわゆる女性が口紅を塗るような場所はなるべくきれいに治す必要、縫う必要も重要になってまいります、見えない、口紅を塗るところより裏側の部分は自然に治るとは言われています。だけでも異物が入ると、痕が残ります。

ですから、唇の場合は異物対策、特に外傷性の刺青、外傷による入れ墨を防ぐために、小さいアスファルトのくずとかが擦り傷の中に入っている場合歯ブラシと生食などで、麻酔して清掃しましょう。特にけがの当日にやるべき処置です。

今、幼児、特に1歳、2歳のお子さんに歯ブラシが刺さるという事故が、東京都で救急搬送されただけで年間260何例あるというふうに聞きました。ひどいものになると縦隔炎、それから頸動脈を刺したということで、患者さんが入院もしくは命の危険にさらされることになっていきますので、子どもさんに歯ブラシで遊ばせない、歯ブラシは磨くときは磨き、歯ブラシを口に含んだまま遊ばないということに対しては、われわれも園や学校に対してもっと伝えていき、保護者にもお教えしなくてはいけないことかなと思っています。

口の中から長いものがささったらまず抜かない。抜かないで、病院に行ってMRIを撮ってもらいましょう。すると、どこが損傷を受けたか分かります。抜いちゃったらどこを刺したかも分かりません。慌てて抜いちゃった場合は、抜いたものを持ってきてください。

抜くことの危険性は、動脈を刺していた場合に、逆に抜いたときのほうが出血が大量になってくるといふ危険性があるということで、口から脳

というのは本当に近いものですので、この点もわれわれが学校にも伝えなきゃいけないことかなと思っております。

この写真の症例も小脳にお箸が刺さったそうですけども、服薬でお治りになったそうです。後遺症もないということで。子供さんは初期対応さえ良ければとても強力な治癒力を持っているということは、歯だけでなく脳の場合も教えていただきました。

そんなことで、今日は外傷の治療って簡単そうじゃないと思っていただければありがたいと思っております。ただ、対応は複雑なものは全くない。戻していただければいい。ただ、当初に把握できないものが後でじわじわと出てくるので、それに対する備えを患者さん、保護者と一緒に続けていく必要があるというところが、むし歯を削って詰めたらおしまいという世界とかなり異なるということでございます。

外傷後に起きることで有名なのは歯根が吸収して歯がなくなることです。

ただ、現在、患者さんのけがの合併症はいつごろ出るかということがだいたい明らかになっていきますので、患者さんとこのような情報を共有することが大切です。この次は何がチェックポイントというようなことを教えていくということが、お互いに安全に治癒を確認し、不良所見がもし出たしたら早めに見つけるというための近道です。

特にけがして2～3カ月ぐらいたつと、もう痛くなくなったとわすれがちになりますが、そのころ歯髓の生死が初めて明瞭になってくるわけです。

不良所見のほとんどは1年以内に見えるんですが、とはいえ、がんと同じように歯髓は保存療法後は5年間ぐらはお付き合いをしてチェックを続けることが、患者さんにとっても安全だということが分かっています。

ですから、時々来て、ちゃんと歯磨きはできているか、うまく治っているか、異常なものが出ていないか見ようよということになるべく早い段階で患者さんと共有しておくことで、幸せな経過を

見ることができると思います。

歯髓の石灰化は、3カ月から1年のチェックポイントに定期診査をして、漏れなく拾っていくことができる。それは異常を早期発見して、早期治療につなげることができるということになります。

患者さんに対しては、どういうけがをしていたらどういう異常がどのぐらいのパーセントで生じるかということについて、歯冠の亀裂だけで3%から4%子供の歯が歯冠壊死を起こすことがわかっています。

象牙質の破折を放置しただけで、子どもの歯は54%も歯髓壊死を起こします。子どもに多い水平の歯根破折はそれほど歯髓死は多くないですが、石灰化を起こす異常は生じることが分かっています。特に裁判の書類を作るとか、保険会社が賠償のために将来予測をしろというようなときに、このような数字を使うということが出ております。

今言った何気ない亀裂ですけど、われわれ光重合のブルーライトなんかを当ててみますと、いろいろなところに亀裂が入っているのが分かります。大体こういう亀裂を作った切片を見ますと、エナメル質でわれわれが肉眼で見えるような亀裂は全部象牙質までいっており、エナメル葉よりはより大きいものです。大体バクテリアが入れる10ミクロン以上ですので、目で見えたら覆うべきです。

われわれ大人の歯はひびだらけです。しかし、大人の象牙質は成熟しています。子供の象牙質は象牙細管が広いので、象牙質までバクテリアが行ってしまったら、あとは歯髓まで直行なんです。そこが子供の亀裂の怖いところで、子供の歯がちょっぴり折れただけなのに、あちこち亀裂が入っていることは注意されればご覧になれると思いますので、ぜひ、接着性レジンを通してあげて、できればその上をフロアブルレジン、コンボジットなどで支えてあげることもよろしかろうと思います。

そういうことを先手を打ってやり始めてから、外傷後の冷水痛がほとんど出なくなりました。で

すから、見える亀裂は接着処理。エッチングとスーパーボンドの塗布でも大丈夫ですし、光重合のボンディング二重にかけておかれるほうがいいですね。できたら上に薄くコンポジットを乗せておいたほうがいいです。気を付けなくてはいけないのは、隣接面を亀裂が走ることが意外に多い。患者さんに冷水痛があり、唇舌側の亀裂は全部カバーしても改善しないとき、隣接面を接着処理してあげると、ぱっと冷水痛が消えることがあります。隣接面は見えにくいですが、早めにお試しになることをおすすめします。

歯髄が死んだ場合、幼若な歯の場合はアペキシフィケーションが必要になります。根管充填する前に、根尖が開いた部分に硬組織を誘導して、根管充填剤をここで支えられるような硬組織を誘導して根充ということになりますが、誘導された硬組織というものはそんなに立派なものではありません。骨様だけれど象牙質なのか骨なのか分からないぐらいの組織が、いろいろな軟組織なんかも含んでおりますから、ここに感染を起こすと厄介です。ですから、幼若な根未完成歯を開放根管にしないで下さい。根管開放とかしってしまうと、根尖外まで食べ物が入ってしまうことが分かっています。

誘導された硬組織が感染すると根管充填後の治りが悪くなります。歯根端切除をして、組織を検査すると食物が出てくると報告されています。

アペキシフィケーションの実際ですけども、現在、根管長測定は OSADA APIT でやっております。歯根破折があっても、根がかなり開いていても、APIT だとマニュアルアジャストができるので、根尖を把握することはできます。乳歯の場合も APIT が使えます。

ただ、水酸化カルシウムは次亜塩素酸ソーダと同じように強力なアルカリですので、コラーゲンを破壊する、そうすると象牙質を弱くするということが疑われております。ですから、昔は水酸化カルシウムをたっぷり入れて仮封していたのですが、今は歯根が破折を生じやすい歯頸部にはなるべく水酸化カルシウムを付けないように、根尖部

だけ水酸化カルシウムを入れております。

根尖だけに送り込むためにタックエンドコンデンサーという、昔マクスバテンのコンデンサーと言われたデザインと同じですけども、こういうもので水酸化カルシウムを入れますと、根尖だけに局限して送ることができます。あとは上部をレジンコーティング材で、ボンディング材もいいと思いますけども、コーティングしております。

あとは、根尖が硬組織ができれば今は接着性のレジンシーラーができたので、接着性のレジンシーラーポイントで根充することが非常に楽になりました。

根管長測定について、APIT がいないときは、単根歯でしたら、ガツパーチャミたいな X 線造影性物体を歯に貼ってデンタル X 線写真を取れば、作業長の把握はできます。押し出しをすると治りが悪くなるので、こういう作業長の確定は非常に重要になってくると思います。

水酸化カルシウムなんですけども、実は水酸化カルシウム単味製剤がなく、仕方がなく試薬を使っております。ご了解くださいと同意書を取って、アペキシフィケーションで使うときも、大体粉が 2 に液（滅菌水）が 1 ぐらいで、大体 60% ぐらいのものを使っています。ただ、根管部で消毒だけだったら別に飽和水溶液でいいので、0.17% の非常に薄いものを使うことができます。

市販のものを見ますと、ビタペックスは断髄では効かないということは報告されていますが、30%。油が入っていますので、あまり水酸化カルシウムとしては強力な作用はないように思います。ダイカルで水酸化カルシウムが 28% でこれは覆髄用です。カルシペックスは 24% です。

歯髄になった根未完成歯が割れやすいため、牛の歯で実験して、今のところスーパーボンドの柔らかめで厚みのあるようなボンディング材に、コンポジットレジンでもあまり硬くない、今であればフロアブル系統のものなどを使ったほうが根未完成歯とよくなじんで、逆に破折が生じにくいというような状況のように見えます。

歯根破折歯が歯髄壊死したときの症例です。歯

根破折して固定された患者さんが膿瘍を作ったということで、削ってみますと歯冠部は歯髄が死んでいたということです。歯髄壊死を起こした歯根破折歯を見ても、根尖の三角部分が死ぬことは見たことがありません。痛みがない範囲をしっかりと形成して、アペキシフィケーションと同じように水酸化カルシウムを入れておくと、大体3カ月で硬組織ができますから、根管充填は比較的早く行うことができます。

ただ、動物実験で調べてみますと何か部分的にひび割れが起こっていますので、やはり歯根破折を起こした方はスポーツされるならマウスガード、もしくはなるべく長い間、咬合調整などはチェックアウトのときになさって、余分な外力が掛からない、大人になったらナイトガードを使う、そんなこともお伝えいただいておいたほうがいいのではないかと考えております。

けがの予後、もしくは矯正の治療のときも歯根吸収というのは嫌なもののですが、けがのあと、どんな歯根吸収が出ますかというお話をします。

1つは、自然に治る歯根吸収なんて0.5ミリ以上進みません。0.5ミリ以上のへこみが出てきたら要注意ということになります。歯髄も正常なら0.5ミリ以下の歯根吸収を持っていたとしても、これは定期的なフォローアップだけでいいと思います。

0.5ミリよりも深くなってきたというのがⅡ型以下になります。どうも歯髄が生活反応があったりなかったりなんだよねとか、このごろずっと咬合痛が出てきたと、そういうような歯髄の異常を認められるような歯に内部吸収や外部吸収が見られたようなときは、歯内治療を決断されたほうがいいと思います。歯髄に異常所見があるような場合は、内部吸収、外部吸収、いずれもしっかり歯内治療をすれば普通は阻止できるものが多いです。

目安は、1回貼薬したら、2回目の貼薬のときには歯根吸収が進んでいないというのは、このⅡ型かⅢ型です。嫌なのは、1回水酸化カルシウムを貼薬して、2週間後にもう一度貼薬を変えたら、そのときにもう作業長がどんどん短くなって

いるという場合があります。

水酸化カルシウム貼薬をしたにもかかわらず、歯根吸収が進むような場合は、Ⅱ型、Ⅲ型ではありません。これは進行性吸収、もしくは置換性吸収。いずれも進行していく吸収ですけども、どんなに歯内治療で頑張っても阻止できないタイプの吸収がございます。これに陥ってしまうのは、どちらかという、再植陥入です。

さて、進行性の吸収が見られるのは、先ほどの再植や陥入歯ですけども、われわれは陥入というものを、打ち込んだという姿をとかく見失います。つまり、打ち込んだ歯は揺れていません。かつ、あまり血が出ないです。咬合が低くなっていますので、子供さんはかんだときに痛いと言わないですね。

ですから、陥入歯はわれわれがこれから見逃さないようにする対象として一番重要だと思いますけども、歯内治療の決断が遅れた場合も進行性歯根吸収が生じることがあります。つまり、患者さんがしばらく来ていなかった。受傷1年以上も受診せず瘻孔ができて、何カ月も膿を持っていたんだなというような歯をエンドを始めても、歯根吸収が止まりません。貼薬するたびに作業長が短くなる場合、進行性の吸収が疑われます。最初の1年のうちに歯髄の異常はほとんど出ますので、それを見逃さないでおかれると、このようなたちの悪い歯根吸収と出会わないで済む可能性が高まります。

もう1つは、歯が低くなる、低位化する、骨性癒着と言われるタイプだと思われるものが置換性の吸収です。これは根管充填も終わった歯なんですけども、歯根の一部がまるで骨になっちゃっているんです。最後の最後は根管充填剤だけが名残のように骨の中に残って、全部歯根はなくなっちゃうというような吸収を起こすことがあります。これは低位化があります。子供独特かと思えます。骨性癒着もあります。

Ⅳ型、Ⅴ型は、教科書には治療法は書いてありません。ですけども、患者さんが何とか残してとか言われるので、仕方がないので搔爬なんかし

て、搔爬とか意図的再植をすると延命できるということが分かりましたが、できたらこんなことは起きないに越したことはないわけです。

脱臼とか歯周組織の損傷はその後どんな合併症が出るんだらうという表になります。これは皆さんのプリントにありますけれども、よくご覧になっていただくと、振盪というぶついただけ、軽いものからだんだん揺れたり位置がずれたりして、最後に申し上げた陥入、もしくは脱落再植と。だんだんひどい脱臼になりますけれども、歯髄壊死は脱臼のひどさに応じて高率になってきますから、陥入や脱落再植では60%台の歯髄壊死が見られる。これは根未完成歯でも高率で生じます。ですから、陥入は見逃したくないものになります。

再植のときはなるべく早く再植して、歯髄が酸欠で死んでしまう前に、歯槽窩の中で酸素を補いたいわけです。死んでしまう前に。歯髄腔狭窄とは、歯髄が、石灰化を起こしたり、修復象牙質過形成を起こすことです。歯髄に届く酸素が減少したり、歯髄が振り回されると歯髄は石灰化するのかなというようなことがこのことからちょっと分かります。

炎症性吸収は歯髄が壊死する場合に大きい確率で出てまいります。

骨性癒着は、骨に置換されて背が低くなるのは再植歯と陥入歯です。再植歯は歯根膜が乾燥して死んでしまったり、再植してもらうまでに時間を食ったりすることはあるでしょうから、非自己の歯になってしまうのかもしれない。

辺縁の骨が失われるというのは、陥入したときに歯頸部ごと全部つぶされますので、再植歯など重傷のものに多いということです。

まずは陥入があったら気を付けてフォローアップしていくと、患者さんにリスクを説明しておくという必要があると思います。

ですから、脱落歯の保存も非常に重要ですので、学生にも、再植実習をさせております。

幼稚園の担当の先生方に関係あるのは、乳歯に頻度の高い脱臼が陥入です。陥入した乳歯は清掃

指導をしっかりさせますと、自力で生えてきます。これが1歳の子でも起きれば、6歳ぐらいの子でも見られます。

ですが、注意が必要で、生えてくる間に感染を起こすことがまれではないので。犬にかまれた傷の治りが悪いようなもので、自分の歯も歯磨きしてから刺さったわけじゃないので汚いんですね。ですから、汚染創と考え、抗生剤を飲ますとともに、歯が陥入した場所を十分洗浄するようにしました。最初の1週間、洗いに来させると腫れなくなりました。

問題はデンタルX線で長い乳歯が埋まっているように見えたら、唇側傾斜している可能性があるんです。唇側傾斜しているということは、根尖が永久歯胚を傷つける危険性があります。その乳歯は抜くか、歯医者さんが整復再植してあげるかしかないと思います。

