



高等学校等における 歯科保健研究委員会 —報告書—



令和2年2月
埼玉県学校保健会
埼玉県教育委員会

はじめに

埼玉県学校保健会では、学校保健ハンドブック、新・なるほど保健学習、子供のインターネット利用に関する調査報告書など、児童生徒を取り巻く現代的な健康課題解決のための方策として、各種報告書をまとめてきました。

平成29年に「高等学校等における歯科保健研究委員会」を立ち上げ、高校生（特別支援学校高等部含む）の歯科保健に焦点を当てた研究を進め、このたび、報告書としてまとめることができました。

むし歯や歯周病は生活習慣病のひとつです。それゆえ、歯・口の健康は生涯にわたる健康の保持増進の要ともいえます。

埼玉県では、学校が家庭、地域と連携して歯科保健教育に力を入れて取組を推進してまいりました。その成果もあって、埼玉県の児童生徒の歯・口の健康状態は全国的に見ても大変良好な状況が続いています。

平成26年、公益財団法人日本学校保健会は「思春期の学校歯科保健推進委員会報告書」をまとめています。その中ではこれまでの歯科保健活動の成果を踏まえ、「思春期の学校歯科保健」を新たな課題として実態調査を行っております。

埼玉県学校保健会では、その報告を参考にして、義務教育を修了した高校生に焦点を当てた歯・口の状況調査や生徒の歯科保健に関する意識調査を行いました。一般的に高校生は心身共に変化が著しい時期でもあります。二次性徴や生活習慣等は歯・口の健康に影響を与えているといわれています。

本報告書が、高等学校等の歯科保健教育の一層の推進と高校生の健康の保持増進の一助となることを願っております。

結びに、本報告書の発行にあたり、御尽力いただきました明海大学 安井 利一学長を委員長とする「高等学校等における歯科保健研究委員会」の委員の皆様を始め、調査に御協力いただきました関係の皆様にご心より御礼申し上げます。

埼玉県学校保健会 会長 金井 忠男
(一般社団法人埼玉県医師会会長)

目 次

はじめに

埼玉県学校保健会会長 金井 忠男（一般社団法人埼玉県医師会会長）

第1章	高等学校等における歯科保健研究委員会 概要	1
	Ⅰ 事業の目的	1
	Ⅱ 事業の概要	1
第2章	調査の概要	2
	Ⅰ 調査の目的	2
	Ⅱ 調査対象	2
	Ⅲ 調査内容	2
	Ⅳ 調査の実施期間	2
第3章	高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞	3
	Ⅰ 調査結果	3
	Ⅱ 歯科保健状況調査（学校調査）結果と考察	13
	Ⅲ 各委員から「学校調査の結果から考える」	14
コラム		16
第4章	生徒アンケート	17
	Ⅰ 生徒アンケートについて	17
	Ⅱ 調査結果	17
	Ⅲ 「思春期意識の特性」による分析	31
	Ⅳ 「健康問題で気になることの有無」による分析	49
	Ⅴ 「その他の質問（6項目）」による分析	84
	Ⅵ 各委員から「生徒アンケートの結果から考える」	110
第5章	総括	113
資料編		115
	生徒アンケート	117
	高等学校等における歯科保健研究委員会設置要綱	121

第1章 高等学校等における歯科保健研究委員会 概要

I 事業の目的

埼玉県における高等学校及び特別支援学校高等部の歯科保健状況調査及び高校生の歯科保健に関する実態調査を行い、本県の高等学校等の歯科保健の状況を明らかにするとともに生涯にわたる健康の増進に寄与することを目的として事業を実施する。

II 事業の概要

1 委員会の設置

埼玉県学校保健会に「高等学校等における歯科保健研究委員会」を設置し、調査及び研究を行う。

2 調査・研究の経過

- 【平成29年度】
 - ・高等学校等における歯科保健研究委員会設置
 - ・「高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞」及び「生徒アンケート」調査票作成
 - ・「高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞」及び「生徒アンケート」調査実施
- 【平成30年度】
 - ・「高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞」調査結果のまとめと報告
- 【令和元年度】
 - ・「生徒アンケート」調査結果のまとめと分析
 - ・高等学校等における歯科保健研究委員会報告書の作成及び発行

第2章 調査の概要

I 調査の目的

埼玉県内県立及び市立の高等学校等の歯科保健状況と歯科保健に関する生徒の意識や実態を把握し、生徒の自律的健康づくりの一助とする。

II 調査対象

ア 高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞

埼玉県内県立及び市立の高等学校及び特別支援学校高等部

イ 生徒アンケート

埼玉県内県立及び市立の高等学校の各学年1クラスの生徒

III 調査内容

ア 「高等学校等における歯科保健状況調査」

(ア) 平成29年度の学校における定期歯科健康診断の結果について

(イ) 平成28年度の学校における歯科保健活動の取組について

イ 「生徒アンケート」

(ア) 生活全体について

(イ) 歯・口の健康について

(ウ) 歯・口、全身のけがについて

IV 調査の実施期間

平成29年10月25日から平成29年12月15日

本書で使用している用語については、以下のように整理している。

〔高等学校等〕

埼玉県内県立及び市立の高等学校（全日制、定時制、通信制）及び特別支援学校高等部のこと。（本報告書では、高等学校等とする。）

〔学校調査〕

「高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞」のこと。埼玉県内県立及び市立の高等学校（全日制、定時制、通信制）及び特別支援学校高等部の学校を対象とした調査。

〔生徒アンケート〕

埼玉県内県立及び市立の高等学校（全日制、定時制、通信制）において、各学年1クラスを抽出して行った生徒の意識や行動に関するアンケート調査のこと。

〔思春期意識の特性〕

公益財団法人日本学校保健会がまとめた「思春期の学校歯科保健推進委員会報告書」で思春期に特徴的な歯科保健状況を得るために用いた評価方法を引用した。質問項目の回答により、思春期意識のもっとも高いものをAランクとして、順次Bランク、Cランクとした。