けがの歯に合併症が発症する時期については、プリントにありますけど、骨折と同じように、一月から6週間ぐらいにかけて骨折部はリモデリングします。つまり、壊れたがれきのように1度吸収されて、そこからまた新しい骨基質に石灰化が起きて、新しい骨ができるまで2カ月ぐらいかかります。歯髄の生死がはっきりするのは3カ月ぐらいたってからです。

それと歯槽骨が折れるほどの脱臼をした数日以降、歯肉内出血を起こします。

永久歯の場合の陥入症例は根未完成歯でも8割ぐらいが歯髄は壊死します。

それと、幼若永久歯は再萌出が確約できないですから、再萌出を待っているとその間に歯根膜が圧迫され壊死したり骨性癒着の誘因になることもあり、歯髄への血流も遮断されるので非常に悩むところでした。

それで今、試みていることは、歯髄には血液を、歯根膜には何とか血が早く巡るようにして、歯根膜がつぶれてそのまま息絶えないようにする。そんなことを考えて、2ミリだけ整復する。2ミリ整復すると、大体歯の周りに0.5ミリの歯根膜の領域が取れます。そこに血液が入ってきま

す。2ミリ以上の整復をすると予後が悪いということが分かっていたので、2ミリだけ整復はしておいて、あとは矯正力で引っ張っていかうかと。先ほど、陷入歯は辺縁の歯槽骨がなくなると言いましたが、矯正力のありがたいところは、歯槽骨ごと連れて動けますね。ですから、2ミリだけちょっと整復したら、あとはゆっくりと矯正力で引っ張って、いい位置に戻していくと、骨ごと牽引できるわけです。

2ミリ以下の陷入は2ミリの整復というのは問題ないことが分かったので、これは整復してしまいます。しかし、2ミリ以上埋まったようなものは2ミリだけ出して、歯根膜に血液を送ってやってから、固定をして1週間ぐらい、傷が治ったところでじわじわと矯正的に引っ張る。そんなことをやって、骨性癒着と骨の喪失と闘っています。

最後に、幼稚園生のために乳歯の外傷の話を少し触れておきたいと思います。乳歯も幼若永久歯同様に、日本では非常に大事にされています。なぜか欧米の教科書は乳歯に対してはドライです。放っておきなさいと、あまり治療されませんが、日本では乳歯の治療は幼若永久歯並みに行なわれています。

ところが、乳歯と永久歯の関係をご覧いただくと、乳歯と永久歯というのはご存じのとおり密接した関係にあるので、特にこの乳歯、これは3歳ぐらいでしょうかね。上顎側切歯は、どちらかというと中切歯と犬歯の裏側に隠れておりまして、この時期だと上顎乳中切歯と乳側切歯がけがしても、両方とも上顎切歯を傷付ける位置関係にあります。しかし、どんなに治療しても、もともと乳歯が受けた外力や、そこから永久歯に受けた損傷は消えないわけです。そのことは背負っていかなくちゃいけないので、乳歯にけがした場合は、永久歯が生え替わるまで着実に来てくださーいというお話を患者さん側にしています。

乳歯外傷の後継永久歯への影響をまとめました。大学まで見えたので比較的ひどい乳歯のけがだった方だと考えて下さい。うちでは55%ぐらいに影響が永久歯に出ていまして、大体白い斑点と

か黄斑、こういう斑点状態のものぐらいが一番多くて、あとは時々、実質欠損があって、放置できないというものがあります。

下顎に起きやすいのは、歯全体もしくは歯根に至る形態異常です。感染を起こすので、ほとんど萌出するかしないかの段階で、フラップを開けてでも被覆します。大体、乳歯がけがして1年ぐらいたちますと、X線の写真の上で永久歯がへこんでいるのは検出することができます。やはり乳歯の外傷の場合も何となくとも年に1回はX線の写真を撮って、生え替わるまで見ましょう。

歯根吸収を見逃さないポイントなんです。X線写真上の象牙質に黒い水玉やむらが出てきたときは、2カ月単位ぐらいで進行が見られますので、2カ月単位で患者さんに会っておかれることをすすめます。

もし進行性歯根吸収なら外科的処置しかないということで、意図的に歯を抜きまして、吸収下に吸収組織がありますので、この赤い吸収組織を取りまして、ラウンドバーで軟化象牙質を削るように生食の滴下の中で削って、削ったらスーパーボンドの緑色の液のほうで処理して、そこをスーパーボンドのラジオペークで埋めて再植固定します。

マウスガードは子供にとっても受け入れていただきやすくなりました。特に外傷を受けた子供さんは、マウスガードを付けて運動するんだと言うと、体育の時間でもやってくれます。透明な入れているか入っていないか分からないぐらいのものということをお勧めしていますが、マウスガードをしても油断できません。というのは、マウスガードを入れていたら外力が消えるわけじゃないんですからね。マウスガードを装着してからのけがをこれから気を付けなくちゃいけないと思うんです。つまり、マウスガードに歯が刺さっていることがあります。マウスガードをしてけがした、どうしたのって、一般の方がマウスガードを外したらマウスガードに歯が刺さっていて、その段階で歯が脱落したという症例を経験したことがございます。ですから、マウスガードを装着でけがした

場合はなるべく外さないで歯医者さんに行って、歯医者さんでマウスガードに歯が刺さっていないことをチェックしながらマウスガードを除去して、歯を診てもらおうということのほうが安全です。マウスガードを装着するときには、それらの注意も行ってやるようにしております。

あとは、むし歯があつたりすると余計に歯は折れやすくなるので、むし歯は治してく。作らないほうがいいのは当たり前です。

それと歯並びの不良、特に上顎前突は外傷が起きやすいというのは、矯正治療をお勧めする一番エビデンスのある情報です。ですから、けがをして1年たったら安心して矯正治療をお願いしています。学校には応急対応、それから、どんなときにけがが生じたのよということについてもフィードバックし、子供たち自身がそれを知っていて、たとえ歯が抜けてもどうやったらいいのかということ子供も知っているというふうになってくれないかなと思って、今日も先生方にぜひその辺もお伝えしたいのです。

今、駅で人の心臓に電気を流せる時代になりました。われわれ歯科医師もアメリカの歯内療法学会がやっているように、もっと一般の方に、歯が落ちたって、まず自分で植えるんだよということを伝えてもいい。学校の先生にも植え方を教えていいと思います。でも、うまく入らないときは保存状態はラップだけでもいいよということも含めて、牛乳だけじゃないというようなこともみんなが知っているというのはいいなと思いました。

今日も感染予防の話をしました、子供がけがしたら早急に口をきれいにしなくてははいけないん

ですね。もちろん磨くのが大変になっちゃうから、甘いもののインプットこそ控えめにしてくださいと言います。子供はコーヒーは飲まないかもしれませんが。だけれども、2月にイギリスの人たちがネットで肥満と糖尿病と警告を出していらしたのは、はやりの某コーヒー飲料はすごく砂糖が入っていますよ1杯に最大イギリスで販売されているものではスプーン28杯でしたか砂糖が入っているというのが出ていました。大体コーラの3杯ぐらい砂糖が入っているんですよというのが出ていました。

けがもむし歯も歯周病も口の中を清潔にすることが一番だといったときに、われわれは、いろいろ世の中においしいけれど口腔衛生に対しては厳しいものというものも次々と販売されてくるということに対して、備えていかなきゃいけないかなと思います。

われわれはむし歯も歯周病もけがも、また肥満とか糖尿病対策と共に考えた方がよさそうです。体重は重くないほうが、けがもひどくならないそうです。

今日はいろいろなお話をしましたけれども、何とか子供の歯が固定で安静化され、被覆されてかつ口腔衛生、口の中をケアすることで感染から守られる、このことがけがをいい方向に持っていきます。初期対応こそが外傷は命でございますので、ぜひそのところを皆さま方の頭の隅に残していただけたら今日は幸いかと思っております。どうも長い時間お付き合いいただきまして、ありがとうございました。

「食べる力は 生きる力」

食べる機能や食べ方の発達を通じた実践的な歯・口の健康づくり

東京都立永福学園

統括校長 朝 日 滋 也

主任教諭 勝 村 千 枝

主任養護教諭 正 木 里 佳

学校歯科医 晴海歯科医院院長 原 田 晴 海

1. 研究のねらい

食べる機能は、生まれてから段階を踏んで「学習」で身に付けるものであるが、肢体不自由のある児童・生徒は、その障害ゆえに、摂食機能の発達が未熟であることが多い。児童・生徒が安全に楽しく食べるためには、摂食機能の維持・向上が大切であり、個々の機能に応じた支援が必要である。また在学中だけでなく、卒業後を見越して、地域の施設や医療機関、保護者と十分連携していく必要がある。

そこで本研究では、以下の2点に重点を置いて、児童・生徒の食べる機能の維持・発達を通して「生きる力」をはぐくむことをねらった。

- 教職員の摂食に関する知識（機能の発達・形態食）や介助技術の向上
- 地域医療・福祉・保護者との連携

2. 本校の概要および児童・生徒の実態

東京都立永福学園は、二つの教育部門を併置する新しいタイプの特別支援学校である。

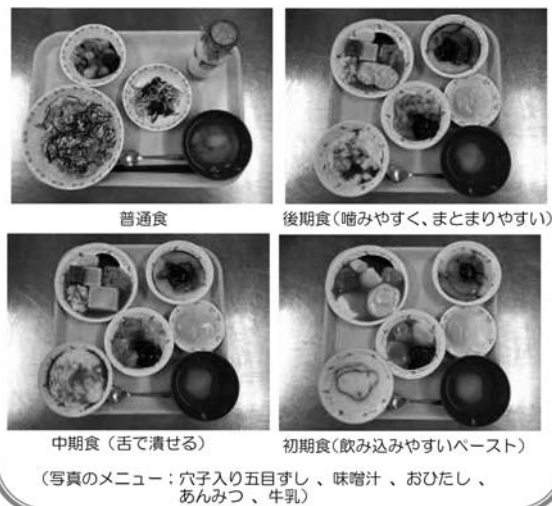
一つは、知的障害が軽い生徒を対象とし、生徒全員の企業就労を目指す目的で設置された「高等部就業技術科」である。もう一つは、肢体不自由教育部門で、杉並区・中野区・新宿区（高等部のみ）を通学区域とし、小学部・中学部・高等部を設置している。

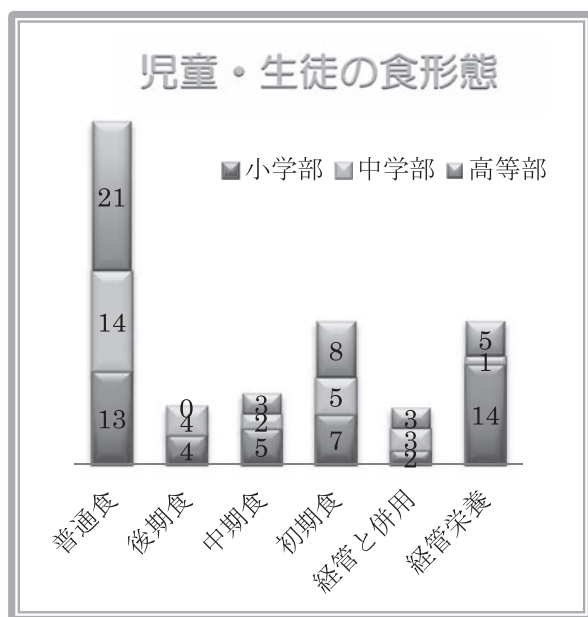
本研究は肢体不自由教育部門で実施したもので

ある。肢体不自由教育部門の児童・生徒114名のうち、医療的ケアを要する児童・生徒は、43名（37.7%）で、年々増加傾向にある。そのうち経管栄養は28名（24.6%）、経口で給食を食べている児童・生徒は、経管栄養との併用も含めて94名（82.5%）である。

本校では、一人一人の嚥下の力に応じて、普通食・後期食・中期食・初期食の4形態の給食を提供している。普通食を食べている子供は42.1%、形態食を食べている子供は40.6%である。普通食を食べている子供も食べる機能に全く問題がないわけではない。教室で一口大にカットする、汁物の具と汁を分けるなどの手元調理が必要な子供も多い。また、特別なスプーンやお皿といった自助

本校の給食は、4種の形態を提供





具を使用すれば、自分で食べられる子供もいれば、全て大人に食べさせてもらっている子供もいる。

3. 実施した主な活動

- (1) 教職員の摂食に関する知識や介護技術の向上に向けて ～外部専門家（歯科医師）による給食時の摂食指導の実施～

外部専門家として、摂食指導を専門としている歯科医師に、一人当たり15分程度、実際に給食を食べている場面で、診断、指導していただいた。各学部の1年生と卒業学年、小学部4年生と各学部転入生のうち経口で給食を食べている全児童・生徒を対象とした。また、食形態を変更の際は、どの学年でも、必ず外部専門家の摂食指導の評価を受けることとした。摂食指導の際には、児童・生徒の給食実態表と給食指導カードも外部専門家に見ていただいている。これらの資料は、高等部卒業後の施設への引き継ぎ資料としても活用している。

この2年間での外部専門家による摂食指導の実績は、平成27年度14回（のべ57名）、平成28年度は18回（のべ約70名）である。そのうち、食形態の変更に至った件数は、13件で

ある。「食べることがうまくなったので、中期食から後期食への変更」といった変更が特に小学部では複数みられた。一方、病気の進行や抜歯等により、食形態を下げる例もあった。今年度は、外部専門家の摂食指導を対象学年以外の保護者が希望する例が増えており、2年間の取組が保護者のニーズを掘り起こしたことが推察される。

- (2) 教職員の摂食に関する研修の充実

外部専門家による摂食指導研修（年間2回）と栄養士による再調理研修（年間2回）を実施した。摂食指導研修会はいつも摂食指導に当たっている外部専門家に講師をお願いした。1回目は、給食の形態食をそれぞれの発達段階の食べ方を模倣したり、わざと不適切な食べ方をしたりして食べることにより、体験に基づいて学べるようにした。2回目は、本校の児童・生徒の事例中心の内容で、児童・生徒の実態を確認し、具体的な支援方法について学び、職員集団として共通理解することができた。

給食では個々の子供に合った形態の食事が提供されているが、校外学習や宿泊行事でレストラン等に行った際には、子供の食べる機能に応じて通常の食事を加工する必要があることが多い。そこで、再調理研修では校外学習等で実際に食べる予定の献立を実際に再調理した。

その他に本校では、さまざまな緊急事態を想定して、救急搬送訓練を毎年実施しているが、今年度は、誤嚥事故を想定して実施し



研修の一コマ
～形態食を嚙まずに飲んでみる～

リスク管理 ～窒息と誤嚥（ごえん）の対応の違い～

窒息

のどに食べ物が詰まること。
原因物を取り除くことが大切

対処法① 背部叩打法 →
はいぶこうだほう
手の付け根で、肩甲骨と肩甲骨の間を強く迅速に叩く。

対処法② ハイムリック法 ↓



上腹部を手前上方に向かって突き上げる。

誤嚥

気管に食べ物が入ること。
気管に入ったものが落ちていかないことが大切。可能なら強い咳をさせる。
背中を叩いてはいけない
食事を中断し、喘鳴や顔色等を確認した上で痰の排出を促す。

対処法 咳出し・排痰
かくしゅつ はいたん
前傾させ、呼吸に合わせて胸郭を圧迫する。



誤嚥時に窒息時の対応をすると、肺の奥に食べ物が落ち込んでしまう危険性があります。
本校では、窒息や誤嚥などの緊急時に教職員が正しい対応をするために、摂食に関する研修で窒息と誤嚥の違いやその防止の留意点と共に、万が一起きた場合の対応の仕方を学んでいます。
また緊急搬送訓練では、窒息や誤嚥を想定した訓練を実施し、排痰法の実際や、EMコール（エマージェンシーコール＝緊急連絡放送）、救急車の要請などの方法を確認しています。

研修で学んだことを、リーフレットにまとめました

た。大人だけでロールプレイングを行い、緊急連絡放送や救急車の要請等の訓練も行った。

(3) 地域医療・福祉・保護者との連携

① 地域の障害児歯科との連携

中野区には、中野区歯科医師会が運営する「スマイル歯科診療所」、杉並区には杉並区歯科保健医療センター「ハーモニーすぎなみ®」という、障害のある方を対象とした歯科があり、本校の子供たちがお世話になっている。スマイル歯科診療所に通院している子供の摂食指導のときは、可能な限り同席をして、指導内容の共有を図ってくれている。家庭と学校で一貫した支援ができるように、今後も地域の障害児歯科との連携に努めていきたい。

② 卒業後の施設等との連携

卒業後の主な進路先である生活介護施設や学区の福祉課の方に本校の形態食についての資料を提供し、給食を見学する機会を設けている。平成27年度には保護者対象の給食試食会に参加していただいた。さらに、実際に入所が決まった生徒の摂食場面

の見学と摂食の実態表や給食指導カードによる細かな引き継ぎを行い、スムーズに移行できるようにしている。生徒の卒業後の生活が充実できるよう、連携を更に進めていく。

③ 地域病院との連携

杉並区にある河北リハビリテーション病院から、理学療法士、作業療法士が外部専門家として来校し、本校の教職員や児童・生徒の指導に当たっている。安全に食べるためには嚥下しやすい姿勢を保持することや、手の操作性が重要である。給食の時間に各教室を巡回したり、外部専門家による摂食指導にも同行したりし、児童・生徒の課題について共有している。



生徒の姿勢を見守るPT

- ④ 大学との連携－歯学部学生の実習受入れ
昭和大学からの依頼により、歯学部の学生を毎年20人程度受け入れ、一日学校体験を実施している。実習生の多くは、肢体不自由のある子と触れ合うのは初めてで、とてもよい経験になったと言っている。障害のある子供たちに理解のある歯科医師が増えていくことを願って、可能な限り受け入れを続けていきたい。

⑤ 保護者との連携

ア. 給食試食会など

保護者対象の給食試食会を平成27年度は1回、平成28年度は2回実施した。本校の給食の概要に加えて、摂食機能に応じた食形態についても説明し、実際に普通食と各形態食を試食してもらった。平成28年度からは、就業技術科、肢体不自由教育部門、同じ校舎内に併設されている大塚ろう学校永福分教室の全保護者を合わせて対象とし、年2回開催した。機会を増やすだけでなく、部門を越えての保護者間の交流ができるようにし、他部門やろう学校にも形態食についての理解が広がった。保護者からは作り方などについて活発な質問があった。また、PTAの行事ではあるが、本校栄養士が講師で形態食の調理の講習会を実施した。

施設や学校によって、同じ「中期食」でも固さなどの違いがあることがあるため、新転入生のために転入学前の学校説明会で給食の展示を行い、実際に見てもらったうえで食形態を仮決定している。そして転入学後、早めに外部専門家の摂食指導を実施し、正式に食形態を決定するという丁寧な対応をしている。

イ. 外部専門家の摂食指導

外部専門家による摂食指導の際は、できるだけ保護者に同席をお願いして、児童・生徒の摂食機能の診断や、必要な支援について共通理解を図っている。学校でできる

こと、家庭でしてほしいことを明確にして、学校と家庭で協力して児童・生徒の摂食機能の維持向上に努められるようにしている。

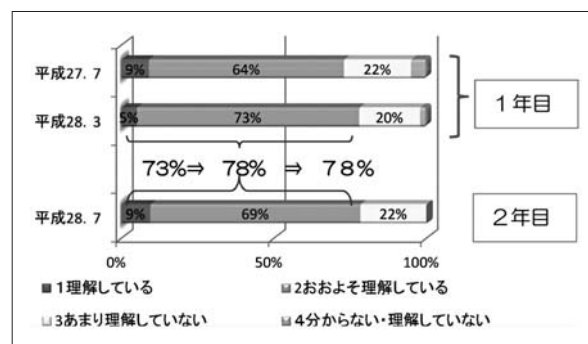
4. 成果と課題

ア. 本校職員のアンケート結果

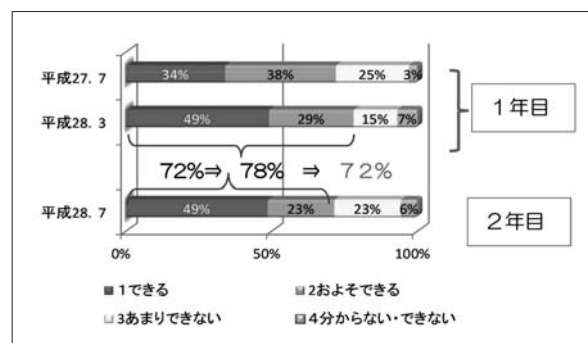
研修の成果を振り返るために、平成27年度7月と3月、平成28年度7月の3回アンケートを実施した。

問1の「摂食機能の発達について、理解しているか」、問2の「担当の児童・生徒の給食介助を手順通り不安なく行うことができるか」のどちらの問いも、平成27年度内では「理解している、おおよそ理解している」「できる、おおよそできる」を合わせた割合が増えているのに、平成28年度になると再び低下している。

これは研修によって、理解したり、介助で



問1 自分は摂食機能の発達について理解している。



問2 担当の児童・生徒の給食介助を手順通り不安なく行うことができる。

きたりする人が増えるものの、年度が替わると、経験のない職員が入ったり、新しい児童・生徒の担当に変わったりするために、このような答えになることはやむを得ないと思われる。つまり、年度が替わると教職員は不安を抱く、それだけ給食指導は難しい、ということが分かる。しかし、自分の担当の児童・生徒の食べ方や自分の介助の仕方に疑問や不安を持ち、外部専門家の摂食指導を受けたい、と希望する職員が増えたことも事実である。これは摂食指導の大切さが教職員に浸透してきたためと思われる。

イ. 児童・生徒の変容

外部専門家による摂食指導の際にアドバイスを受け、個々の児童・生徒に合った適切な姿勢を工夫したり、適切な介助をしたり、機能に合った食形態の物を食べたり、段階の違う形態も練習したりしてきた。そうした日々の指導を通して、食べる機能が向上し、中期食を後期食へ、後期食を普通食へというように食形態を上げることのできた児童もいた。また、いろいろな人の介助を受け入れられるようになったり、食べる量が増えた児童・生徒もいた。

ウ. まとめ

今回の「歯と口の健康づくり推進事業」の指定を受け、「食べることは肢体不自由のある児童・生徒にとってとても大切な学習であり、生きる力を育てることにつながる」ことを再認識した。様々な研修や日々の指導を通して、児童・生徒の食べる機能の変容や様々な成長も確認できた。地域医療や卒業後の施設、保護者との連携も図ることができた。

学校は教職員も児童・生徒も毎年入れ替わるという課題がある。安全安心な給食指導のためには、研修と経験を積んだ教職員を、東京都全体に増やしていくことが大切ということになる。今後も、本校では、学校歯科医をはじめ、摂食専門の歯科医師、理学療法士、作業療法士、などの専門家の協力を受けなが

ら、児童・生徒の食べる力を育て、安全で楽しい給食を実施していくための支援の力を、教職員が身に付けられるよう取り組んでいきたい。

【深謝】

本研究に関して、東京都学校歯科医会から多大な研究助成をいただき、研究のまとめとして、下記のリーフレットを3,500部印刷することができた。全校の保護者はもとより、全都立特別支援学校、通学区域の杉並区、中野区、新宿区の区立学校、地域の放課後支援施設、卒業後の施設等に配布することができた。

2月16日、第51回東京都学校歯科保健研究大会にて報告の機会をいただき、参加者にも配布していただいた。

後日、よい歯の作文で佳作を受賞した小学校6年生から手紙が届き、このリーフレットを読んで、障害のある人の歯の健康づくりに興味をもったこと、将来歯科衛生士になりたいことなどが書かれていた。都学歯を通じての御縁がこのような形になり、教職員一同、感謝の思いで一杯である。



平成28年度全日本学校歯科保健優良校表彰受賞校

(順不同・敬称略)

学 校 名	学 校 長 名	住 所
◎ 台 東 区 立 富 士 小 学 校	金 子 雅 彦	〒111-0032 台東区浅草4-48-9
江 東 区 立 第 二 大 島 小 学 校	鈴 木 貴 雄	〒136-0072 江東区大島3-16-2
町 田 市 立 南 成 瀬 小 学 校	鯨 坂 映 子	〒194-0045 町田市南成瀬3-6
荒 川 区 立 第 三 中 学 校	清 水 隆 彦	〒116-0003 荒川区南千住8-10-1
○ 東 京 都 立 武 蔵 野 北 高 等 学 校	佐々木 正 文	〒180-0011 武蔵野市八幡町2-3-10
○ 東 京 都 立 大 泉 特 別 支 援 学 校	太 田 正 明	〒178-0061 練馬区大泉学園町9-3-1
東 京 都 立 小 金 井 特 別 支 援 学 校	坂 口 昇 平	〒185-0024 国分寺市泉町2-2-9

◎優秀賞（文部科学大臣賞）

○日本学校歯科医会会長賞

平成28年度東京都学校歯科保健功労者表彰者

(順不同・敬称略)

渡 邊 真亀子	台東区立富士小学校主任養護教諭
広 瀬 菜々子	東京都立高等学校学校保健研究会幹事 東京都立蒲田高等学校主幹養護教諭
西川路 由紀子	東京都立赤羽商業高等学校主幹養護教諭
伴 智恵子	東京都立大泉特別支援学校養護教諭
平 澤 規 子	足立区立第十三中学校主幹養護教諭
寺 島 貴美子	東京都立久留米特別支援学校養護教諭
原 田 育 叔	一世印刷株式会社代表取締役社長

平成28年度30年勤続表彰者

(順不同・敬称略)

氏 名	地 区	氏 名	地 区
小 林 てい子	浅 草	古 澤 博 行	荏 原
大 崎 義 弘	葛 飾	富 永 ミト子	荒 川
桑 島 馨	葛 飾	佐々木 征 男	練 馬
武 井 秀 光	葛 飾	岩 永 克 美	西 多 摩
増 田 清 治	葛 飾	塚 本 浩 二	西 多 摩
矢 作 眞 大	江 戸 川	本 間 祥 継	西 多 摩
田 村 純 治	江 戸 川	鈴 木 佐	東久留米
笠 原 真知子	江 戸 川	鈴 木 普 久	東久留米
山 田 正 一	中 野	関 三樹夫	昭 島

◎ 叙

勲

澁谷 國男 (板橋) 瑞宝双光章 (春)
 佐藤 貞彦 (練馬) 瑞宝双光章 (春)
 朝比奈 敏行 (江戸川) 瑞宝双光章 (秋)

◎ 文部科学大臣表彰

石川 文一 (京橋)	藤野 珥男 (麻布赤坂)
大越 壽和 (向島)	柁谷 憲敬 (江東)
川本 黄石 (葛飾)	根岸 哲夫 (葛飾)
飯塚 務 (葛飾)	武井 秀光 (葛飾)
齋藤 祐一 (江戸川)	山内 幸司 (中野)
三上 周二 (中野)	佐々木 康 (荏原)
寺田 誠 (豊島)	花島 靖雄 (板橋)
小林 繁樹 (板橋)	末高 英世 (板橋)
葉山 裕 (西多摩)	山崎 康夫 (東大和)
香田 忠正 (狛江)	

◎ 厚生労働大臣表彰

鈴木 康仁 (町田)

◎ 東京都功労者表彰 (都知事表彰)

石川 文一 (京橋)	三井 安治 (京橋)
片桐 博陽 (足立)	賤部 洋 (江東)
倉治 ななえ (大森)	中村 卓志 (北)

◎ 東京都教育委員会表彰

今村 純一郎 (京橋)	長井 博昭 (港区芝)
華岡 眞幸 (港区芝)	土居 浩 (文京)
荻原 芳樹 (足立)	賤部 克彦 (江東)
嶋田 直季 (葛飾)	川野 浩一 (江戸川)
野村 良治 (品川)	山根 良 (大森)
内藤 大 (世田谷)	高橋 利武 (北)
三浦 みつ子 (荒川)	鈴木 勝 (板橋)
森岡 俊介 (板橋)	笹川 洋一 (練馬)
角田 俊一 (西多摩)	山中 治 (西多摩)
松田 克一 (府中)	土方 節也 (東村山)
細野 好春 (昭島)	本田 健 (調布)
山崎 康夫 (東大和)	

平成28年度「歯の作文」優秀入賞者

小学校の部

優秀は10名、◎は最優秀

	題 名	学 校 名	氏 名	学年
◎	医者ぎらいの私の歯	豊島区立朝日小学校	田 端 恵 茉	5
	GO 予防、私の挑戦	港区立白金小学校	石 塚 未 来	5
	素敵な笑顔	江東区立第二大島小学校	吉 沢 咲 希	6
	「歯の健康づくり」について	足立区立花畑小学校	関 根 怜 香	6
	歯の大切さ	葛飾区立葛飾小学校	高 橋 康 輔	5
	歯を守るために大切なこと	葛飾区立二上小学校	石 坂 未 来	6
	大事な宝物、歯	府中市立府中第五小学校	山 本 す ず	6
	実せん!! 八〇二〇運動!!	町田市立町田第一小学校	田 中 優里奈	6
	おばあちゃんになってもおいしく食べられるように	武蔵村山市立第二小学校	岩 田 優 芽	6
	笑顔は歯から	多摩市立大松台小学校	牧 野 花 恩	5

中学校の部

優秀は5名、◎は最優秀

	題 名	学 校 名	氏 名	学年
◎	日本の技術	新宿区立落合第二中学校	亀 谷 七 海	1
	「歯と口の健康」について	文京区立第六中学校	市 川 悠 太	3
	歯磨きの落とし穴	文京区立音羽中学校	川 崎 み の り	2
	「昔から変わらない身近な美」	江東区立砂町中学校	竹 原 芽 衣	3
	歯の重要な役割とは	練馬区立中村中学校	石 井 美 羽	2

平成28年度

「歯の作文」 優秀作品

例年、「歯の作文」に応募頂いた児童生徒の作品の内、優秀作品15点を東京都学校歯科保健研究大会要項に掲載しておりますが、多くの会員および保健関係者にもお読み頂けるよう、本会誌に再録いたしました。