第3章 高等学校等における歯科保健状況調査＜学校調査＞

I 調査結果

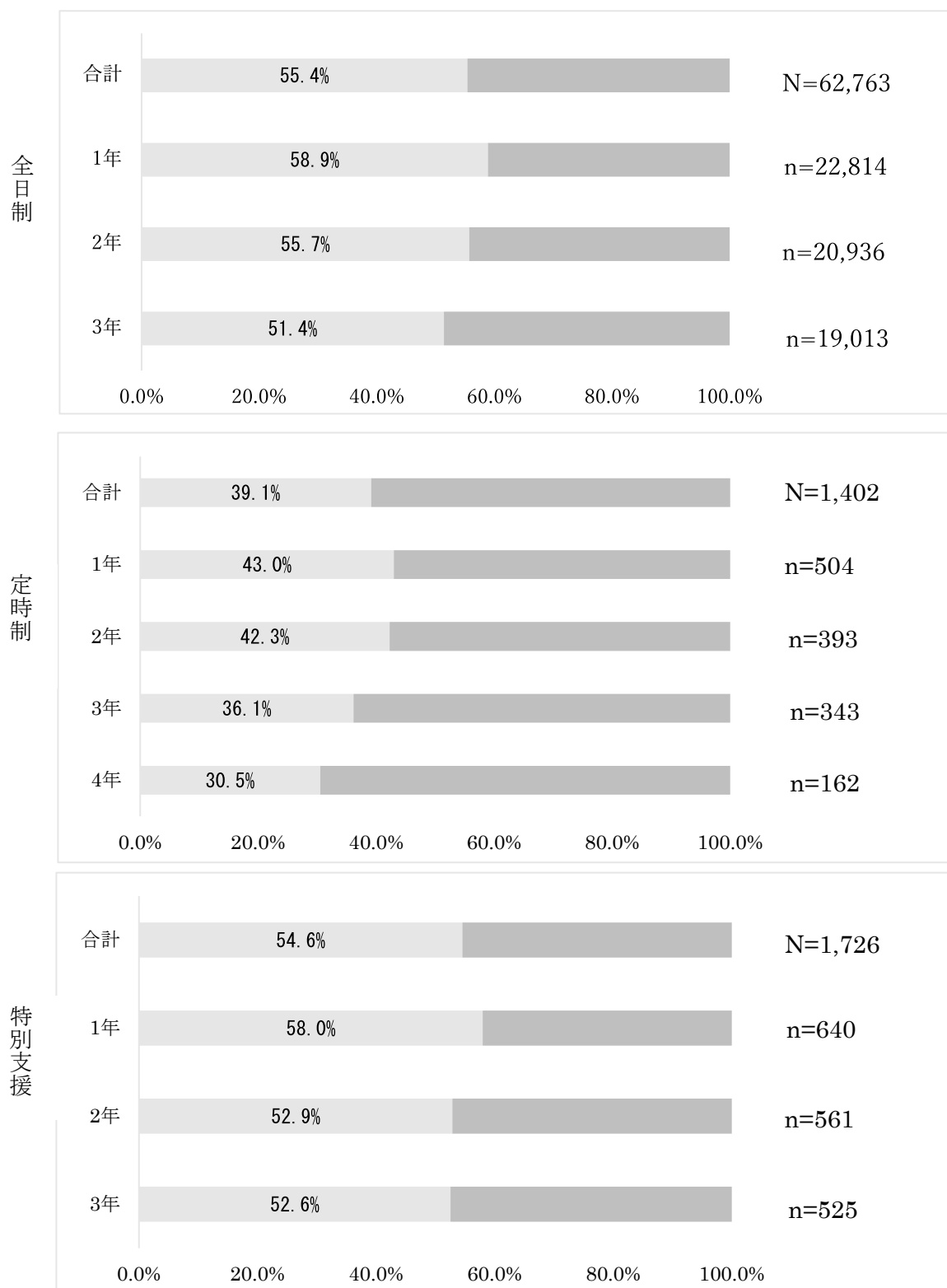
歯科保健状況調査＜学校調査＞をおこなったので、その結果について報告する。

1 対象者数

人

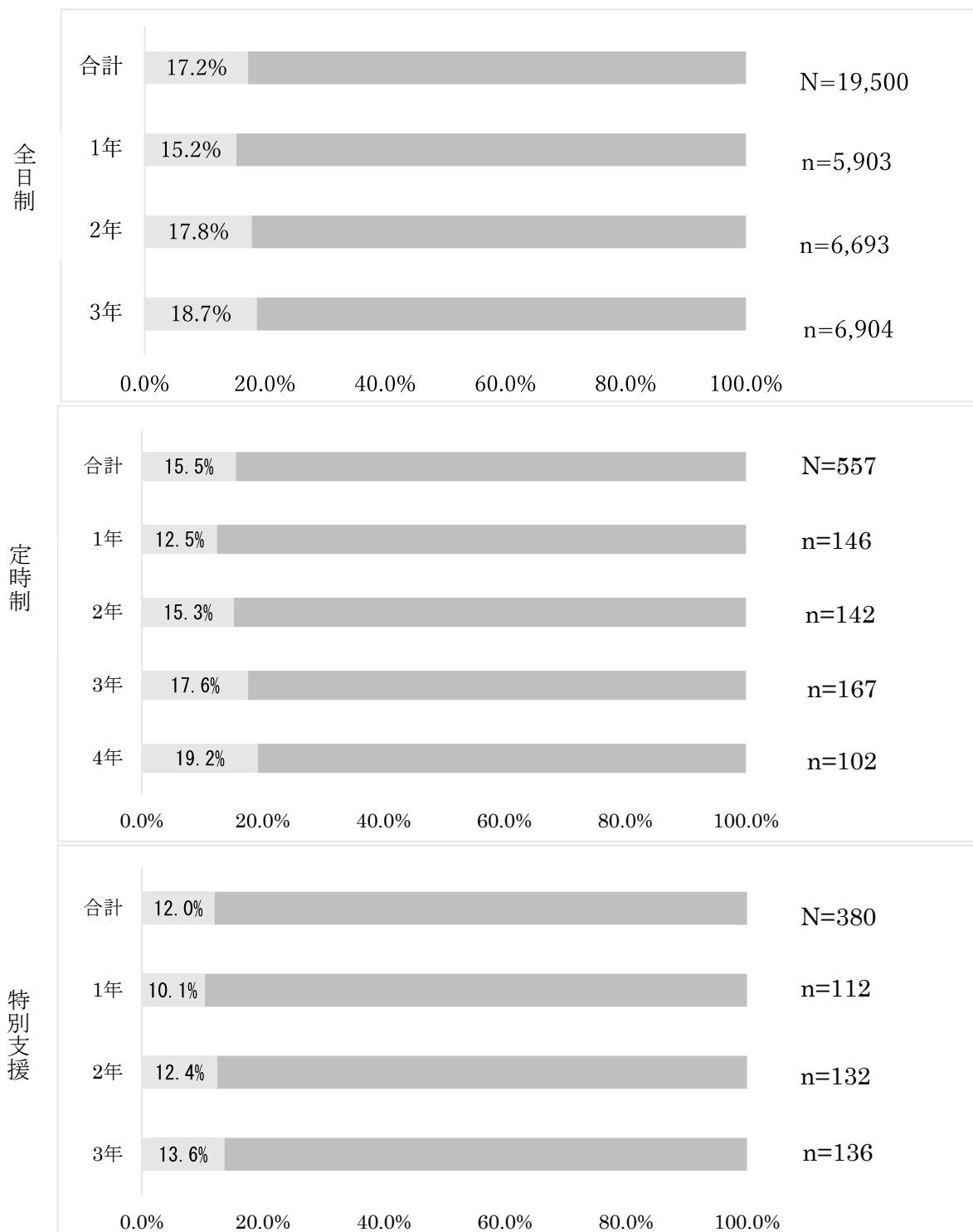
全日制	1 年	2 年	3 年		合計
歯科健診受検者数 (平成 29 年 4 月から 6 月)	38,717	37,572	37,015		113,304
定時制	1 年	2 年	3 年	4 年	合計
歯科健診受検者数 (平成 29 年 4 月から 6 月)	1,172	930	949	531	3,582
特別支援学校（高等部）	1 年	2 年	3 年		合計
歯科健診受検者数 (平成 29 年 4 月から 6 月)	1,104	1,061	999		3,164

2 健全歯のみの生徒



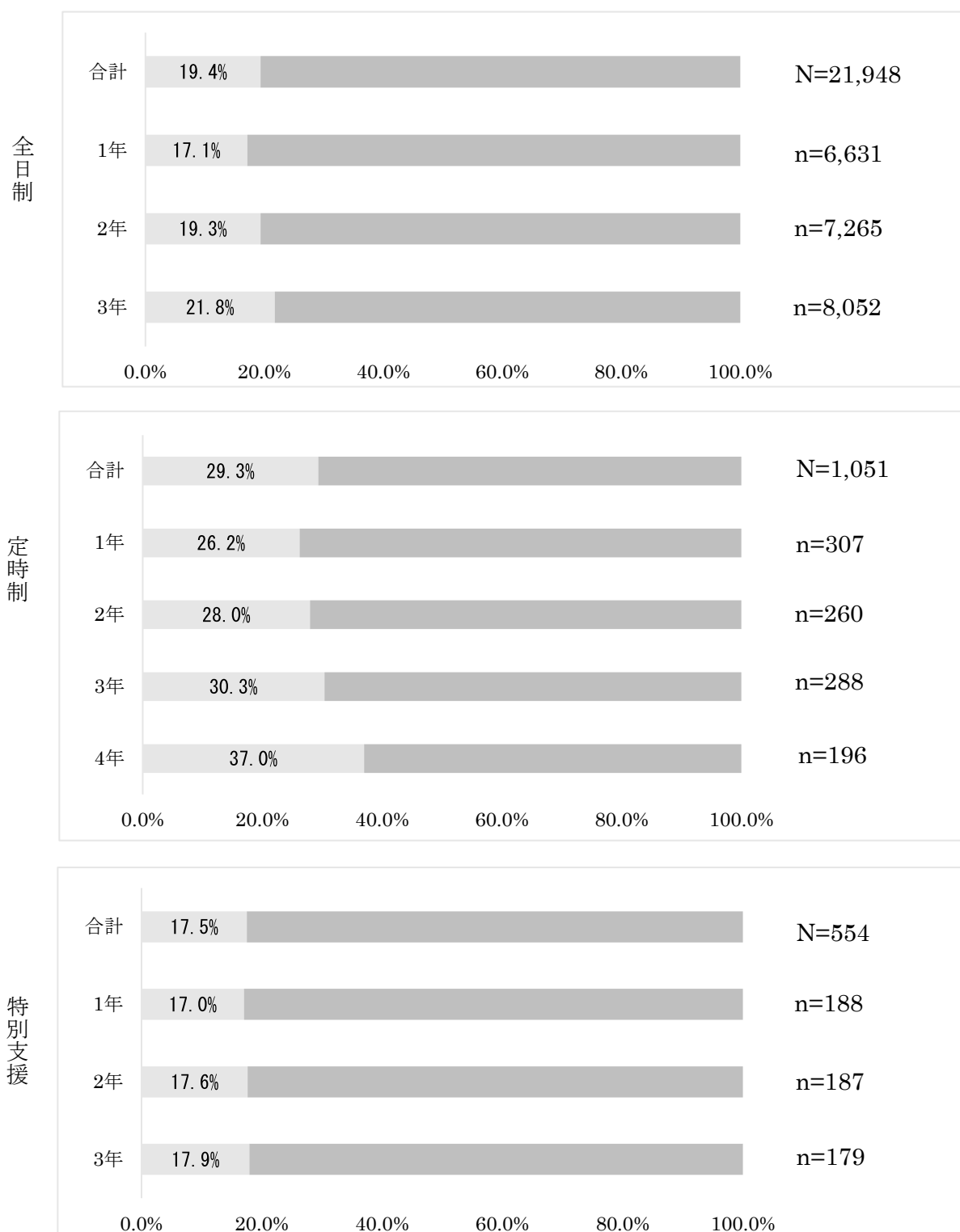
平成 29 年度学校保健統計調査結果(文部科学省)では「むし歯のない」者の率は、全日制においては、1 年生 57.80%、2 年生 52.73%、3 年生 47.38%、全体で 52.70%であり、全国平均よりも 2.7% 高い結果であった。特に 3 年生では 4 %の差があり、高校生活でのむし歯の発生は全国より少ないと推察される。特別支援学校高等部においては個別の指導や自立活動での口腔清掃あるいはフロケア等の効果があると推察される。

3 要観察歯（C O）のある生徒



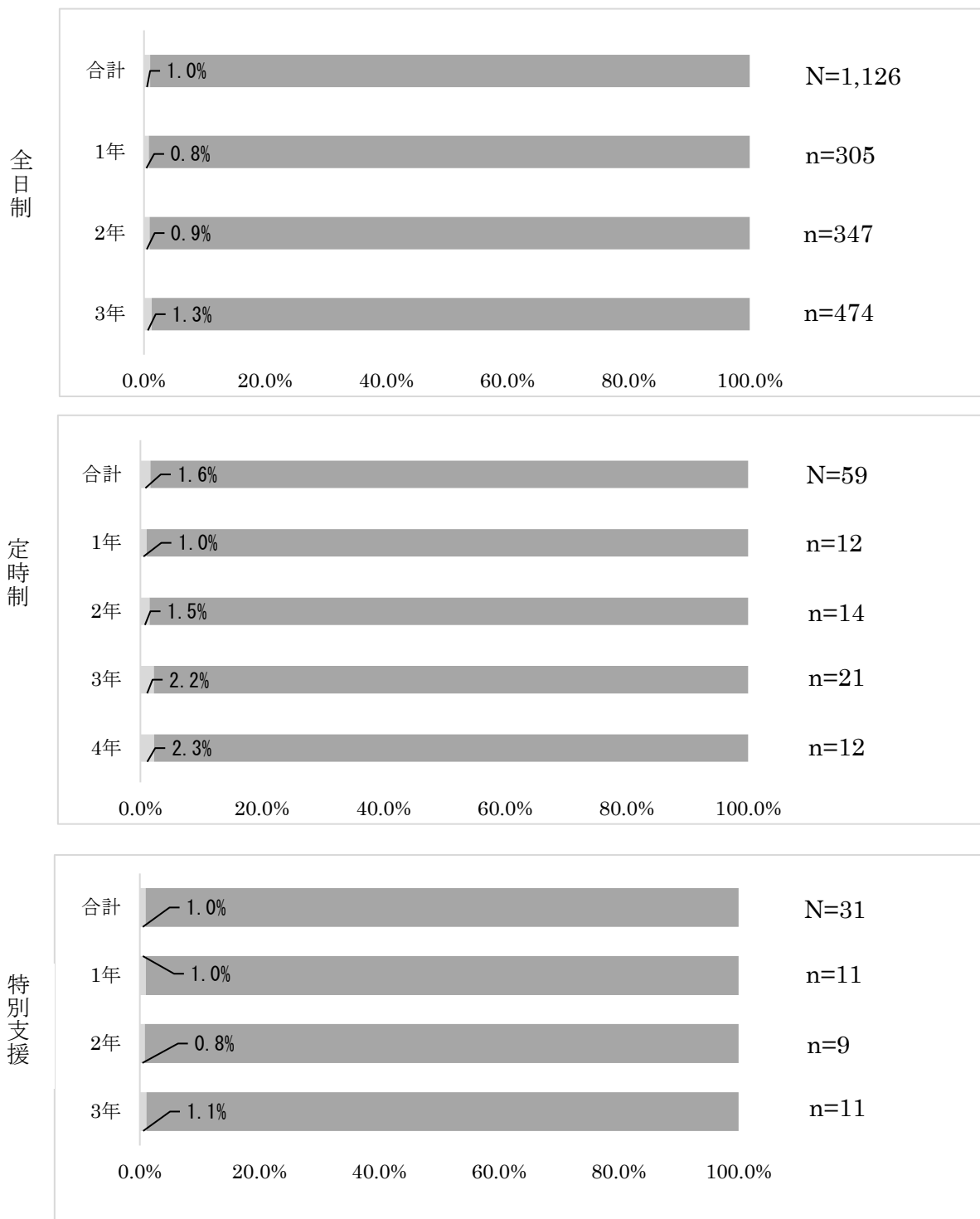
要観察歯C Oとは、放置すると実質欠損（う窩）を生ずるリスクのある歯である。他県のデータと比較すると、中学生でC O所有者率として 18.90%（平成 24 年新潟県）、また、高校生では1年生 25.81%、2年生 30.06%、3年生 28.85%（平成 28 年宮城県）と、いずれの学校でもこれらのデータと比較すると低い値である。

4 未処置歯のある生徒



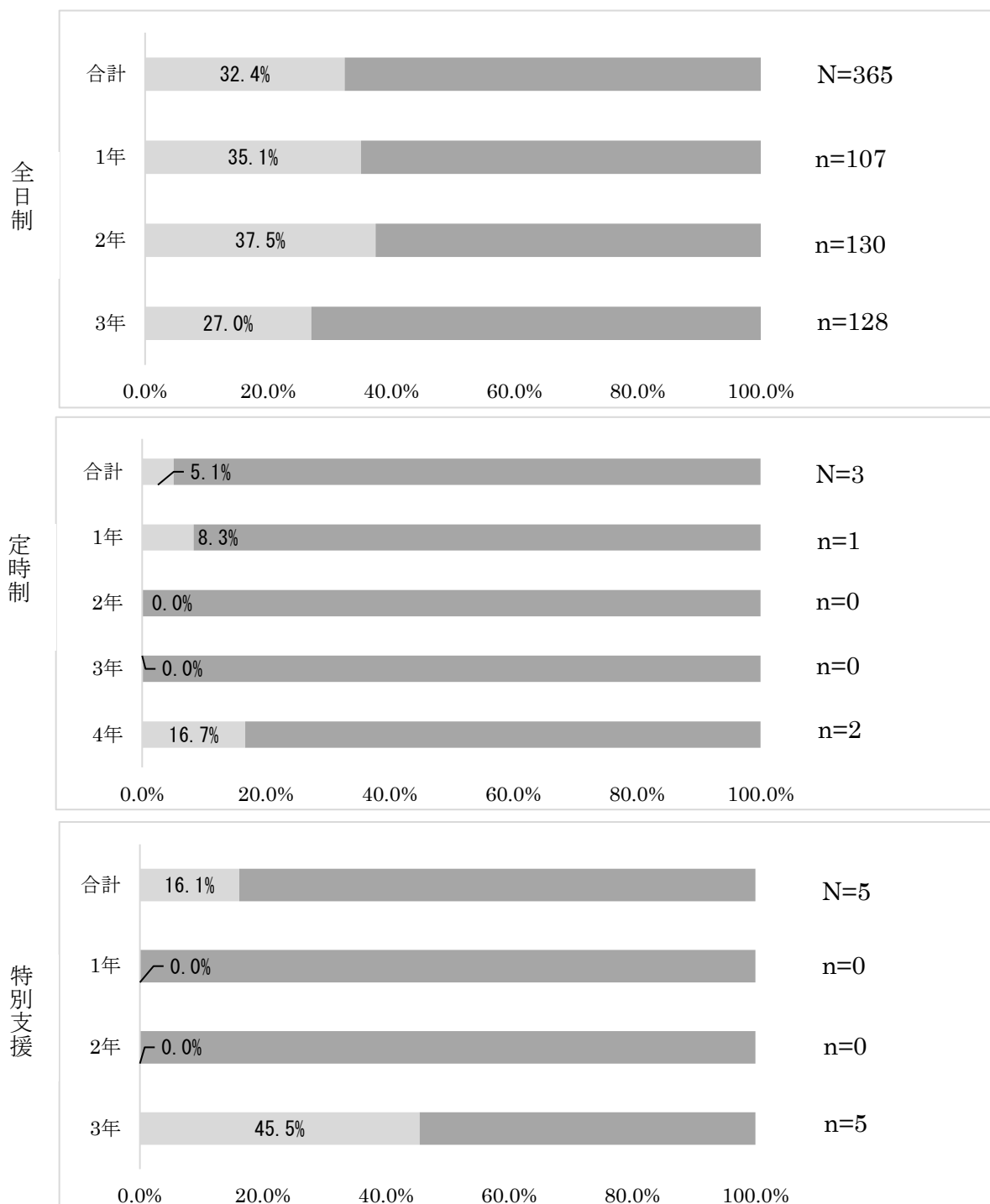
平成 29 年度学校保健統計調査結果（文部科学省）では「未処置歯のある」者は1年生 17.70%、2年生 18.78%、3年生 22.15%で全体では 19.67%であった。ほぼ全国値と同様の結果であった。健全歯のみの生徒が少ない定時制では未処置歯所有者が多くなっている。