応募状況等詳細は大会要項をご参照ください。

医者ぎらいの私の歯

豊島区立朝日小学校 5年 田端 恵茉

私は、お医者さんにキックをして、つばをふきかけたことがあります。それは、三才児検診で歯医者さんに歯を見てもらった時です。医者ぎらいの私は、絶対に口を開けませんでした。看護師さんが一生けん命に、なだめてくれました。でも、看護師さんの手をふりはらったので、お母さんが私のうでをおさえました。ところが、今度はお医者さんのことをキックしました。しまいには、お医者さんにつばをふきかけました。お母さんはまた、キックしたりつばをふきかけたりするのではないかと困ったそうです。お母さんは、もう私をお医者さんに連れて行きたくないと思い、むし歯にならないように、私の歯をみがいてくれました。今でもむし歯がないのは、毎日ていねいにお母さんがみがいてくれたおかげだと感謝しています。

私もお医者さんに行くのは、いやだったので、どんなにねむくても、文句を言わずに毎日歯みがきをしました。十才になった今でも、むし歯で治りょうしたことがありません。医者ぎらいの私には、とてもうれしいことです。

私のお父さんはアメリカ人で、おじやいとこ達も、みんな歯並びがとてもきれいです。歯並びが良いので、笑うとすてきに見えます。私も笑顔がすてきになりたいので、うらやましいです。

お父さんは、私ぐらいの年の時は、歯並びが悪かったそうです。歯並びを整えるために、親知らずを抜いたり、きょう正器具をつけたりしたそうです。何年もかけて、歯並びを整えました。きょう正器具は痛いし、見た目もあまり良くはなかったもので、つらい数年間を過ごしたそうです。家には、お父さんがきょう正器具をつけて写っている写真があります。写真では笑っていますが、本当は、すごく痛くて、つらかったと思います。

しかしお父さんは、きれいな歯並びと健康な歯は、一生の財産だと言っています。私はきょう正器具をつけたことがありません。だから、どれくらい痛いのかは、知りません。けれども昔のお父

さんの写真を見ると、どれくらい痛いのが伝わってきます。すごく痛いのがまんして、すごいと思っています

お父さんは今でも、むし歯は一本もありません。家族全員、半年に一回は歯医者さんに行き、むし歯のチェックをしてもらい、歯こうをとってもらっています。

あんなに、医者ぎらいだった私ですが、お父さんのようなきれいな歯でいたいので、予防のために、三、四ヶ月に一回は、歯医者さんに行っています。歯医者さんでは、むし歯のチェック、歯みがき、フッ素をぬってもらっています。家では自分で、歯の段差などをていねいにみがき、たまにはお母さんに仕上げみがきをしてもらっています。

私は、歯医者さんで治りょうしたことがありませんが、となりから聞こえるキーンという音がいやなので、やっぱりむし歯にはなりたくないといつも思っています。歯医者さんでみがいてもらった歯は、とてもツルツルで、気持ち良いです。家では、ツルツルになるまでみがくことはむずかしいですが、毎日がんばってみがいています。

私はまだ、全ての歯が生えかわっていません。先日乳歯を抜いてもらったのですが、その乳歯は、下から大人の歯が生えてきているのに、三ヶ月以上放置してしまいました。

私は歯を抜くのは痛いことだと思いこんでいました。けれども、実際、歯を抜いたら、あまり痛くありませんでした。やっぱり歯医者さんはいやだけれども、いざとなったらこわがらずに治りょうしたいです。

これからも健康でむし歯のない歯、なりにくい歯をめざしていきたいです。そのために歯みがきや、歯医者さんに行くことを進んで続け、大人になった時、歯並びがきれいで、笑顔がすてきな人になりたいです。

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

GO 予防、私の挑戦

港区立白金小学校
5年 石塚 未来

私は昨年、小学校の夏休みの課題で GO はどのような予防をすればかからないのか、ということについて母と考えた。また、学校歯科医の先生にも講義していただき、歯の健康は生活リズムとつながっていることを教えていただいた。

そもそも GO とは、軽い歯肉炎のことでその歯肉炎が大人になって進化すると、歯周病になり歯を失う原因とされている。

では、GO をどうすれば防げるのか、私が考えた案は三つある。

一つ目は、デンタルフロスを使い、歯垢をきれいに落とす、ということだ。実際に試してみると、普段歯ブラシでは届かない歯と歯の間のすみずみまで落とすことができ、歯垢が少なくなり歯肉炎予防の第一歩となるように感じた。

二つ目は、フッ素が入った歯みがき粉を使うようにするということだ。これは、歯の脱灰を防ぎ再石灰化を増やすように心がけるにはフッ素が効果的だと学校歯科医の先生から教わったことだ。また、少量洗口をして、口の中にフッ素を残しておくということも大切だと教わった。

三つ目は、一日最低でも二回は歯をみがくということだ。幼いころからお世話になっているかかりつけの歯科医によると、朝夜は必ず歯をみがき、特に夜を朝よりもていねいにするといいと教わった。これは、歯垢の中にいるむし菌が活発になるので寝る前の歯みがきを怠ってしまうと、寝ている間に脱灰が進み、再石灰化よりも増えてしまい、結果的に GO やむし菌につながる、ということだ。もちろん朝の歯みがきもきわめて重要であることを忘れてはいけない。

また、歯みがき以外にも脱灰を防止できる。水

分補給の仕方の少しのちがいで将来、歯周病になるかならないかの大きな問題につながることもあるのだ。

例えば、私たちがいつも使っているペットボトル。飲み方や時間を誤れば、脱灰が進んでしまう。一番正しく、効果的なのが、毎回飲み口には口をつけず、容器に移してから飲むやり方だ。これは、飲む際に口の中にあった歯垢が飲み口に付着し、その次飲む時に水と一緒に口の中へ再び運んでしまい、脱灰を増やしてしまうかも知れないということだ。

以上の三つのことを全て試したところ、GO が改善された。

今回の取り組みにより、日ごろ気にしていなかった歯に関する意識の向上に努められたと思う。また、このように改めて歯について考えられたのは、歯科医の先生方、学校の先生方のおかげだと思っている。

これらのことを生活に取り入れ、四十年五十年後にも丈夫な歯を保っていけるように、これからも努力していきたい。

素敵な笑顔

江東区立第二大島小学校
6年 吉沢 咲希

私は、歯をみがくのは面倒だと思っていました。原因は朝の寝起きの悪さです。かんばって起きても、朝ご飯を食べながら寝てしまう、朝ご飯を食べるのがとても遅く時間がかかる、さらに、家から学校までが遠いので、早く家をでなくてはならず、歯みがきをしている時間がなくなり、歯みがきをしない日々が続いてしまっていました。自分でも「きたなくなる」と分かっていましたし、むし菌になってしまうかもしれないと心配でしたが、この生活リズムでは歯みがきができな

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

い、なんとか自分で努力をしなければいけないと思いました。いろいろと考えて、朝は七時よりも前に起きて、朝ご飯の時も絶対に寝ないように心がけ、早目に食べるようにしました。その結果、時間に余裕ができて歯みがきができるようになりました。歯みがきが毎日できるようになってうれしいだけでなく、口の中がすっきりしてそのそう快感に感動しました。歯みがきを毎日続けていればむし歯にもなりにくくなるので、このまま続けて8020を目指し、素敵なおばあちゃんになりたいです。

人が笑うとき、ほとんどの人は前歯が見えます。私は前歯がきれいだと笑顔に自信が持てるようになりその人の印象が変わると思います。歯をみがかなかった頃の私は、とても無愛想で同学年の人から話しかけられることはあっても、かわりの少ない他学年の人から話しかけられることは、あまりありませんでした。私が歯を良くみがくようになり、愛想を良くして、笑顔を心がけたのは五年生になってからです。それからは、自分でも驚くほど他学年の友達も話しかけてくれるようになり、たくさんの人ととても仲良くなりました。

以前の私は、歯をみがくことが面倒で、無愛想にしていた悪いところがたくさんありました。でも、生活リズムを見直して、歯みがきを毎日することで自分の笑顔に自信を持つことができ、友達もたくさんできました。私は自分の良いところを見つけられた気がしました。歯を毎日みがくことで自分に自信が持てるようになってとても良かったと思っています。

これから先、もしかしたら歯みがきをしない日々になってしまうことがあっても、素敵な笑顔でいられるように、毎日しっかり歯みがきをして歯を大切にすることを日々に戻れるようにしたいです。

「歯の健康づくり」について

足立区立花畑小学校

6年 関根 怜香

私は歯科矯正の中でも床矯正をやっている。床矯正とは、あごを広げることにより、歯並びやかみ合わせを良くする治療法である。

床矯正は、装置を使って進めていく。装置にも色々な種類があり、ワイヤーの物や、取り外し可能な物もある。また、歯の入るスペースをつくる物と、歯並びを良くする物がある。装置によって、大部分が良くなれば、装置をはずせるかどうかのテストがある。テストの内容は、唇のとじる強さやかみ合わせのバランス、舌が正しく使えているかどうかなどがある。

先程テストのことについて述べたが、テストの練習ももちろんある。唇のとじる強さやかみ合わせのバランスを整える練習は、ゴムチューブをかんだり、食べ物を大きく切ったものを食べたりする。舌を正しく使えるようにする練習は、ガムをかんで、舌だけでガムを丸めたりはりつけたりする。

そもそも私がなぜ床矯正をやることになったのかというと、大きく分けて二つある。一つ目は、歯並びが悪かったからだ。くわしく言うと、歯の生えるスペースがなく、歯が後ろにひっこんでいたからだ。二つ目は、歯並びは健康と関係があるからだ。すなわち、歯並びが悪いことは体も悪くなるということだ。この二つの理由から、私は床矯正をやることになった。

床矯正をやっていて、いや、何をしてもだと思ふのだが、思ったことがある。まず、しゃべりにくい、違和感がある。これは特に、初めの方によく思ったことである。口の中に、ちょっとした物体（装置）が付いているのだから、当然である。しゃべりにくさや違和感は、今はあまり思わな

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

い。次に、自分の中で良いことだと思うのだが、間食をあまりとらなくなった。家でも、おかしがあっても今付けているからいいや、と思うことが多くある。このこともあってか、今はむし歯^{ゼロ}「0」である。早く歯並びが良くなりたいと思うあまり、学校にも装置を付けていった。先生（歯医者）によると、学校に装置を付けていくことはハードルが高いらしい。例えば、口を開いただけで装置が見えるので、クラスのみんなからバカにされたくないからやだ、など、とにかくハードルが高いらしい。早く良くなりたいと家でも思っていたので、ご飯が終わったらすぐ、歯をみがくようになった。むし歯が「0」なのは、これも理由かもしれない。しかし、歯をすぐみがくのは必ずしも良いとは限らないらしい。くわしくは歯医者さんで聞いてもらいたい。

先程しゃべりにくさや違和感を、今はあまり思わない…と述べたが、すなわち、習慣化したということだ。そもそもなぜ装置を付けることが習慣化したのか。それは、早く歯並びを良くしたいと強く思ったからだと思う。この思いがあったからこそ、今まで床矯正を続けてこれたからだと思った。また、この思いがあったこそ、習慣化したのだと思った。

最後に、歯並びやかみ合わせが良いと、体のバランスが良くなったり、顔の形が良くなったりする。先程述べた通り、健康にもなる。歯の健康、というと、歯みがきを思いがちの人も多いと思うが、歯並びも大切だと私は思う。

歯の大切さ

葛飾区立葛飾小学校
5年 高橋 康輔

みなさんは、歯を大切にしていますか。ぼくの一日はお母さんの、

「きちんと歯をみがいてよ。」

と、という言葉から始まります。そのおかげでぼくはきちんと歯をみがく習慣が付いています。歯をみがく時に気を付けていることは、一度みがいた歯をもう一度でいいいにみがくことです。そうすれば、歯はきれいにつるつるになります。もう一つ、ぼくは歯をみがく工夫をしています。それは、そめ出し液を使うことです。歯が赤くそめているとみがけてないしょうこになるので、次にどこを注意してみがくのが分かり、とても便利です。

歯を大切にしないと、むし歯ができます。穴が小さいと、それほどいたみはありませんが、そのままにしておくと、最悪の場合、神経をとるということになってしまい、歯をぬかないといけなくなってしまうこともあります。つまり、大人の歯がなくなってしまうことです。

ぼくの通っている小学校は、182人中むし歯になったことのある人が79名で、今もむし歯になっている人は39名います。むし歯になった人が多いので、この数にはおどろきました。では、歯を守るためにはどうすればいいのでしょうか。

歯に悪い食べ物は、チョコレートやキャラメルなど、あまい食べ物です。これらは、歯にくっつきやすく、口の中に残ったままにしておくと、あまい食べ物にふくまれるさとうがむし歯さんと協力して歯をとかしていきます。それがむし歯です。そのむし歯にならないための大事なことがあります。

一つ目は、歯みがきです。むし歯にならないためには食べた後にすぐにみがくことが大切です。きちんとみがいているつもりでも、歯ブラシがとどきにくいところがあります。このようなところは、いいいに気を付けてみがくと歯はきれいになります。

二つ目は、毎日の生活の仕方などを見直すことです。おやつをだらだら食べていると、口の中が

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小 学 校 の 部

よごれている時間が長くなって、むし菌さんが活動しやすくなります。だから、おやつはきまった時間に、きまった量を食べるようにすることが大切です。そして、おやつや食べた後には、必ず歯をみがくことです。

三つ目は歯の健康しんだんに行くことです。むし菌になってから行くよりも、一年に二、三回歯医者に行きましょう。正しい歯みがきの仕方や、むし菌さんから歯を守る方法を教えてくれたり、フッ素をぬってもらえたりします。それでもむし菌になってしまったら、早めに歯医者に行って治してもらいましょう。

歯は食べるだけではなく、他にも大事な役割があります。例えば、食べる・かむだけではなく、野球などでは歯をくいしばってボールを投げたり打ったりします。その時に、むし菌や歯ぐきの病気になっていたら左右のバランスがくずれて、速いボールを投げたり、打ったりすることができなくなってしまいます。こういうところにも歯の大切さは関係しています。

ぼくには、今むし菌が一本もありません。小さいころにはお母さんやお父さんに協力してもらい、今は自分で歯をがんばってみがいています。

お母さんに八〇二〇運動という言葉を知りました。八十才になっても、二十本以上歯を保とうという運動です。ぼくはまだ11才。歯を大切にしないといけないという気持ちが高まってきました。

これからも、歯を大切に守っていきたいです。みなさんも、歯を大切にすることを忘れずにいてください。

歯を守るために大切なこと

葛飾区立二上小学校
6年 石坂 未来

私は、むし菌が一本もありません。親に小さい

ころから、「むし菌になったらおかしを食べさせない。」と言われ、甘い物が好きな私は、歯をていねいにみがくようにしていたからだと思います。また、歯をていねいにみがくだけでなく、三ヶ月に一度、歯科医院に行ってフッ素をぬってもらっていました。