5 未処置歯を8本以上有する生徒



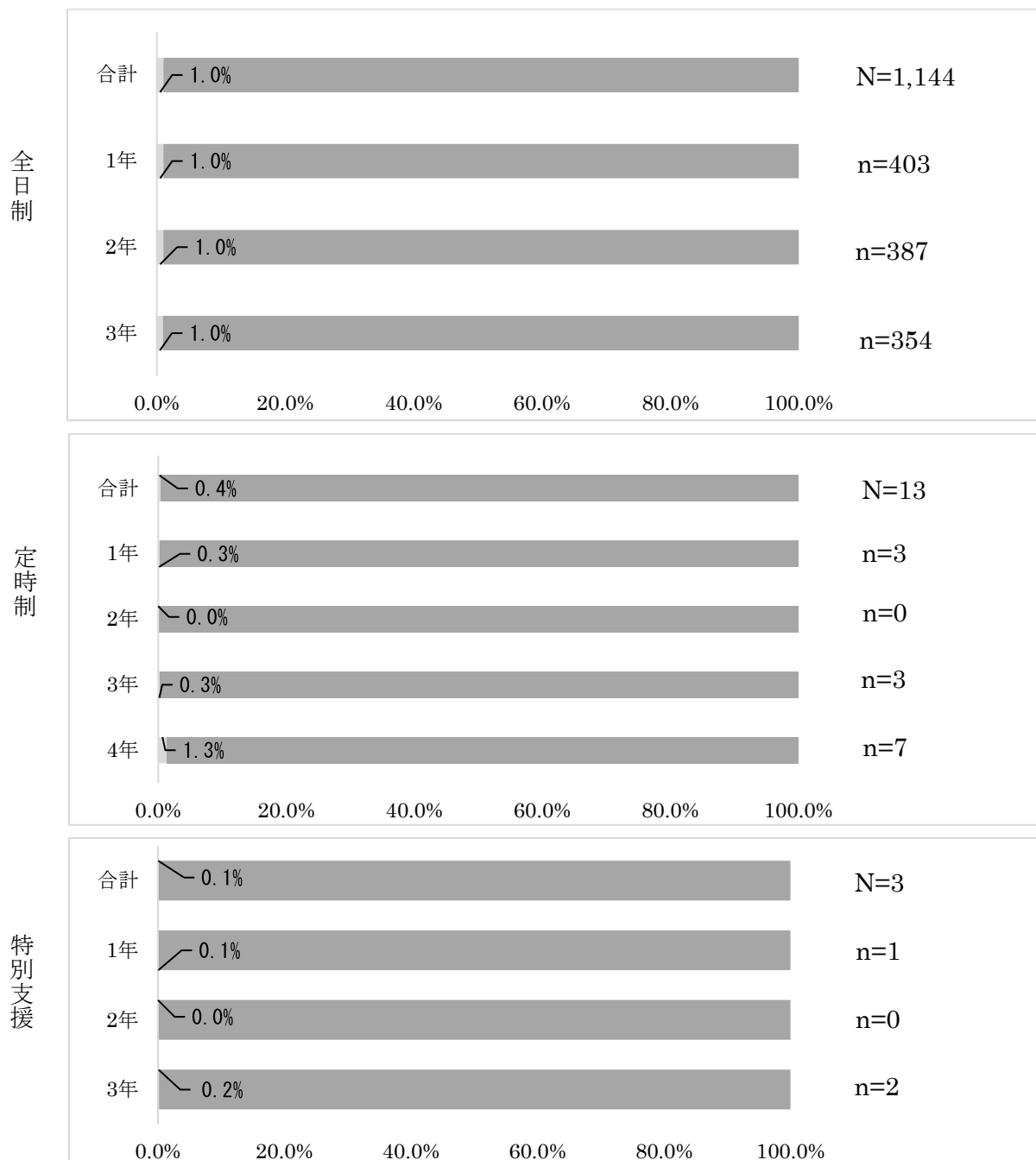
多数歯のむし歯所有者についての代表的な統計は見当たらない。8本以上の未処置歯所有者は全日制で1,126人であり3年生でやや多くなる。定時制も同様である。

6 上記 8 本以上の未処置歯を有する生徒のうち平成 29 年 11 月 30 日現在での治療完了者



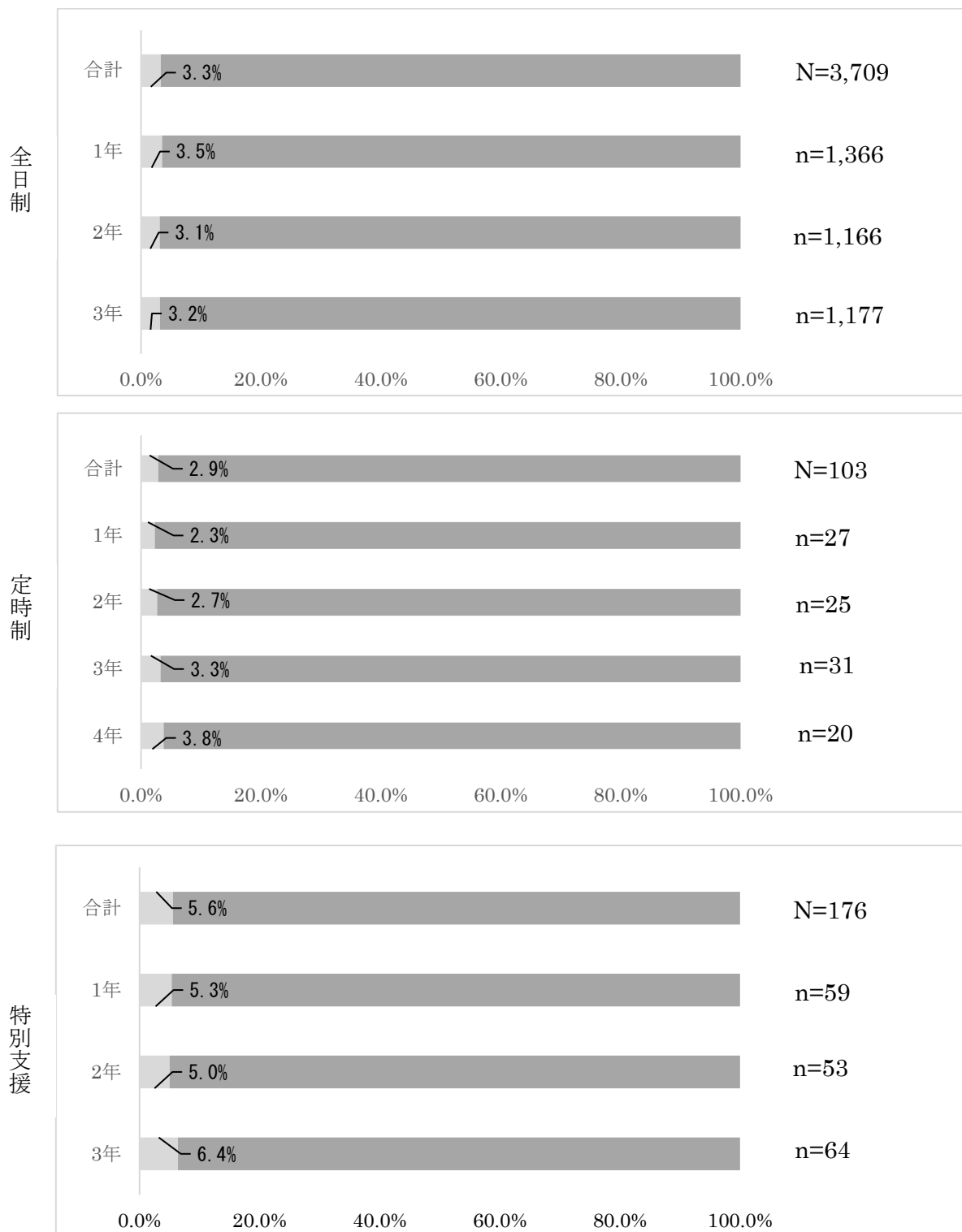
平成 29 年度学校保健統計調査結果（文部科学省）では一般的な「処置完了者」率は 1 年生 25.03%、2 年生 27.49%、3 年生 30.47%で全体では 27.63%であった。未処置歯を 8 本以上保有する生徒の完了者率としては、治療報告を行わない生徒も推察されるので受療行動が低いわけではないと考えられる。定時制では放置される傾向がある。

7 顎関節の状態が「専門医の診断が必要」と判定された生徒



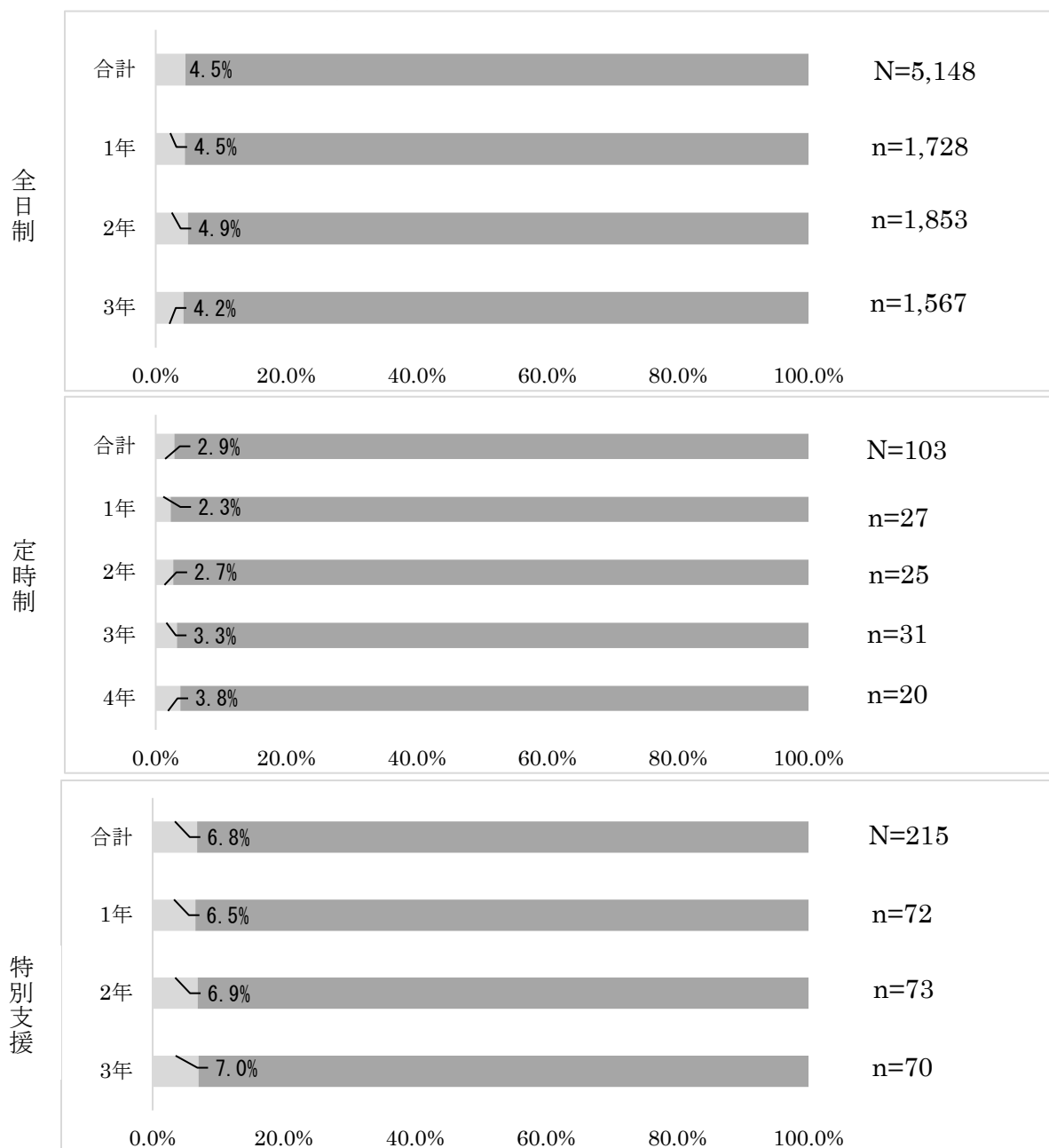
平成 29 年度学校保健統計調査結果（文部科学省）では 0.6%であり、相違はない。

8 歯列・咬合の状態が「専門医の診断が必要」と判定された生徒



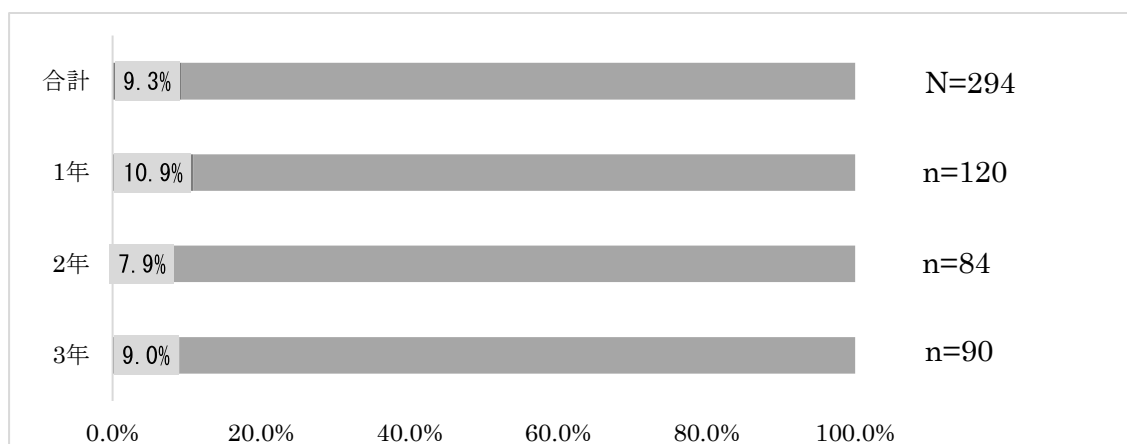
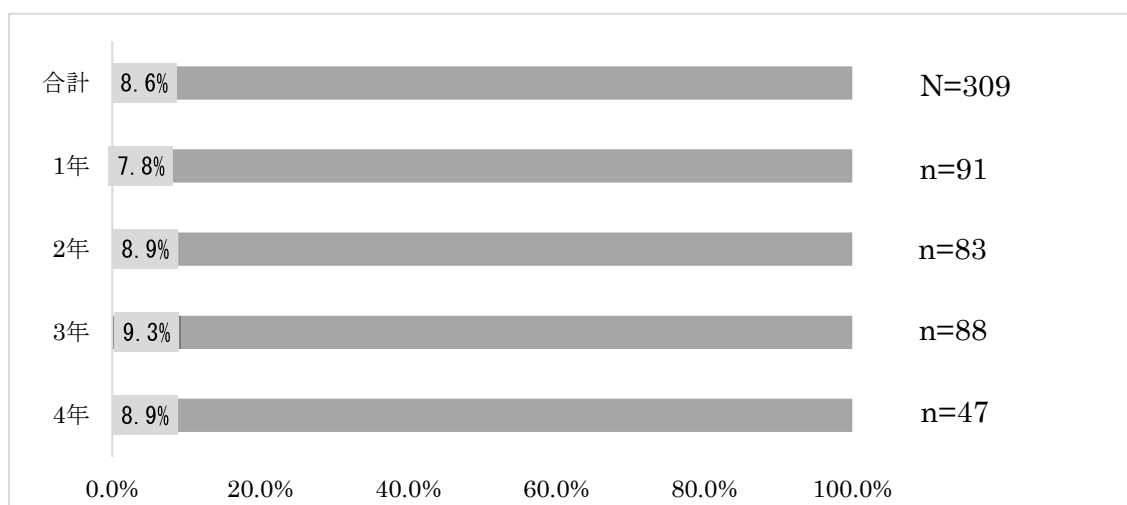
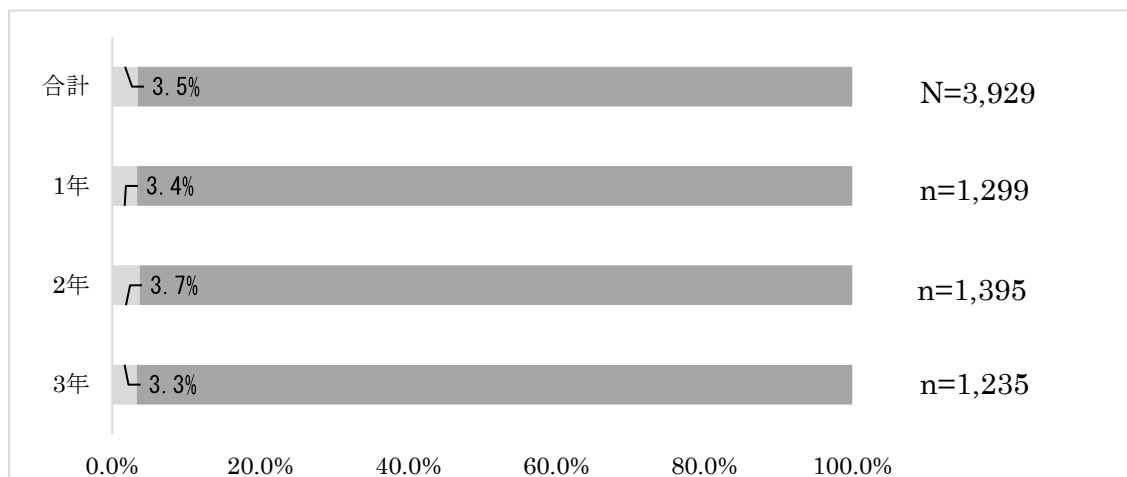
平成 29 年度学校保健統計調査結果(文部科学省)では、1 年生 4.47%、2 年生 4.47%、3 年生 4.27%で全体では 4.41%であった。相違はないと推察される。特別支援ではやや高い傾向がある。

9 歯垢の状態が「歯面の1/3を超える」と判定された生徒



平成 29 年度学校保健統計調査結果（文部科学省）では、1 年生 4.73%、2 年生 4.95%、3 年生 4.85%で全体では 4.84%であった。相違はないと推察される。定時制でやや低く、特別支援ではやや高い傾向がある。

10 歯肉の状態が「専門医の診断が必要」と判定された生徒



平成 29 年度学校保健統計調査結果（文部科学省）では、1 年生 4.28%、2 年生 4.64%、3 年生 4.68% で全体では 4.53%であった。全日制ではやや低く、定時制と特別支援ではやや高い傾向がある。相違はないと推察される。特別支援では抗けいれん薬など服用薬の影響なども考えられる。

Ⅱ 歯科保健状況調査（学校調査）結果と考察

委員長 安井 利一
(明海大学学長)

「高等学校等における歯科保健状況調査」の結果について分析した。全国的に見ても、本調査に相当するような実態調査は少なく、特に「学校調査」の他に実施した「生徒アンケート」は少ないと考えられる。埼玉県ばかりでなく、今後の我が国の高等学校における歯科保健の指針になるものと思慮する。

学校調査に関しては、主として、平成 29 年度の文部科学省学校保健統計調査結果との数値比較を中心に若干の考察を試みた。

1 むし歯（う蝕）の状況について

平成 29 年度学校保健統計調査結果（文部科学省）では「むし歯のない」者、すなわち「処置完了者」と「未処置歯のある者」を除く生徒は、全日制においては、1 年生 57.8%、2 年生 52.73%、3 年生 47.38%、全体で 52.7%であり、埼玉県の合計である 55.4%は全国平均よりも 2.7%高い結果であった。特に 3 年生では 4.01%の差があり、高校 1 年生時点での約 1%、2 年生での約 3%と比較しても高校生活でのむし歯の発生は全国より抑制されていると推察される。

なお、特別支援学校においての「健全歯のみの生徒」がすべての学年で 50%を超えていることは評価できる。

一般に特別支援学校では自立活動やプロケアの効果でむし歯を有する生徒は少ない傾向にあるが、3 年間とも維持されていることは少ないのではないかと推察される。生活習慣の改善なく放置するとむし歯に進展する C O（要観察歯）は全国的に 20%～25%程度だといわれており、埼玉県の生徒はやや低いと推察できる。未処置歯所有者は全国統計とほぼ同様であった。本調査では、多数歯むし歯を放置している生徒の数を調査した。このような調査は見当たらないので比較することはできないが概ね 1,000 人の生徒がいるものと推察される。どのような理由で治療しないかについては更に調査が必要と考えられる。ただし、11 月末までに治療を完了したとする生徒も約 30%いることから個別の指導によっても改善する可能性はあると推察される。