むし菌の経験がないとむし菌の痛みは分かりません。だからこそ、その痛みを感じないように気をつけることが大切だと思います。歯科医院は、行くと必ず、ギーギーとこわい音がして、小さいころは行くのもいやでした。でも、むし菌にならないために欠かすことなく行くように努力しました。歯のみがき方を習い、歯科衛生士さんに、「奥歯をもっとよくみがいた方がいいよ、一つの歯は十回ずつみがこう。」などのアドバイスをもらっていました。そして、それを家で生かし、歯をていねいにみがいてきました。歯も勉強などのように一つ一つの努力の成果がでるのだということを大きくなって知り、小さいころはいやがっていた歯科医院も、行かせてくれたことを親に感謝しています。

また、親に感謝しているのはこれだけではありません。最初に話したような、むし菌になってはいけないということ、甘い物を食べすぎるとむし菌になりやすいというこわさを、小さい私にうえつけてくれたことです。小さいころからむし菌はこわいことなのだということが心のどこかにあれば、おかしを食べすぎそうな時も、こんなに食べたらむし菌になってしまうかもと気をつけることができるのです。またもう一つ感謝していることがあります。小さいころ、私は、道においてあった、口が開いていたカンを見つけ、飲もうとしたことがあったそうです。その時、それに気づいた母が「知らない人が口をつけたものは飲んではいけない。」としかったそうです。それから回し飲みはむし菌がうつるきっかけになるということも分かり、人との回し飲みは、親との間でもひかえ

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

ています。このようなこともむし歯にならないことにつながっているのだと思います。

このように、親に感謝していることはたくさんあります。でも、実は両親ともにむし歯だけです。母も父も、昔はそう定期的に歯科医院に行くことはなかったそうです。だからこそ、なおさら、子どもには、同じようにむし歯になってほしくなかったのも、小さいころいやがっていた私を、必死に歯科医院に連れて行ったのです。そして他の人が口をつけたものを飲んだり食べたりしてはいけない、おかしを食べすぎてはいけないことを教えてきました。やはり親に感謝することばかりです。

今までのことで一番言いたいことは、ここまで私の歯を守ってきたのは自分の努力だけでなく、親の力も大きく、感謝しなければならないということです。そして歯の健康を守るためには小さいころからの積み重ねと努力が大切であるということです。

私は、小さいころからの努力と教えを忘れることなく、今まで、親に守られてきた部分も多いけれど、これからは自ら進んで自分の歯・口を守っていきたいです。

大事な宝物、歯

府中市立府中第五小学校
6年 山本 すず

最近、大人用、子供用など歯ブラシの種類が増え、歯みがきを推奨するテレビコマーシャルが多くなってきたのがよく分かる。それは歯が病気になるやんでいる人が多く、歯みがきの質にこだわる人が増えてきたからかもしれない。実際、歯の病気になると、口だけでなく体全体の具合が悪くなってしまいます。例えば、夜中に歯が痛く眠れなくなりそのまま朝を迎え、すいみん不足で授業に集

中できなくなる。また、歯の痛みで食事がとれず、楽しい時間のはずがとても苦しい時間になってしまう。そのせいで栄養不足になるかもしれない。歯が悪くなって困るのは自分だ。歯は人生にずっとついてくる大事な宝物。だからしっかりと守っていかないといけないと思う。

私は、初めて飛行機に乗ったとき、乗務員さんが白い歯でにっこり笑ってくれたのがよかった。人は美しくキレイな歯であると笑顔に自信がつく。だから、それを見た人が元気になるのだ。歯を守るだけでなく美しい歯を保つことも大切だ。外出をする前などには母は私よりも入念に歯みがきをしている。それは、相手を不快にさせないようにエチケットとしてやっているからだと思う。私はご飯の後など歯みがきをするようになった。すると父や母が、

「きちんとみがいてえらい。」

と言ってくれる。

虫歯ができて、歯みがきでなおせることはないだろう。大事なものは、日ごろからの習慣であると思う。一ヵ月に一本、歯ブラシを新しくしたり、歯医者さんに聞いたアドバイスをしっかりおぼえておくようにしている。「歯ブラシをたてにななめに使って」という言葉は特に覚えている。言われた通り意識して歯みがきをしていると、それが習慣となり、今では時間がないときに雑に歯みがきを終わると不思議と何となく異和感が残る。だから、できるだけいねいにみがくよう心がけている。

私は健康のために歯をみがくということは「手を洗う」のように生活の基本であると思う。手を洗い病気を予防するように、歯をみがき虫歯を予防する、とても簡単のような気がする。

祖母が大学病院の口腔外科に行ってきた。インプラントの手術をしているそう。祖母は「八〇二〇運動って知ってる。」と聞いてきた。どうやら「八十才まで二十本の歯を残そう。」というこ

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

とらしい。今私は十一才。八十才なんて聞くと、とてつもなく遠い話のようにきこえる。そのとてつもなく遠くまで歯を守っていくのはとても大変な気がするが、毎日、ていねいに歯をみがくという小さな事を積み重ねれば、出来るような気がする。

一日は二十四時間もあるのだからその中で歯みがきをする時間ぐらい、大事にしていきたい。みがいていても、一日一日の変化は、目に見えず、小さいものかもしれないが、それは将来の健康への第一歩であること、これを忘れずにいきたい。

実せん!! 八〇二〇運動!!

町田市立町田第一小学校
6年 田中優里奈

「虫歯ですね。」

四才か五才の時に歯医者さんに言われた言葉だ。この頃は、まだ虫歯のこわさをあまり知らなかった。知っていたのは、ただ虫歯治りょうが痛いということだけだった。

一年生の時、初めて歯についての授業を受けた。虫歯とはどんなものなのか、虫歯にならないように断面図を使いながら歯みがき指導などを受けた。

そして今回、六回目の授業を受けた。一年生の時とは比べものにならないくらい、多くの事を学んだ。虫歯の原因となるきんは、どうしたらできるのか、大人の歯がはえかけている歯が虫歯にならないように、ということを学んだ。

私が虫歯になった歯は、まだ子供の歯だったので、虫歯の部分だけを削って銀歯にし、大人の歯へとはえかわれたので今はなくなった。でも、もしこれから虫歯になったら、はえ変わる歯がないので、一生白いきれいな歯ではなくなってしまう。また、虫歯以外にも、歯周病や歯肉炎など、歯や

はぐきの病気で歯を失ってしまう事もある。そんな事を考えていたある日、道を歩いていたらこんなポスターをみつけた。

「八〇二〇運動をご存じですか。」

これは、八十才まで二十本以上の健康な歯を残そうという運動だ。なぜ八十才なのかというと、日本人の平均寿命が約八十才だからだ。最近、歯の病気が増えていて、特に高齢者の人が多かったために作られた運動だ。興味を持った私は、八〇二〇運動についてくわしく調べることにした。

八十才までどうして二十本の歯を残さないといけないのか。それは、「かむ」という動作は歯が二十本以上ないとできないことだからだ。だから、二十本未満でよくかんでいてもそれは「かむ」に入らないのだ。

次に、八〇二〇運動を達成するためには、どうすればいいのかを調べた。

やはり、一番大切なのは「かむ」ということなのだ。よくかむことで、歯が丈夫になり強い歯にすることができる。

次に大切なのが「正しい歯並び」「正しいかみ合わせ」であることだ。どんなによくかんでいても、歯並びが悪いのはよくない。また、歯並びが悪いとかみ合わせにもえいきょうがでてくるので、早めに改善するべきだと思う。

そして最後の達成条件は、歯周病などの歯の病気や虫歯にならないことだ。これは、ていねいに歯みがきをすることで予防することができると思う。これら三つの事をやると八十才までに、二十本の歯を残すという「八〇二〇運動」を成功させられるのではないかという事が分かった。

今回、八〇二〇運動についてよく知る事が出来た。私は今まで健康には気をつけていたが、「歯の健康」が体の健康に関係しているということに、今回初めて気がついた。今から約七十年後、私が八十才になった時、二十本以上健康な歯を残せるよう努力していきたいと強く思った。

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

おばあちゃんになっても おいしく食べられるように

武蔵村山市立第二小学校

6年 岩田 優芽

私は去年、学校の歯科健しんで、むし歯が見つかりました。毎日歯みがきをしていたのに、むし歯になっていたなんて、とてもショックでした。私は歯医者に行き、治りょうを始めることにしました。

歯医者でみてもらって、むし歯になったのは、おく歯の外側でした。先生に、

「かみ合わせるところがむし歯になることが多いけど、この大きなおく歯の外側に、きちんと歯ブラシが当たっていなかったんだね。」

と言われました。毎日歯みがきをしていても、きちんと歯ブラシの毛先と、歯のみがく面が当たっていないと、効果的な歯みがきにならない事を知りました。

治りょうが終わって待合室で待っている時、私は一枚のポスターに目がとまりました。それには、『8020運動』と書いてあり、ハチマルニイマル運動と読むと分かりました。それは、

「80才になっても、自分の歯を20本以上残そう」という意味でした。20本あれば固いものでも自分で食べられるので、それを目指そうという運動のポスターでした。私はそれを見て、まだ私がおばあさんになることは想像がつかなかったけれど、今私の歯はほとんどが永久歯なので、そのうちの1本を10才でもうむし歯にしてしまったんだと思いました。

家に帰ってから、家族でその話をしました。母の勤め先にあるお年よりのし設では、80才以上の方が多いいけれど、自分の歯が20本残っている人は少ないようでした。入れ歯にしても、土台の歯ぐきが悪いと、入れ歯が合わなくてこまっているそうです。食事をミキサーにかけて、ドロドロにし

たものや、細かくきざんだものを食べている人もいて、

「ステーキが食べたいなあ。」と言っているそうです。私もステーキが好きなので、食べたいものが、ドロドロの状態でてきたら、悲しいと思いました。

自分の歯でかむ、という毎日あたりまえにしていることが、できなくなることなんて、今まで考えた事がありませんでした。歯がない事は、栄養がとれない事だけでなく、食べる楽しみもなくなってしまうのだと思いました。20本以上自分の歯があるおばあさんになるために、毎日効果的な歯みがきをして、半年に1回は歯医者さんで点検してもらう事が大切だと思います。まず今日から、歯ブラシがきちんと歯に当たっているかを意識しながら、歯みがきをしようと思います。それを80才まで続けて、私の好きなものがおいしく食べられたらいいなと思います。

笑顔は歯から

多摩市立大松台小学校

5年 牧野 花恩

「歯みがいたの？」

ご飯の後の母のガミガミが始まった。本当は、めんどくさいと思っているが。母は、むし歯になりやすく歯医者で痛い思いをしているのでガミガミ言いたくなる気持ちも分かる。

去年、私のひいおじいちゃんが亡くなった。百三才だったが自分の歯が三十二本残っていたらしく、表彰されたことがあるらしい。大好きなお寿司や固いおせんべいなどを食べていた。また、話す事が大好きでいつも笑顔が生き生きしていて、とても幸せそうだった。百才を過ぎているのに、なぜむし歯がなく、歯が健康なのだろうと不思議に思っ聞いてみた事がある。まず、好ききらい

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 小学校の部

をしないでよくかんで何でも食べる。三十分以内に必ず歯みがきをする。毎日、外に出て日にあたり散歩をする。これだったら私にもできない事はないと思った。

先日、学校で歯科検診があった。去年は、みがき残しがあったので、今年は大丈夫かと心配して受けたがこれまで、私もひいおじいちゃんのようにになりたいと思って、歯をみがいてきた。なので、歯医者さんに何も言われなくてホッとした。

学校や習い事で、今日はめんどくさいなあと思うこともあるけれど、みがき終わった後は歯だけではなく、気持ちもすっきりして色々な事をがんばろうと思える。

もうじき、私の歯は乳歯から大人の歯に全部が生え変わる。もしも、むし歯になったら白いきれいな歯は、もどってこない。なので、母が一日に何度も口をすっぱくしてガミガミと私の歯を心配してくれて私を愛情いっぱい育ててくれた事に「ありがとう。」と、感謝して伝えたい。そして、私がいつかお母さんになった時に、自分の子供にも歯の大切さを話してあげたい。

これからは、歯医者に行くのが怖いと思うのではなく、健康な歯を守ってくれる私の味方と思いたい。そしてむし歯ゼロで、笑顔に自信のある素敵な大人になりたい。

日本の技術

新宿区立落合第二中学 1年 亀谷 七海

私は、父の仕事の都合で、小学校二年生の途中から四年間、ある外国に住んでいました。

住み始めて三年か四年たったころ、学校の歯科検診で、「むし歯の疑いがあります。」と言われ、その国の歯医者さんに初めて行きました。

歯医者さんの先生は優しくかったけれど、治りようが少し痛くて、私は歯医者へ行くことが、いっきにいやになりました。

それからちょうど一年くらいたって、父がその国で歯の治りようを受けていたのですが、しばらくすると治りようした歯が悪化してしまいました。しかたなく日本への出張のついでに、月一回歯医者にかよい、治りようすることになりました。

父からは、日本へ行くたびに、今回はこういう治りようをしたとか、歯がどうなったとかという話を聞かされました。

もちろん、その国の歯医者さんの先生も外国語がたくさん話せて、多くの人を治りようしている高い技術をもった人だったと思います。

しかし、その人でもなおすことができなかった父の歯を、日本の歯医者さんはさらに悪化した状態からなおしてくださいました。私はその時、歯をなおす日本の技術にただおどろいていて、すごいと思いました。

でも、父から日本の歯医者さんの話を聞いても、私はやっぱり、歯医者といえば悪いイメージしかありませんでした。

そして、昨年、六年生の途中で日本に帰国し、転入した小学校の歯科検診で見つかったむし歯の治りようのために、帰国してから初めて歯医者に行きました。

その時の私は、冷静と見せかけて、内心パニックで治りようを受けていました。なぜなら、その外国とは違って、日本語で「いやだー。」と言って私がいやがっているのが、お医者さんに言葉で気がつかれてしまうからです。

私が受けた治りようは、軽いむし歯の治りようというものでしたが、その時の治りようはぜんぜん痛くなくて、私にとってはその技術にとってもおどろかされました。

たった数秒の少しの痛みのあとは、痛みを感じない治りようでむし歯がなくなる。この時、私の中では、歯医者さんのイメージが大きく変わりました。

パソコンなどで調べたのですが、現在の日本では、歯科の治りように関する新しい技術が、次々生み出されているそうです。

痛みを最小限まで少なくすること、むし歯の部分のみをけずる治りよう、むし歯をけずらない治りよう、オゾンの殺菌力を利用した治りよう法など、歯に関する日本の技術は、私の歯医者さんのイメージを、百八十度変えるものばかりでした。

特に、痛みの少ない治りようは、以前の私のように、治りようをいやがっていた人には、大きな影響をあたえるものだと思います。

私は、今もときどき外国に住んでいたときのことを思い出しますが、外国に住んでいたことにより、日本の技術のすばらしさを感じることができました。

私は、これからも日本の技術がもっとすすみ、新しい治りよう法が生み出され、多くの人が歯を健康に保つことができればいいと思います。

「歯と口の健康」について

文京区立第六中学校
3年 市川 悠太

僕は歯と口の健康について考えて、次の四つのことが重要だと考えました。

一つ目は、一日三回の歯みがきをきっちり守るということです。これは基本的なことですが昼の歯みがきは学校や会社でできないという人も多くいると思います。このようなことがないようにする六中の歯みがきタイムは素晴らしいものだと思います。そのような環境的な面ではなく、気持ちや時間の問題で朝、うがい等ですましてしまう人がいると僕は考えています。これは、あくまでTVの情報ですが、寝ている間は唾液がでず、口の中で細菌が増えて、起きるころにはトイレの便器と同じほどの数になっていると聞いたことがあります。このような事実を知ってもらえれば朝、歯をみがいてくれる人が増えると僕は考えています。夜は夕食等を食べた後なので、当然歯をみがくなくては食べカスが原因で虫歯の原因となってしまいます。このような理由から歯と口の健康を守るためには一日三回歯をみがくことが重要だと考えます。