2 その他の状況について

顎関節について「専門医の診断が必要」とされた者は 1%であり、全国値の 0.6%と大差ない。歯列・咬合についても全国値では、1 年生 4.47%、2 年生 4.47%、3 年生 4.27%で全体では 4.41%であった。相違はないと推察される。特別支援学校ではやや高い傾向があるが障害の種類と程度によっては歯列・咬合に課題の出ることも予測される。歯垢の付着状況並びに歯肉の状況についても全国値とほぼ同様であった。

以上のように、埼玉県全体の高校生について文部科学省の学校保健統計調査結果と比較した結果、むし歯の状況は比較的良好な状況と推察される。しかし、多数歯のむし歯を有している生徒もいることから学校での特性を分析しつつ、集団指導あるいは健康相談や個別の保健指導を実施しながら、地域の医療機関との連携によって早期の予防なども展開する必要があると考えられた。

Ⅲ 各委員から -学校調査の結果から考える-

本調査は、歯科保健状況と歯科保健に関する生徒の意識や実態を把握し、生徒の自律的健康づくりの一助とすることを目的とした全国でも稀に見る調査である。

平成 30 年度は中間報告として「高等学校等における歯科保健状況調査」の結果を報告し、令和元年度は最終報告として歯・口の健康と日常生活やけがの状況との相関関係についても報告する。

各学校においては、このたびの調査の結果を、自校の生徒と比較して成果や課題を明らかにし、歯・口の健康づくりの一層の充実に活用していただきたい。

副委員長 駒崎 弘匡

(埼玉県教育局県立学校部保健体育課主席指導主事)

長年の懸案であった高等学校等の歯科健康診断の結果が取りまとめられたことは、歯科医師会の学校歯科保健担当者として限らない喜びである。

この事業は、多くの学校関係者の御尽力の賜物であり、この結果を今後の学校歯科保健活動に生かし、生徒の健康増進に還元することが何よりも大切なことと考えている。

言うまでもなく、高等学校等の歯科健康診断は学校保健安全法で定められた最後のステージであり、ここでの現状をしっかりと把握し生徒の成人としての健康観の確立を支援することが大切である。

この度のデータで文部科学省学校保健統計調査と比較することにより、どのような支援が必要か、ということが示しやすくなった。埼玉県内公立高校生の口腔状況は概ね良好に保たれていること、歯列・咬合については中学校時代までの指導や治療の結果改善がみられ、全国平均より良いデータとなっている点、歯肉の状況においては特別支援学校にやや高い傾向が見られることなど今後の指導に役立てることが必要である。8 本以上のう蝕をもつ生徒の全体の数の把握が出来たことにより、かかりつけ医との連携やう蝕予防指導の方向が明確化されることは意義深い。

委員 齋藤 秀子

(埼玉県歯科医師会 (前) 学校歯科部長)

高校生の口腔状態は、歯列・咬合・歯肉・顎関節等成長発育期の終盤にある。小・中学校で身に付けた口腔衛生習慣を、引き続き実践している多くの生徒がいる反面、少数ではあるが、この時期から多数歯う蝕・歯肉炎を発症する生徒も見られる。

せっかく身に付けた良質な口腔衛生教育とその習慣を、成人に至るまで継続してもらえよう学校歯科保健に携わる皆さんが、橋渡しをしていただけるよう希望する。

委員 吉田 明弘

(埼玉県歯科医師会 (前) 学校歯科部)

この度、「高等学校等における歯科保健状況調査」を実施するにあたり、各県立及び市立の高等学校、各県立特別支援学校高等部、各校養護教諭の皆様や関係教員の皆様に多大な御尽力をいただいた。

全国にも稀に見る本調査は、各学校の特性も浮き彫りになるなど、高等学校等の歯科保健に関する実態を把握する上で大変貴重な調査である。また、埼玉県歯科口腔保健推進計画の基本理念の一つである「乳幼児期から高齢期までの各時期での適切かつ効果的な口腔の健康の確保」に通じる画期的な調査となった。

現在、勤務する特別支援学校でも給食後の歯みがき指導等を実施し、歯科医や歯科衛生士の協力を得て職員歯科保健研修も実施している。今後も、本調査の結果を踏まえながら児童生徒の歯科保健の充実に取り組んでいく。調査協力をいただいた各学校の皆様にも本調査結果を有効に御活用し、児童生徒の自律的健康づくりの一助としていただきたい。

委員 上條 岳

(埼玉県立和光南特別支援学校校長)

未処置歯 8 本以上を有する生徒は、対応事例にもあるように、他の健康課題や問題を抱えている場合が多いと思われる。養護教諭は、健康診断の結果から生徒の様々な状況に気付くことができる立場にあることから、学校全体に発信し、校内組織だけではなく、学校歯科医等の専門機関と連携した対応が求められる。

また、歯垢と歯肉の状態については、相関関係があると推察するが、今回の結果では明らかになっていないため、今後の更なる検証が必要と考える。

委員 三谷 和子

(埼玉県立浦和商業高等学校養護教諭)

高校生は身体的成長や二次性徴といった身体的・生理的变化が落ち着いてくる時期であり、自律的な健康づくりへの移行期である。さらに、社会的関心が増大し、論理的思考力や抽象的思考力が発達する時期である。小・中学校で身に付けた歯と口の衛生習慣を、高校でも継続することはもとより、生徒自ら健康行動が実践できるように、自己健康管理能力を高める健康教育を行うことが高校の養護教諭に求められている。

委員 久保田 かおる

(さいたま市立浦和高等学校養護教諭)

コラム

－高等学校等における実践事例から－

本研究では、学校の実践についても調査を実施しました。

高等学校等で歯科保健教育を行うのは容易なことではないことを調査から読み取ることができました。学校の実態や特色に応じた教育活動の中で、歯科保健教育にどのように取り組んでいったらよいのかという課題も見えました。

さて、生徒アンケートの項目のひとつ「歯科医院等を受診しない理由は何ですか」では、「部活動やスポーツで通う時間がない」「お金がかかるから」「なんとなく」が 26.6%でしたが、「面倒である」が 47.5%という結果でした。

高校生は通学に時間がかかったり、部活や勉強が忙しく帰宅時間が遅くなったりするために、歯や口腔に異常があっても歯科医院に行くことができないのだと考えていましたが、それだけではないことがわかりました。生涯にわたる自律的な健康づくりに向けて、意識を高めていく教育が必要です。

高校生は社会的な自立に向けての準備として大切な時期であり「自分の健康は自分で守る」という自律的な健康づくりの形成の時期でもあります。自分の意志で歯や口の健康についても責任をもっていくことが求められます。

義務教育の過程を修了した高校生たちは、高等学校での学びが最後の砦です。言うまでもなく、歯や口は生きることに欠かせない「食べる」という機能の入り口です。

以下に実践事例を紹介します。各学校の実態に応じて参考にさせていただけたら幸いです。

- ・未処置歯のある生徒には、治療に行かない（行けない）理由を確認しながら保健室で個別に指導を行っている。
- ・定期の歯科健康診断の時に個別の歯科保健指導を実施している。
- ・歯科保健に課題のある生徒は、他の場面でも課題があることがあるため、教職員間で課題を共有して個別指導を行っている。
- ・担任が直接保護者に連絡して、治療を促している。
- ・部活動が忙しいという場合は、顧問から受診を促してもらったり、保健室から情報提供してむし歯と運動能力の関係について保健指導をしてもらったりすることがある。
- ・保健だよりや保健室の掲示物で歯に関する予防啓発の情報を発信している。
- ・生徒保健委員会では、文化祭で「歯の健康について」の展示発表を行った。
- ・学校歯科医の協力を得て、3年生を対象にブラッシング指導をしている。
- ・学校歯科医による講話を実施している。（テーマ：食習慣、歯みがきの重要性、スポーツと歯の関連、進路を見据えた歯科治療 など）

本調査実施後、「考えていた以上に学年が上がるごとに健全歯のみの人数が減っていて驚きました。」「なかなかむし歯の治療が進まない生徒がいて悩んでいましたが、他の教職員にも協力してもらい、これからも個別指導を丁寧におこなっていきたいです。」「むし歯だけではなく、ＣＯや歯肉炎の傾向があるものなど保健指導の対象となる生徒が多くいることがわかりました。」「次回の学校保健委員会では歯科保健をテーマにして取り組みたくて計画をしています。」などの感想が寄せられました。

調査に協力いただいた関係者の皆様にあらためて感謝するとともに、この報告書が児童生徒の歯や口腔の健康に寄与することを願っています。

埼玉県教育局県立学校部保健体育課

第4章 生徒アンケート

I 生徒アンケートについて

1 調査分析について

埼玉県においては、埼玉県学校保健会ならびに高等学校等の関係者の多大な協力を得て、高校生の歯科保健の実態について明らかにしてきたが、さらに、高校生の健康の保持増進を図るための健康の指導あるいは個別の指導に有用な思春期レベルでの対応を検討するために調査分析を行ったので報告する。

2 調査の方法と内容

調査対象数は基本情報に示した。

(1) 「生徒アンケート」：埼玉県内県立及び市立の高等学校の各学年 1 クラスの生徒

(2) 「生徒アンケート」：(ア)生活全体について(イ)歯・口の健康について(ウ)歯・口、全身のけがについて

(3) 調査の実施期間：平成 29 年 10 月 25 日から平成 29 年 12 月 15 日

II 調査結果

1 基本情報

①学校区分

回答数	全日単位制	全日制	定時制
16,392	231	15,033	1,128
100.0%	1.4%	91.7%	6.9%

②学校区分(再掲)