二つ目は、組織単位で歯と口の健康を守ることです。前記にもあったように六中では歯みがきタイムという名前で、時間を確保し、昼食後に歯みがきをさせる時間があります。このような時間を他の学校や会社でも行うことで、口内の病気の予防になり、病院に行かなくてよくなり、時間を有効に使えるだけでなく、歯の痛みが原因で勉強や作業で集中できなくなるということがなくなるというメリットがあると僕は考えています。その他にも定期検診を会社でも行ったりすればさらなる歯や口の病気の早期発見となり、長期通院をしなくて良くなるなどできることはたくさんあ

ります。このように学校や会社などの組織単位で病気の予防をうながすことが大切なことだと僕は考えています。

三つ目は、生活リズムを整えるということです。僕が生活の中で歯と口の健康のため特に重要なのは次の二つだと思っています。まずは、食生活です。これは口内の環境にもっとも影響すると僕は考えており、食生活がかたよると歯や口の病気になりやすいと思っています。周囲でも、「甘味物を食べすぎると虫歯になりやすい」と言っているのを聞いたことがあります。しかし、これは食生活を整えていれば、口内の環境を整えられるという意見としてもとらえられると僕は考えています。次に、睡眠環境です。これはかかりつけの病院のお医者さんから聞いた話なのですが、「寒いところで睡眠すると口内炎になりやすい」と聞いたことがあります。また、前記にもあった寝ている間の細菌増加の事もふまえると寝ている時間というのは口内環境にとって重要なんだと僕は考えました。以上二つが僕が歯と口の健康のために生活の中で重要だと思うことです。

四つ目は、常に口の中をきれいに保とうという心がけです。口内には多くの細菌やウイルスがおり、外にいた時や朝起きた時など通常よりも増加する場合があります。これは口内の傷などに入るといっただけでなくものを食べたり、飲んだりした時に体内にそれらの細菌やウイルスを取り込んでしまうこととなります。それを防ぐために口内環境をきれいに保とうということを意識して、うがいをするなどという心がけをすれば、口内で発症する病気の予防になるという風に僕は考えています。また、体内に細菌やウイルスが入るのを防ぐという点では口だけでなく体全体の健康を維持するという風にも考えています。

以上の四つが僕が歯と口の健康を考えて、重要だと考えたことです。

僕は今回、歯と口の健康について考えてみて、

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 中学校の部

歯の健康のために何が必要かということを考えるきっかけとなったと同時に自分が普段できていないのは何かということを知るきっかけともなりました。そして、今回気付いたことをどう活かしていくかということも考えることができ、作文を書くこと自体が非常に勉強になりました。今回、気付いたことや考えたことを今後に活かして、自分の歯と口の健康を守っていきたいと思います。

歯磨きの落とし穴

文京区立音羽中学校
2年 川崎みのり

「歯を磨きなさい。」

私は小さいころから母に何度も呪文のように言われました。当時の私は、歯磨きについて深く考えず、軽く歯を磨いて終わり、そんな毎日が何年も続きました。

ところがつい先日、私の歯磨きに対する考え方を一変させる出来事が起こりました。奥歯の神経を抜かねばならないほどの大きな虫歯ができてしまったのです。とても痛く、治療もつらいものでした。その時に私は「ああ。歯磨きって、サボってはいけないものなんだな。」と、やっと分かりました。

そんなこともあり、少し歯についての興味が湧き、歯に関する取り組みについて調べたり、参加したりするようになりました。

中でも、私が特に興味をもったのは、8020運動（ハチマルニイマルうんどう）という取り組みです。これは、日本歯科医師会が推進している、八十歳で歯を二十本残そうという取り組みで、ただの理想や目標ではなく、六十歳で二十四本、四十歳で全ての歯を残すという具体的な段階もあり、どんな人でも実現しやすく、現実的に歯磨きをうながす、大変素晴らしい取り組みだと思います。

歯磨きを怠ると虫歯になり、ひどい時は歯を抜かねばならない場合もあります。歯が減ることによって食べられる物も減り、栄養バランスがかたよってしまい、病気になるリスクが上がるそうです。そんな人を減らしたいという歯医者さんの願いからこの取り組みが生まれました。

私の学校でも保健委員が昼休みに歯を磨く取り組みが行われています。最初は「面倒くさい、何でもそんなことをやらなくてはいけないのだろう。」と、その活動にあまり意欲的ではありませんでした。ですが、養護の先生の呼びかけや、保健委員の歯磨き推進のポスターを見て、最近ようやくきちんと取り組みはじめました。

また、最近の歯医者さんでは、治療よりも予防に力を入れているそうです。その一つが歯垢検査や歯科検診、定期検診です。それを怠ってしまう人がいるからこそ、虫歯や歯周病で悩む人が減らないのだと思います。「今日くらいいいや。」「時間が無いから簡単でいいや。」そんな気持ちが命とりです。

今は私も、どんなに時間がなくても歯磨きはしっかりするようにしています。そんな意識を日本にとどまらず、世界中の人々がもつべきだと思います。

たった虫歯一本でも、気分が変わります。たった虫歯一本でも、たくさんの他の歯に広がります。もし自分の歯に虫歯が無かったとしても、いつ、誰にでも起こりうることです。

少し面倒くさいから、と言って、今楽をするより、面倒くさいけれどしっかり歯を磨き、虫歯を予防すべきです。まだ若い私たち中高生も、しっかりそれを確認しなおすことが大切です。

私たちにとって身近で意外なところに落とし穴があります。歯磨きだってそのうちの一つです。身近で深い落とし穴だからこそ、自分の意識で埋められるはず。自分を変えられるのは自分なのです。

平成28年度 歯の作文

優 秀 作 品 ● 中 学 校 の 部

「昔から変わらない身近な美」

江東区立砂町中学校
3年 竹原 芽衣

今日は、待ちに待った歯科検診。自分の番がくるまで緊張して廊下で立ったり座ったりの繰り返しでした。保健室に入ってみると、私の前の人そしてそのまた前の人「異常なし。」で終わっていて、「みんな気合い入ってるなー。」と思いながら見ていると、もう自分の番へ。きっと大丈夫だろうと思っていましたが…

「あー。あと少し頑張って磨こうね。」

その言葉を聞いた時思わず「え？」と言いそうになりました。今までの自分の歯のケアには、自信があって中学一年、二年と「異常なし。」で終わっていたのに…なぜなのか。その夜、歯ブラシを片手にいつもやっている歯磨きをしました。

鏡に向かって特大スマイルをしてみると、磨き残しを発見。ところどころに磨き足りない所がありました。特に歯肉溝の所がひどく、「これはだめだな。」と悟りました。歯肉溝を歯ブラシでこすると、歯肉にあたり、血がでて「前まで歯肉に血が出たことはなかったのに。」と思いました。

一、二年生の時は、どんな歯のケアをしていたのでしょうか。

考えてみると、最近歯を磨くときスマホをいじりながらしていたので、適当に磨くことが多かったなと感じました。そこで、スマホいじりをなくす楽しい3つの歯みがきを考えました。

一、歯は自分の心の一部

毎朝きれいな歯で学校に行けないと、気分も乗らず、授業より口臭のことばかり気にして、一日中元気がでない日がときどきあります。歯は自分の心の一部だと思い毎回ピカピカにしていくことを心がけたいです。

一、丁寧命!! 歯肉溝

いつも歯肉溝を磨くのを忘れがちなので、歯全体を磨いたら、医師の人に教えてもらった歯ミガキ粉で優しく歯肉付近をケアしていくこと。歯肉溝はとてもデリケートなので歯肉を傷つけやすいので、丁寧にケアをしていきたいです。

一、歯のケアを一回一回大切に。

歯のケアは、一日2、3回ぐらいしかしません。なので、一回一回のケアを大切にしていき、老後も自慢できるような歯を育てていきたいです。

この3つをしてから、毎日歯が白く、息をいしても、いいにおいがしてとてもいい効果が出せている気がします。

突然ですがこの四字熟語を知っていますか？

めいほうこうし
「明眸皓齒」

これは、楊貴妃という女性の美しさを形容した言葉で、「美しさは目元と口元から。」という意味を表します。

歯から美しさを学び、昔から今も歯は大切にされてきたんだなと思うと、歯磨きは自分の美しさを磨く第一歩だと実感しました。これからは、3つのポイントを守り自分の美しさを磨いていきたいです。

歯の重要な役割とは

練馬区立中村中学校
2年 石井 美羽

生きていく中でとても重要な役割を持っている歯。人間だけでなく、他の動物にも歯を持っている生き物はたくさんいる。それはなぜかという、歯には生きていく上で重要な役割をたくさん持っているからだ。重要な役割とは何なのか考える。

もしも、歯がなかったらどうなるのだろうか。きっと、食べ物をしっかり噛み切ることができな

平成28年度 歯の作文

優秀作品 ● 中学校の部

い。生まれたばかりの赤ちゃんの状態だ。やわらかいものしか食べることができないということは、噛むことによって得られた食材のほとんどが食べられないということになる。つまり、歯がないと今のように豊富な食材を口にすることができないため、歯は食事を支える役割を果たしていることが分かる。

他にも、歯には様々な役割がある。それは健康につながるということだ。私の母が小さいころ虫歯のため治療していた歯がかけて、体調が悪くなってしまった。しかし、治療をして治したら、頭痛がしなくなったり、気分が良くなり、調子が良くなったそうだ。つまり、歯はきれいにしっかりと保つことによって人の健康にもつながることが分かる。歯は大切にしなければならないということを思い知らされた。

歯のもう一つの重要な役割は、歯によって生まれる自信や誇りだ。年をとっていくと同時に、歯も悪くなるものである。次第に入れ歯になる人も増えていくのが現実だ。しかし、私の祖父は七十代後半になるというのに、一つの入歯もなく、全ての歯が自分の歯なのだ。それでいて歯並びもきれい。いつも病院の診察の時などにほめられるという。

なぜ、このように歯が丈夫な状態であることができるのか。私の祖父はよくかたいおせんべいを食べる。かたいものを食べるから、歯が丈夫なのではない。かたいものをよく食べるということは、よく歯をつかって食べ物を噛むということ

だ。しっかり食べ物を噛むことで、消化しやすいというメリットもあれば、歯を丈夫にさせるというメリットもある。祖父は自分の歯を誇りに思っている。とても素晴らしいことだと思う。よく言われる「食べ物はよく噛んで食べなさい」という言葉に私は噛むという重要さが分かったので、前向きに頑張ろうという気持ちになることができた。

このように歯は食事の役割、健康につなげるという役割、誇りと自信を生むという役割を果たしている。もちろん今挙げた役割以外にも、探せばもっと多くの役割を見つけることができるだろう。私は、歯を大切にしなければいけないということを知り、毎日しっかりと歯磨きをしようと思うとともに、噛むことの重要さを知り、食べ物をよく噛むことを実践してみようと思った。そして祖父のように生涯ずっと使い続ける自分の歯を、自信にし、誇りに思えるような存在にしたい。毎日朝食、昼食、夕食とご飯が食べられるのも歯があるおかげだ。それをもっと日本中、世界中の人に知ってもらいたい。今ある自分の歯をもっともっと大切にして、感謝してほしいと思う。

この先の未来のことを考えてみると、これからの食事も歯によって支えられる。そう思うと改めて歯の重要さを感じた。私は日々の生活の中でより多くの歯の役割を見つけていきたいと思う。

さあ、健康と食事を支えてくれる歯に感謝して、いただきます。

平成28年度「歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」入賞者

〈保育所・こども園・幼稚園 図画・ポスターの部〉

順位	氏 名	学 校 名	年 齢
1位	塩谷 蒼葉	私立聖母の騎士幼稚園	年長6歳
2位	笹本 一花	港区認可保育園にじのいるか保育園芝浦	5歳
2位	黒石 遥香	北区立東田端保育園	年長5歳
3位	七山 十環	中央区立堀留町保育園	5歳
3位	関守 千紗	荒川区立汐入こども園	5歳
3位	瀧 大翔	おさひめ幼稚園	年長6歳
佳作	山田 龍太郎	中央区立京橋こども園	5歳
〃	竹内 鷹	港区立南青山保育園	5歳
〃	刈谷 萌花	東京都市大学附属二子幼稚園	年長5歳
〃	岡本 凜	ウイズチャイルドさくらがおか幼保園	年長6歳

〈小学校低学年 図画・ポスターの部〉

順位	氏 名	学 校 名	学 年
1位	武藤 陽威	中央区立明正小学校	3
2位	林 夏央	世田谷区立等々力小学校	3
2位	中川 雅華	三鷹市立東台小学校	2
3位	ウォン心楽アリエル	品川区立城南第二小学校	2
3位	神庭 彩花	板橋区立大谷口小学校	2
3位	田中 栄理菜	葛飾区立二上小学校	3
佳作	野上 咲	千代田区立九段小学校	3
〃	高橋 理久	中央区立坂本小学校	2
〃	鈴木 恵梨	港区立東町小学校	2
〃	板橋 菜々子	港区立御成門小学校	2
〃	谷合 累	新宿区立余丁町小学校	1
〃	諏訪 祐太	文京区立礪川小学校	3
〃	田附 雅	台東区立金竜小学校	3
〃	千秋 咲彩	台東区立平成小学校	1
〃	中野 真菜	墨田区立菊川小学校	3
〃	宮北 芽	墨田区立八広小学校	3
〃	朱 芸萱	江東区立第二大島小学校	3
〃	水谷 成亨	品川区立荏原平塚学園	2
〃	宮崎 惇	目黒区立不動小学校	3
〃	小川 浩輝	大田区立池上第二小学校	3
〃	佐原 翼	大田区立仲六郷小学校	1
〃	牛久保 文友	世田谷区立希望丘小学校	2
〃	牧野 郁理	中野区立江古田小学校	3
〃	北原 周太郎	杉並区立西田小学校	2
〃	竹本 みなも	豊島区立豊成小学校	3

順位	氏 名	学 校 名	学 年
佳作	片 山 な を	北区立赤羽台西小学校	3
〃	荒 川 優 子	北区立滝野川第六小学校	3
〃	八 柳 よ な	荒川区立第五峡田小学校	3
〃	山 下 未 来	練馬区立豊玉東小学校	2
〃	雨 宮 穂 岳	足立区立千寿第八小学校	2
〃	横 島 隼	葛飾区立渋谷小学校	2
〃	川 上 由 乃	江戸川区立西小松川小学校	3
〃	石 堂 裕 理	八王子市立第三小学校	2
〃	幸 島 未 羽	武蔵野市立第四小学校	3
〃	吉 田 啓 人	府中市立本宿小学校	3
〃	河 村 怜 子	昭島市立共成小学校	3
〃	加賀澤 陽 菜	調布市立杉森小学校	2
〃	加 藤 は な	町田市立三輪小学校	3
〃	村 松 環	小金井市立小金井第一小学校	3
〃	中 西 梨 緒	小平市立小平第一小学校	2
〃	佐 藤 銀 也	日野市立日野第四小学校	3
〃	鈴 木 悠 太	東村山市立化成小学校	3
〃	白 井 結 愛	東大和市立第十小学校	2
〃	森 大 樹	清瀬市立清瀬小学校	3
〃	大 竹 美 海	武蔵村山市立村山学園小中一貫校（第四小学校）	1
〃	石 井 わかば	多摩市立東寺方小学校	3
〃	田 中 希 歩	羽村市立小作台小学校	3
〃	北 沢 麻緒里	小笠原村立小笠原小学校	2

〈小学校高学年 図画・ポスターの部〉

順位	氏 名	学 校 名	学 年
1 位	砂 澤 あゆみ	江戸川区立第二葛西小学校	6
2 位	伊 藤 颯 希	大田区立西六郷小学校	5
2 位	土 井 初 華	世田谷区立二子玉川小学校	6
3 位	柏 崎 美咲妃	中央区立泰明小学校	5
3 位	矢 花 嶺 奈	江東区立第四大島小学校	6
3 位	内 堀 友 結	東村山市立化成小学校	6
佳作	北 康 生	千代田区立九段小学校	4
〃	木 立 る ん	中央区立坂本小学校	5
〃	アルゼッタ 健	港区立麻布小学校	4
〃	新 井 梨 央	港区立白金小学校	5
〃	遠 藤 真里奈	新宿区立落合第六小学校	6
〃	佐 藤 洸 明	新宿区立津久戸小学校	6
〃	浅 井 風 花	文京区立関口台町小学校	6
〃	倉 林 奈津海	台東区立台東育英小学校	5
〃	堀 込 つかさ	台東区立大正小学校	6
〃	坂 井 千 夏	墨田区立二葉小学校	4
〃	前 田 結 菜	墨田区立八広小学校	5

順位	氏 名	学 校 名	学 年
佳作	久多見 菜 緒	品川区立旗台小学校	5
〃	小 林 咲 き	品川区立三木小学校	4
〃	寺 嶋 友 菜	目黒区立不動小学校	5
〃	小 林 光 咲	大田区立中富小学校	6
〃	川 上 燿	世田谷区立池之上小学校	6
〃	富 田 真優奈	中野区立新山小学校	6
〃	井 上 双 葉	杉並区立馬橋小学校	6
〃	鎌 塚 小 春	豊島区立要小学校	5
〃	田 口 智 絵	北区立王子小学校	6
〃	宮 澤 蘭	北区立西ヶ原小学校	6
〃	吉 田 真 悠	荒川区立尾久宮前小学校	5
〃	中津井 遥 斗	板橋区立板橋第六小学校	6
〃	奥 山 咲 季	練馬区立練馬小学校	4
〃	松 本 勇 也	足立区立梅島第二小学校	6
〃	小 平 真 綾	葛飾区立葛飾小学校	5
〃	佐 藤 麦	八王子市立横山第二小学校	5
〃	網 谷 ま ほ	武蔵野市立第一小学校	6
〃	宮 崎 悠 羽	三鷹市立第一小学校	5
〃	田 里 璃 涼	府中市立第八小学校	6
〃	加 藤 鴻	調布市立飛田給小学校	6
〃	土 橋 麻 子	町田市立町田第二小学校	6
〃	中 釜 慧	小金井市立本町小学校	6
〃	坂 本 心 音	小平市立小平第三小学校	4
〃	生 沼 実 歩	日野市立日野第四小学校	6
〃	伊 澤 美 羽	狛江市立狛江第一小学校	6
〃	馬場園 呂 南	東大和市立第六小学校	5
〃	内 野 雅 奈	清瀬市立清瀬小学校	5
〃	宇 江 歩乃果	武蔵村山市立村山学園小中一貫校（第四小学校）	6
〃	高 野 弘 美	多摩市立多摩第三小学校	5
〃	田 倉 優 々	稲城市立稲城第七小学校	5
〃	鈴 木 結 賀	瑞穂町立瑞穂第三小学校	4
〃	清 水 咲 羽	神津島村立神津小学校	6

〈中学校 ポスターの部〉

順位	氏 名	学 校 名	学 年
1 位	小 野 鈴太郎	大田区立馬込中学校	3
2 位	茨 木 未 望	品川区立荏原第六中学校	9
2 位	奥 長 あかり	豊島区立西池袋中学校	3
3 位	中 野 ひなた	港区立青山中学校	1
3 位	田 中 萌 子	世田谷区立玉川中学校	2
3 位	庭 野 紡	荒川区立尾久八幡中学校	2
佳作	平 田 生 吹	中央区立日本橋中学校	2
〃	須 田 太 陽	中央区立晴海中学校	2

順位	氏 名	学 校 名	学 年
佳作	寺 崎 亜 弥	新宿区立牛込第一中学校	3
〃	寺 田 真 穂	文京区立第八中学校	2
〃	溝 上 光 輝	墨田区立竪川中学校	2
〃	齋 藤 さくら	墨田区立吾嬬第二中学校	3
〃	塚 本 茉 琳	江東区立亀戸中学校	3
〃	那 覇 雅 宏	品川区立小中一貫校八潮学園	8
〃	鷺 見 萩 乃	目黒区立東山中学校	2
〃	浦 野 智 行	大田区立志茂田中学校	3
〃	久 野 なつみ	杉並区立天沼中学校	2
〃	千 葉 桃 花	板橋区立桜川中学校	3
〃	大 澤 梨 乃	練馬区立貫井中学校	3
〃	川 上 茉 奈	葛飾区立大道中学校	1
〃	鈴 木 脩 翔	八王子市立上柚木中学校	2
〃	阪 本 かのん	武蔵野市立第六中学校	1
〃	加 藤 万 恵	調布市立第五中学校	2
〃	鳥 本 聖 菜	小金井市立東中学校	3
〃	野 波 夕 夢	小平市立小平第三中学校	2
〃	池 田 朱 理	東村山市立第四中学校	3
〃	岩 井 茜	狛江市立狛江第三中学校	2
〃	稲 葉 楓	清瀬市立清瀬第二中学校	1
〃	前 田 彩 晴	武蔵村山市立大南学園小中一貫校（第四中学校）	3
〃	松 崎 未 来	多摩市立聖ヶ丘中学校	3
〃	吉 國 純 香	瑞穂町立瑞穂第二中学校	1

〈高等学校 ポスターの部〉

順位	氏 名	学 校 名	学 年
佳作	二本柳 晴 香	東京都立王子総合高等学校	高3

〈特別支援学校・特別支援学級 図画・ポスターの部〉

順位	氏 名	学 校 名	学 年
1 位	米 橋 ひなた	東京都立南大沢学園	高等部1年
1 位	一 戸 彩 音	東京都立小平特別支援学校	小学部5年
佳作	大 山 結 子	東京都立小金井特別支援学校	小学部2年

平成27年度収支計算書

平成27年4月1日～平成28年3月31日まで

(単位：円)

科 目	予 算 額	決 算 額	差 異	備 考
I 事業活動収支の部				
1 事業活動収入				
特定資産運用収入	[10,000]	[10,973]	[△ 973]	
特定資産利息収入	10,000	10,973	△ 973	運営基金積立預金利息等
会費収入	[51,925,000]	[51,975,000]	[△ 50,000]	
正会員会費収入	51,775,000	51,950,000	△ 175,000	25,000円×2,078人
賛助会員会費収入	150,000	25,000	125,000	25,000円×1人
事業収入	[400,000]	[400,000]	[0]	
都学保受託収入	400,000	400,000	0	ブロック別研修会
補助金等収入	[1,040,800]	[1,021,200]	[19,600]	
都歯助成金収入	50,000	30,000	20,000	
日学歯交付金収入	830,800	831,200	△ 400	400円×2,078人
日学歯助成金収入	100,000	100,000	0	
都学保助成金収入	60,000	60,000	0	学校保健(学校歯科医)研修会
雑 収 入	[530,000]	[1,049,840]	[△ 519,840]	
受取利息収入	5,000	8,340	△ 3,340	普通預金利息等
雑 収 入	525,000	1,041,500	△ 516,500	広告収入及び冊子収入等
事業活動収入計	53,905,800	54,457,013	△ 551,213	
2 事業活動支出				
事業費支出	[30,003,000]	[28,945,903]	[1,057,097]	
普及事業費支出	(9,010,000)	(8,908,630)	(101,370)	
優良校表彰費支出	700,000	675,079	24,921	
作文図画ポスター関係費支出	1,160,000	1,313,119	△ 153,119	
島嶼特別支援対策費支出	470,000	311,802	158,198	大島学校歯科保健支援等
会誌広報費支出	5,500,000	5,678,368	△ 178,368	広報、ホームページメンテナンス等
功労者表彰費支出	530,000	407,015	122,985	記念品、退職者賞状
歯科保健広報費支出	500,000	498,367	1,633	ポスター作成等
教材費支出	100,000	22,612	77,388	書籍等購入
雑 支 出	50,000	2,268	47,732	
研究事業費支出	(12,967,000)	(12,788,753)	(178,247)	
大会費支出	5,350,000	5,424,550	△ 74,550	都学歯大会
講習会費支出	550,000	504,092	45,908	学校保健(学校歯科医)研修会等
ブロック別研修費支出	670,000	646,607	23,393	
各種大会参加費支出	2,202,000	1,646,934	555,066	全国学校歯科保健研究大会等
地区交付金支出	2,071,000	2,057,000	14,000	1,000円×2,057人
負担金支出	130,000	99,945	30,055	健康づくりフォーラム等

科 目	予 算 額	決 算 額	差 異	備 考
雑給与支出	1,960,000	2,387,460	△ 427,460	
雑 支 出	34,000	22,165	11,835	
調査研究事業費支出	(6,428,000)	(5,821,095)	(606,905)	
活動費支出	1,880,000	1,500,936	379,064	ブロック支援・推進校支援等
学術研究費支出	1,498,000	1,291,537	206,463	学校歯科医の資料教材作成等
渉外費支出	3,000,000	3,000,000	0	
雑 支 出	50,000	28,622	21,378	
その他の目的達成 事業費支出	(1,598,000)	(1,427,425)	(170,575)	
その他の目的達成 事業費支出	1,598,000	1,427,425	170,575	各種委員会等
管理費支出	[26,833,000]	[25,236,416]	[1,596,584]	
役員報酬支出	2,400,000	2,207,334	192,666	役員18名
実費弁償支出	2,000,000	1,326,000	674,000	
給料手当支出	9,900,000	9,853,420	46,580	職員2名
福利厚生費支出	1,550,000	1,488,716	61,284	社会保険料等
会議費支出	250,000	250,000	0	役員会、総会、代議員会
旅費交通費支出	2,994,000	2,891,040	102,960	役員会、総会、代議員会等
通信運搬費支出	900,000	823,681	76,319	
消耗什器備品費支出	315,000	262,320	52,680	パソコン、プロジェクター
消耗品費支出	250,000	235,241	14,759	文房具等
修繕費支出	100,000	97,376	2,624	
賃借料支出	1,960,000	1,960,000	0	コピー機等リース代
印刷製本費支出	450,000	312,552	137,448	代議員会資料等
共益費支出	350,000	346,032	3,968	
慶弔費支出	150,000	66,400	83,600	香典代、生花代
諸謝金支出	961,000	888,148	72,852	税理士法人顧問料等
役員退職金支出	2,000,000	2,000,000	0	役員20名
租税公課支出	{ 0 70,000	70,000	0	都民税（均等割）
雑 支 出	233,000	158,156	74,844	振込手数料等
事業活動支出計	56,836,000	54,182,319	2,653,681	
事業活動収支差額	△ 2,930,200	274,694	△ 3,204,894	
Ⅱ 投資活動収支の部				
1 投資活動収入				
基本財産取崩収入	[24,708,326]	[24,708,326]	[0]	
特定資産取崩収入	[2,000,000]	[1,950,000]	[50,000]	
役員慰労退職引当 資産取崩収入	2,000,000	1,950,000	50,000	
投資活動収入計	26,708,326	26,658,326	50,000	

科 目	予 算 額	決 算 額	差 異	備 考
2 投資活動支出				
特定資産取得支出	[26,541,166]	[26,441,166]	[100,000]	
学術研究引当資産取得支出	14,708,326	14,708,326	0	
退職給付引当資産取得支出	832,840	832,840	0	
特別事業積立金取得支出	10,000,000	10,000,000	0	
役員退職慰労引当資産取得支出	1,000,000	900,000	100,000	役員18名
投資活動支出計	26,541,166	26,441,166	100,000	
投資活動収支差額	167,160	217,160	△ 50,000	
Ⅲ 財務活動収支の部				
1 財務活動収入				
財務活動収入計	0	0	0	
2 財務活動支出				
財務活動支出計	0	0	0	
財務活動収支差額	0	0	0	
Ⅳ 予備費支出	{ △ 70,000 466,577	-	{ △ 70,000 466,577	
当期収支差額	△ 3,159,617	491,854	△ 3,651,471	
前期繰越収支差額	3,159,617	6,321,277	△ 3,161,660	
次期繰越収支差額	0	6,813,131	△ 6,813,131	

平成28年度収支予算書

平成28年4月1日～平成29年3月31日まで

(単位：円)

科 目	28年度予算	27年度予算	差 異	備 考
I. 事業活動収支の部			0	
1. 事業活動収入			0	
①特定資産運用収入	(10,000)	(10,000)	(0)	
特定資産利息収入	10,000	10,000	0	預金利息
②会費収入	(52,000,000)	(51,925,000)	(75,000)	
正会員会費収入	51,975,000	51,775,000	200,000	25,000円×2,079名
賛助会員会費収入	25,000	150,000	△ 125,000	規則変更により正会員へ 科目存置1名計上
③事業収入	(400,000)	(400,000)	(0)	
都学保受託収入	400,000	400,000	0	ブロック別研修会分
④補助金等収入	(941,600)	(1,040,800)	(△ 99,200)	
都歯助成金収入	50,000	50,000	0	
日学歯交付金収入	831,600	830,800	800	400円×2,079名
日学歯助成金収入	0	100,000	△ 100,000	隔年支給
都学保助成金収入	60,000	60,000	0	学校歯科医研修会分
⑤雑 収 入	(451,000)	(530,000)	(△ 79,000)	
受取利息収入	1,000	5,000	△ 4,000	預金利息
雑 収 入	450,000	525,000	△ 75,000	広告収入他
事業活動収入計	53,802,600	53,905,800	△ 103,200	
2. 事業活動支出			0	
(1)事業費支出	(40,042,440)	(30,003,000)	(10,039,440)	
①普及事業費支出	(9,040,000)	(9,010,000)	(30,000)	
優良校表彰費支出	620,000	700,000	△ 80,000	
作文図画ポ関係費支出	1,020,000	1,160,000	△ 140,000	図画ポ事業(大会にて表彰)
島嶼支援対策費支出	470,000	470,000	0	島嶼学校へ普及啓発
会誌広報費支出	5,500,000	5,500,000	0	
功労者表彰費支出	780,000	530,000	250,000	記念品・退職者賞状・東京 都学校歯科保健功労者
歯科保健広報費支出	500,000	500,000	0	ポスター作成等
教材費支出	100,000	100,000	0	本・DVD・CD 購入
雑 支 出	50,000	50,000	0	
②研究事業費支出	(20,306,440)	(12,967,000)	(7,339,440)	
大会費支出	3,630,000	5,350,000	△ 1,720,000	第51回都学歯大会
全国大会負担金支出	10,000,000		10,000,000	第80回全国学校歯科保健研 究大会(東京)
講習会費支出	400,000	550,000	△ 150,000	学校歯科保健研修会のみ
ブロック別研修会費支出	625,440	670,000	△ 44,560	
各種大会参加費支出	1,112,000	2,202,000	△ 1,090,000	全国大会東京開催のため減額
地区交付金支出	2,079,000	2,071,000	8,000	1,000円×2,079名
負担金支出	130,000	130,000	0	都庁健康フォーラム・日学保
雑給与支出	2,300,000	1,960,000	340,000	パート職員4名