回答数	全日制 (単位制含む)	定時制
16,392	15,264	1,128
100.0%	93.1%	6.9%

③学年

回答数	1 年	2 年	3 年	4 年
16,392	5,493	5,402	5,256	241
100.0%	33.5%	33.0%	32.1%	1.5%

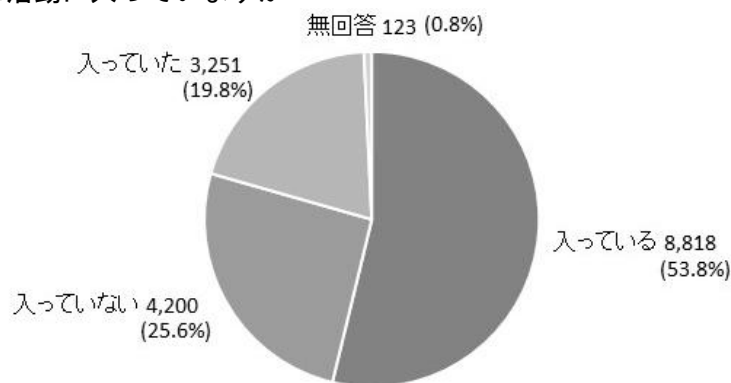
④年齢

回答数	15 歳	16 歳	17 歳	18 歳	19 歳	20 歳以上	無回答	平均値	標準偏差
16,392	1,894	5,320	5,316	3,398	180	98	186	16.7	1.7
100.0%	11.6%	32.5%	32.4%	20.7%	1.1%	0.6%	1.1%		

⑤性別

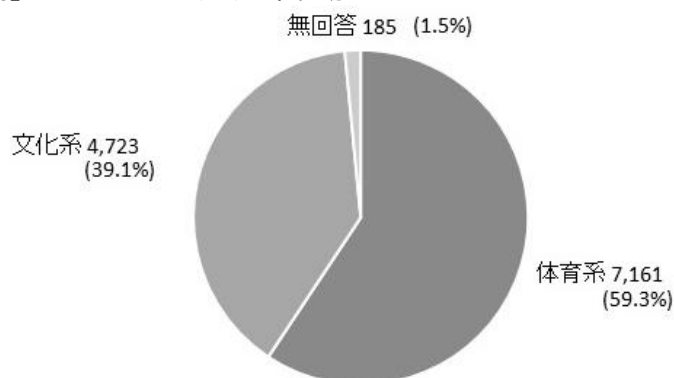
回答数	男	女	無回答
16,392	7,945	8,296	151
100.0%	48.5%	50.6%	0.9%

2 【質問１】部活動に入っていますか



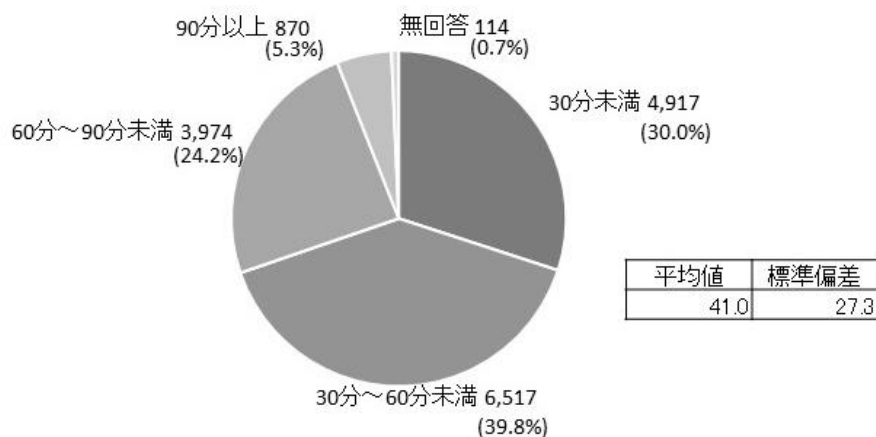
部活動に入っている生徒は 53.8%であり、入っていた生徒も含めると 73.6%の生徒が部活動と関わっていた。

3 【質問１-補問】入っている（た）部活動



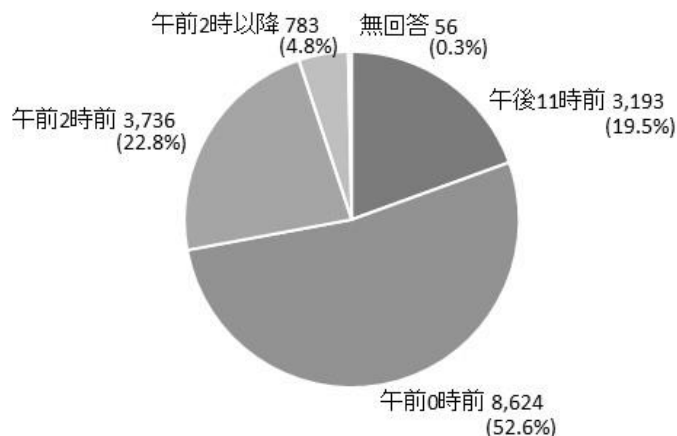
部活動に入っている（た）生徒のうち、「体育系」は 59.3%、「文科系」は 39.1%であり、「体育系」に入っている（た）生徒が多かった。

4 【質問２】通学時間はどのくらいですか（片道）



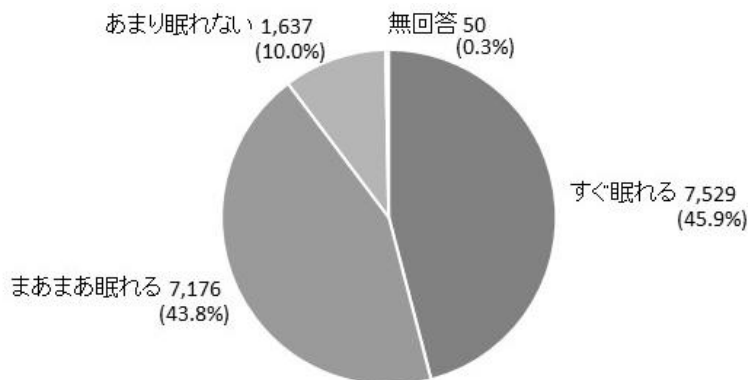
片道の通学時間は、「30 分～60 分未満」が最も多く 39.8%であり、次いで「30 分未満」30.0%であった。平均の通学時間は 41.0 分であった。

5 【質問3】平日（試験前は除く）に寝るのは何時ごろですか



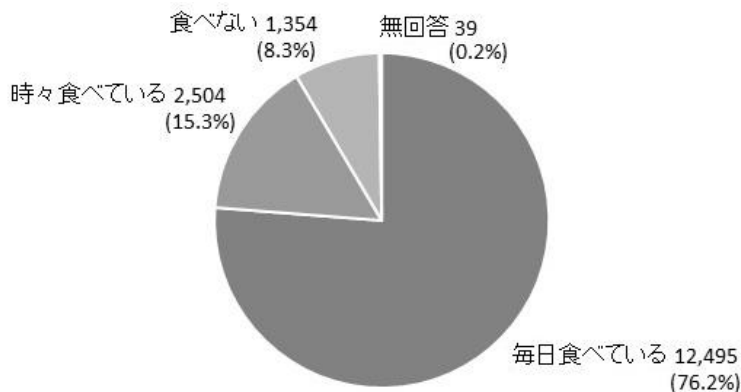
平日の就寝時間は「午前0時前」が最も多く 52.6%であり、次いで「午前2時前」の 22.8%であり、72.1%の生徒が午前0時までに就寝していた。

6 【質問4】夜はすぐに眠れますか



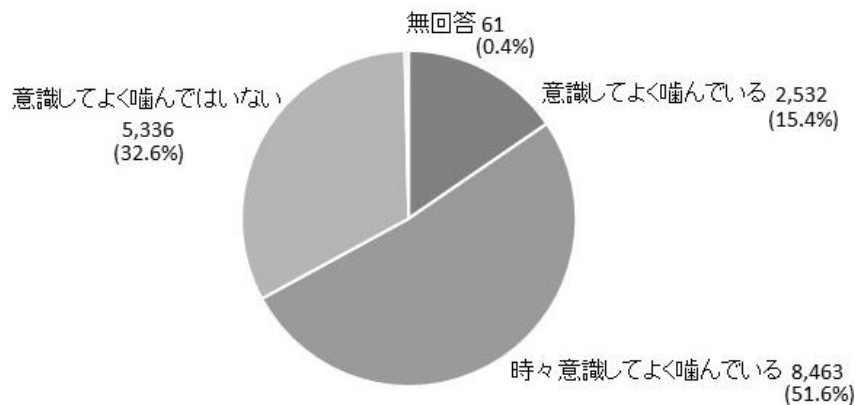
夜は「すぐ眠れる」生徒が最も多く 45.9%であり、「あまり眠れない」生徒は 10.0%であった。ほとんどの生徒が、「すぐ眠れる」か「まあまあ眠れる」と回答していた。

7 【質問5】平日に朝食は食べていますか



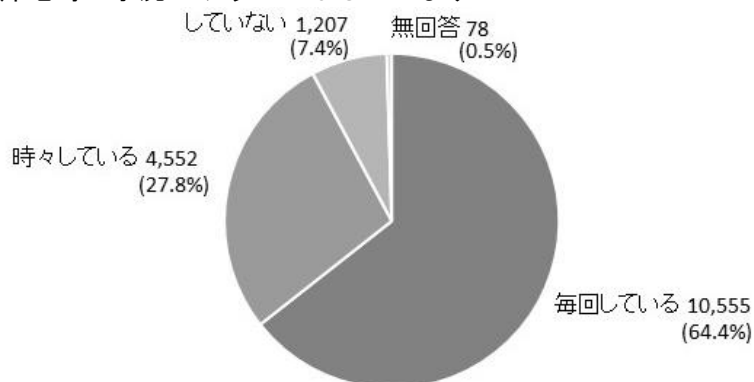
平日に朝食を「毎日食べている」生徒が最も多く 76.2%であり、「時々食べている」が 15.3%、「食べない」生徒が 8.3%で、その合計は 23.6%であった。