科 目	28年度予算	27年度予算	差 異	備 考
雑 支 出	30,000	34,000	△ 4,000	
③調査研究事業費支出	(9,820,000)	(6,428,000)	(3,392,000)	
活動費支出	1,880,000	1,880,000	0	ブロック支援・教材資料作成等
学術研究事業費支出	4,890,000	1,498,000	3,392,000	学術研究委員会・小冊子作成
渉外費支出	3,000,000	3,000,000	0	
雑 支 出	50,000	50,000	0	
④その他の目的達成事業費支出	(876,000)	(1,598,000)	(△ 722,000)	
その他の目的達成事業費支出	876,000	1,598,000	△ 722,000	各種委員会費用
(2)管理費支出	(24,689,000)	(26,763,000)	(△ 2,074,000)	
役員報酬支出	2,160,000	2,400,000	△ 240,000	役員18名
費用弁償費支出	1,800,000	2,000,000	△ 200,000	
給料手当支出	10,200,000	9,900,000	300,000	正職員 2 名
福利厚生費支出	1,800,000	1,550,000	250,000	
会議費支出	250,000	250,000	0	
旅費交通費支出	2,850,000	2,994,000	△ 144,000	参事・代議員 1 名減
通信運搬費支出	900,000	900,000	0	
消耗什器備品費支出	215,000	315,000	△ 100,000	事務局 PC 1 台およびカメラ 1 台入れ替え
消耗品費支出	250,000	250,000	0	
修繕費支出	100,000	100,000	0	
賃借料支出	2,000,000	1,960,000	40,000	115,344円×12ヶ月（都歯） PC 1 台リース
印刷製本費支出	450,000	450,000	0	
退職金支出	0	2,000,000	△ 2,000,000	役員退職慰労金（隔年）
共益費支出	350,000	350,000	0	28,836円×12ヶ月（都歯）
慶弔費支出	150,000	150,000	0	
諸謝金支出	961,000	961,000	0	税理士法人顧問料他
租税公課支出	70,000		70,000	都民税（法人都民税）
雑 支 出	183,000	233,000	△ 50,000	役員登記・振り込み手数料 他 役員賠償保険
事業活動支出計	64,731,440	56,766,000	7,965,440	
事業活動収支差額	△10,928,840	△ 2,860,200	△ 8,068,640	
Ⅱ. 投資活動収支の部			0	
1. 投資活動収入			0	
特定資産取崩収入			0	
運営基金引当資産取崩収入	0	0	0	
役員退職慰労金引当資産取崩収入	0	2,000,000	△ 2,000,000	
基本財産取崩収入	0	24,708,326	△24,708,326	
特別事業積立基金取崩収入	10,000,000		10,000,000	
投資活動収入計	10,000,000	26,708,326	△16,708,326	

科 目	28年度予算	27年度予算	差 異	備 考
2. 投資活動支出			0	
退職給付引当資産 取得支出	958,360	832,840	125,520	
役員退職慰労金 引当資産取得支出	900,000	1,000,000	△ 100,000	役員20名→18名
学術研究引当資産 取得支出	0	14,708,326	△14,708,326	
運営基金引当資産 取得支出	0	0	0	
名簿作成引当資産 取得支出	0	0	0	
特別事業積立基金 取得支出	0	10,000,000	△10,000,000	
投資活動支出計	1,858,360	26,541,166	△24,682,806	
投資活動収支差額	8,141,640	167,160	7,974,480	
Ⅲ. 財務活動収支の部			0	
1. 財務活動収入	0	0	0	
2. 財務活動支出	0	0	0	
財務活動収支差額	0	0	0	
Ⅳ. 予備費支出	374,460	466,577	△ 92,117	(臨時総会1回分 45万程度)
当期収支差額	△ 3,161,660	△ 3,159,617	△ 2,043	
前期繰越収支差額	3,161,660	3,159,617	2,043	
次期繰越収支差額	0	0	0	

平成28年度東京都学校歯科医会役員・各種委員会委員

委員欄の◎は委員長 ○は副委員長（会誌・広報委員の○は委員長代理）

—役員—			—選挙管理会委員—			—会誌・広報委員—		
会 長	川 本	強	本 所	◎和 泉	一 清	麻布赤坂	◎関 根	正 行
副 会 長	小 嶋	憲	蒲 田	○小 林	正 幸	麻布赤坂	○清 水	浩 一
〃	末 高	英 世	麴 町	愛 知	徹 也	杉 並	吉 野	勝 久
専務理事	鈴 木	博	浅 草	久 保	和 彦	北	濱 野	晶 子
理 事	渡 邊	実	江 東	青 木	満	板 橋	氷 見	育 夫
〃	箭 本	治	豊 島	寺 田	誠	練 馬	河 奈	文 彦
〃	奥 野	圭 子	練 馬	角 田	不二彦	—学術研究委員—		
〃	長 沼	善 美	(予 備 委 員)					
〃	高 橋	裕 幸						
〃	酒 井	克 典	板 橋	山 口	英 也	学 識	内 川	喜 盛
〃	高 橋	文 夫	品 川	片 岡	正 行	荒 川	◎三 浦	みつ子
〃	中 村	卓 志	—予算決算特別委員—			浅 草	○久 保	和 彦
〃	長 井	博 昭				江 東	小 川	仲 子
〃	澤 田	章 司	町 田	◎澤	正 宏	中 野	横 山	いづみ
〃	牧 野	寛	港区芝	○華 岡	眞 幸	目 黒	嘉 部	暁
〃	後 藤	有 里	杉 並	小 川	学	豊 島	鈴 木	あい子
監 事	石 川	文 一	世 田 谷	神 田	隆 直	多 摩	北 村	新
〃	吉 田	慶 造	練 馬	河 奈	文 彦			
			西 多 摩	井 上	雄 温			
			武蔵村山	土 方	靖 夫			
			(予 備 委 員)					
			東 村 山	橋 本	健 一			
			東久留米	田 口	耕 平			

平成28年度地区参事・代議員・学術委員

地 区	(参 事)	(代 議 員)	(予備代議員)	(学術委員)
麴 町	愛知 徹也	山林 豊	田中 久仁	奥蘭 卓也
神 田	船曳 光雄	今村昭二郎	甲斐 哲也	橋本 雅之
日 本 橋	中村 章生	大野 健	吉成 伴夫	鹿野 久代
京 橋	中村 道	今村純一郎	大山 貴司	山田 隆久
港区 芝	華岡 眞幸	華岡 眞幸	木村 充	斎藤 淳
麻布赤坂	氏家 賢明	藤野 珥男	清水 浩一	朝倉健太郎
文 京	土居 浩	高橋 健二	竹内 千恵	岩波 行紀
下 谷	秋山 欣也	岩間 隆洋	脇野 仁	小野 潤
浅 草	久保 和彦	今村里千矢	小林てい子	品川 尚一
本 所	丸山 満博	丸山 満博	戸嶋 誠司	真下 裕道
向 島	三好 克則	高田 敬一	長澤 太郎	野村家 清
足 立	岡谷 進	片桐 博陽、岡谷 進、 小倉 雅光	宮坂 和志、古庄 研策、 仲谷 敦	平塚 武司
江 東	室伏 聡	室伏 聡、幸阪 保雄、 小川 伸子	杉山日出樹、齊藤 秋人、 一ツ子延大	齊藤 秋人
葛 飾	飯塚 務	飯塚 務、柳原 健司	嶋田 直季、古宮 秀記	古宮 秀記
江 戸 川	伊能 暁	伊能 暁、川野 浩一、 菊池 康宏	金丸 充徳、宮山 英之、 川口 安子	室岡 孝二
四谷牛込	磯谷 亮	栗原 眞人	松本 一彦	石川 雅朗
新 宿	星野 太一	星野 太一	佐藤 俊仁	福井 裕昌
渋谷	長田 博史	長田 博史	風間 久徳	武田 康篤
中 野	土田 和彦	横山いづみ	中島 陽	藤巻 秀夫
杉 並	小川 学	小川 学、山崎 靖	吉野 勝久、若井 現	成田 文雄
品 川	丸山進一郎	竹内 正和	安部 光洋	東川 輝子
荏 原	米山 博己	寺岡 康利	和栗 範幸	皆川 淳
目 黒	川井 洋一	川井 洋一	野村 良二	井上 崇
大 森	梅澤 宏亘	吉田 厚、村田 正夫	田沼 洋平、東 昇一	山村 慎二
浦 田	小林 正幸	中田 裕康	富樫 敏夫	小濱 哲彦
世 田 谷	吉田 慶造	神田 隆直、石井 孝典	平山 順邦、小森 幸道	平山 順邦
玉 川	渡邊 嗣	蒔田 裕	齋藤 正之	齋藤 正之
豊 島	野口 賢治	中島 陽州	鈴木 章敬	柳澤 達雄
滝 野 川	江口 淳一	江口 淳一	前川 俊介	小林 力
北	百瀬 保	百瀬 保	難波 竜児	難波 竜児
荒 川	横井 伸洋	山岸 克彦	菊田 礼夫	荻原 栄和
板 橋	田中 進一	田中 進一、鈴木 勝	高橋 正行、氷見 育夫	中山 行夫
練 馬	草柳 英二	望月 兵衛、草柳 英二、 河奈 文彦	金田 和彦、南 誠二	金田 和彦
西 多 摩	井上 雄温	井上 雄温、吉成 勝海	鏡 一郎、大野 博文	波多野敬二
多 摩	浅井 英夫	久保 雅幸	後藤伊都子	北村 新
八 王 子	渡邊 実	山内 英史、橋本 直樹、 岡部 浩子	山田 幸英、横山 邦雄、 氷見 元治	山田 幸英
町 田	澤 正宏	澤 正宏、咲間 義輝	原田 洋好、今西 徹	原田 洋好
府 中	野間 秀郎	高木栄太郎	矢代 譲治	桑田 徹
三 鷹	竹下 敦	金子 純一	竹下 敦	杉井 章子
国 分 寺	杉谷 祐	鹿島 千佳	松井 典子	小玉 珠美
東 久 留 米	鈴木 普久	田口 耕平	宮崎 至洋	北村 晃
立 川	竹崎 秀人	伊東祐太郎	片岡 滋	勝沼 正明
東 村 山	小西 勇人	橋本 健一	細野 正博	細野 正博
西 東 京	田中 大平	田中 大平	堀 明宏	田中 大平
武蔵村山	比留間修一	土方 靖夫	伊東 良之	伊東 良之
昭 島	村山 恒夫	松田 武彦	村山 恒夫	松尾 豊
調 布	矢野 章	矢野 章	宮本 了	古仙 芳樹
清 瀬	松村 猛	加藤 淳	倉田 琢哉	井植 温
東 大 和	内野 新平	田中 秀明	内野 新平	古瀬 健一
狛 江	塩谷 達昭	松浦 康文	長谷川 泰	塩谷 達昭
日 野	佐々木智史	内山 誠也	峯岸 大造	森田 高広

編集後記

今年度は20年ぶりにやってきた「全国学校歯科保健研究大会・東京大会」という大きな催事が11月にあり、つづいて「東京都学校歯科保健研究大会」が2月に開催され、本当に忙しい1年でした。どちらの会も、開催日と発行日とが接近していましたが、委員の先生方のご協力のおかげで、これを書いているときはまだ編集の真っ最中ですが、無事に峠を越せそうです。

(委員長 関根正行)

毎年、編集後記を書く3月初旬のこの時期は、暖かかったり寒かったりしながらもうじき春を迎えるのかなという時期になります。三寒四温と言われる季節ですが、春の季節の言葉と思っていました。調べてみますと、もとは中国の冬の気候を表す言葉だそうで冬の季語なんですね。二十四節気も中国の気候を元につくられたものですね。今は、啓蟄を過ぎじきに春分を迎えようとしています。明日はまた冬型の気圧配置になり寒いそうです。春が待ちどおしいです。

(委員長代理 清水浩一)

今年の冬は積雪が少ないなーと感じてたらやはり、毎年恒例のしもやけに悩まされていないことに気づきました。昨年末に初積雪があると聞いてスタッドレスを新調してさあ来い！と意気込んでいたのに。暖かくなるのは歓迎ですが、なんだか季節感がなくなって来ていると感じるのは私だけでしょうか。任期もあと僅か、しもやけもなく快調に会務遂行です。

(吉野勝久)

3月の都学歯大会終了後から約1週間、写真整理を毎日少しずつやりましたが、やはり今年もなかなか大変で委員の先生方に甘えてばかりの様な気が致します。北学校歯科医会では、歯科講話集の作成に取り掛かっており、会員の皆で頑張っております。学校歯科医の資質向上の為にこれからも一層、励んでいきたいと思っております。

(濱野晶子)

私の診療室兼自宅からは、小学校校庭の桜がよく見えました。児童が増えたため、桜の木を何本か切って新校舎が目の前に建てられました。そのため校庭並びに桜がちょっとしか見えなくなり、贅沢なことですが、リビングからの花見ができなくなりました。また、以前は、児童の遊び声やプラスバンドの演奏が聞こえ、今年はかなりうまいねとか、今年はちょっとね、など楽しみにしていたのも、校舎が壁となりあまり聞こえなくなり残念です。今の時代児童が増えることは、喜ばしいことですが、ちょっと寂しい独り言です。

(氷見育夫)

会誌・広報委員会にお世話になっていろいろとお世話になりました。特に大会の写真の撮り方が間違っていて、私のはスナップ写真だったとよく分かりました。会員の先生方に大会の雰囲気が伝わるような写真が撮れるように努力していきます。

(河奈文彦)

記事、写真、WEBを通して会員の皆様のお役に立つようにと思って二年が過ぎました。首から下げている赤いカメラを向けると皆様、ニッコリしてくださり嬉しい限りです。委員の先生方のようにポイントをつかんだ写真がなかなか撮れないのが悩みですが……。もう一つ地区ニュースが集まりにくいのも悩みでして、いつでも大歓迎ですので、是非ご投稿お待ちしております。

(担当理事 奥野圭子)

東京都学校歯科医会会誌第80号

平成29年3月 発行

発行者 川 本 強

発行所 一般社団法人東京都学校歯科医会
東京都千代田区九段北4-1-20
電 話 03 (3261) 1675
FAX 03 (3222) 6528

印刷所 一世印刷株式会社
東京都新宿区下落合2-6-22
電 話 03 (3952) 5651
FAX 03 (3953) 7751