8 【質問6】食事中は、意識してよく噛んでいますか



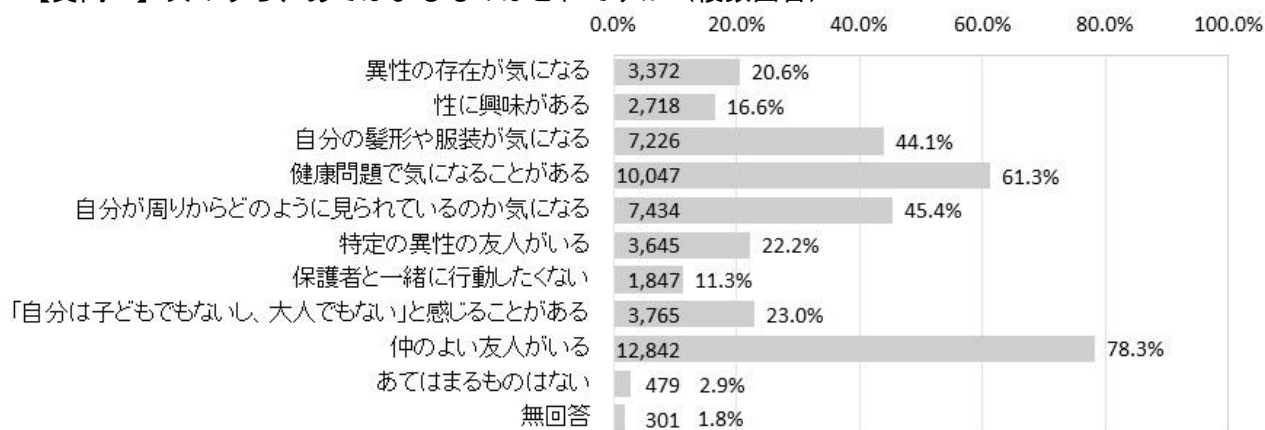
食事中は「時々意識してよく噛んでいる」と回答した生徒が最も多く 51.6%であり、続いて「意識してよく噛んではない」と回答した生徒が 32.6%であり、これに対して「意識してよく噛んでいる」生徒は 15.4%であった。

9 【質問7】帰宅時に手洗いやうがいしていますか



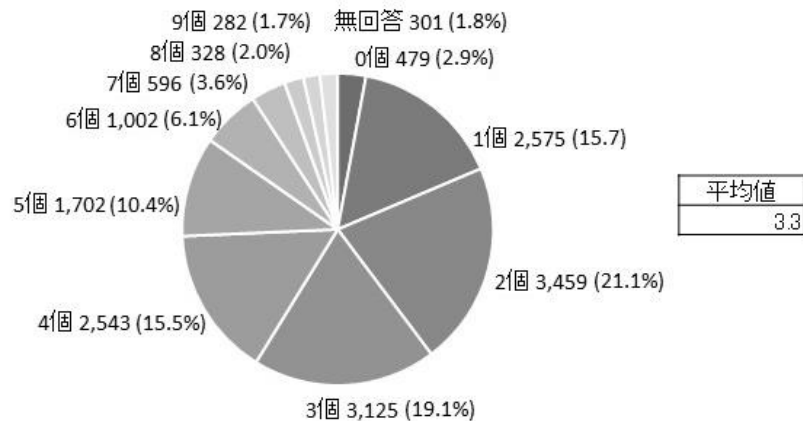
帰宅時に手洗いやうがいを「毎回している」生徒は 64.4%で最も多く、一方、「してない」生徒は 7.4%であった。

10 【質問8】次のうち、あてはまるものはどれですか（複数回答）



いわゆる「思春期」意識に関連する質問項目の単純集計結果である。あてはまるもののうち、「仲の良い友人がいる」が最も多く 78.3%であり、次いで「健康問題で気になることがある」が 61.3%、「自分がどのように見られているのか気になる」が 45.4%であった。特有な項目としては「自分の髪形や服装が気になる」「周りからどのように見られているのか気になる」など、友人、健康、見た目を気にする生徒が多い傾向を示した。

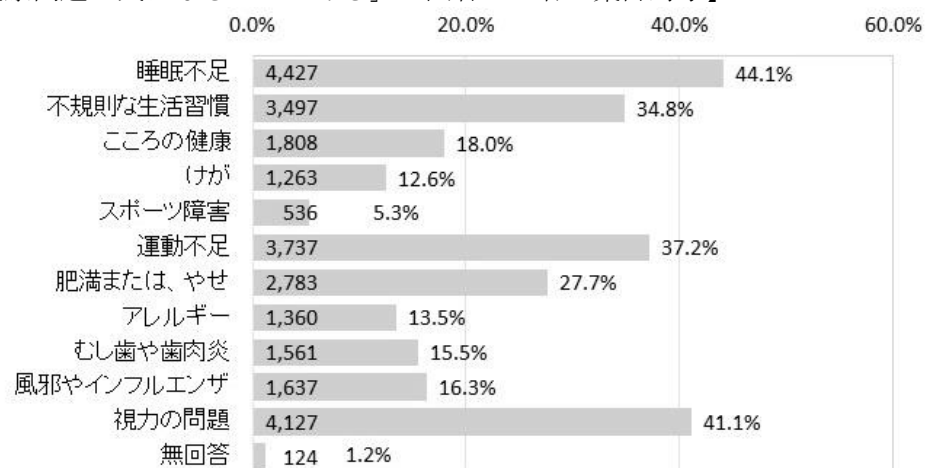
11 【質問 8】あてはまるものの個数（「健康問題で気になることがある」を含む）



あてはまるものの個数では「2 個」が最も多くて 21.1%であり、平均 3.3 個であった。

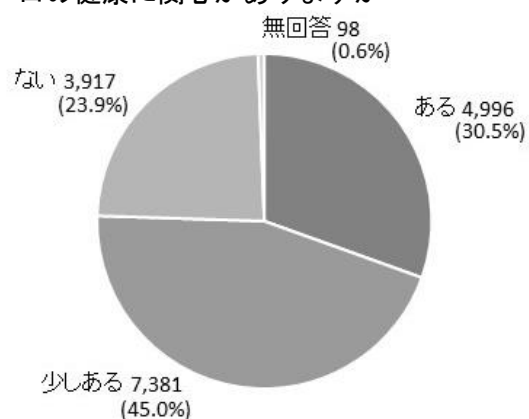
12 【質問 9】気になる健康問題はなんですか（複数回答）

【質問 8 で「健康問題で気になることがある」と回答した者が集計対象】



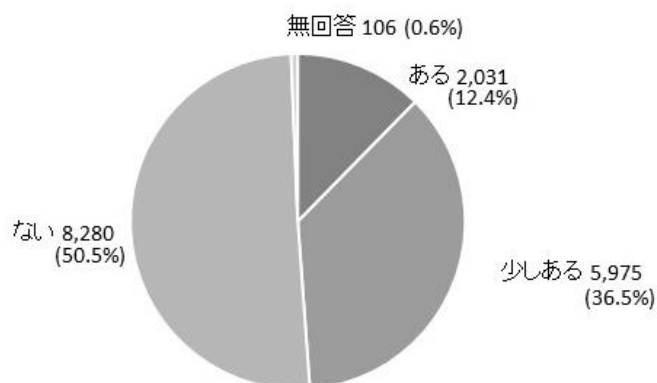
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で、気になる健康問題は「睡眠不足」が最も多く 44.1%であり、次いで「視力の問題」が 41.1%、「運動不足」37.2%、「不規則な生活習慣」34.8%であった。生活習慣に関わる問題をあげる生徒が多い傾向が示された。

13 【質問 10】自分の歯・口の健康に関心がありますか



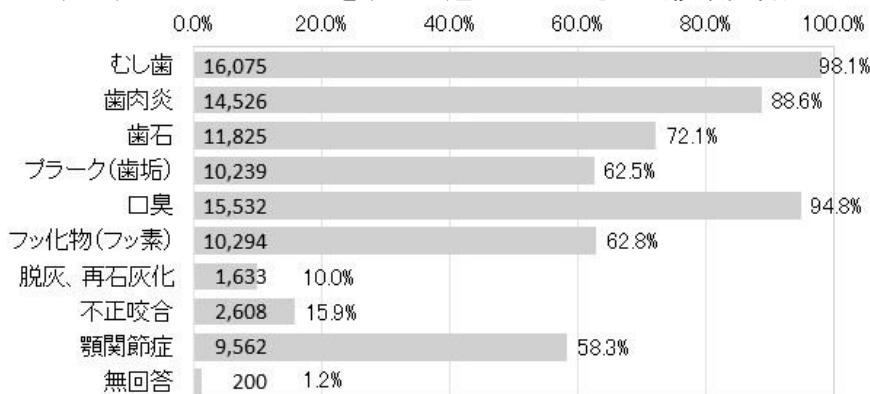
自分の歯・口の健康に関心が「ある」生徒は 30.5%であり、「少しある」と合わせると 75.5%の生徒がある程度の関心を持っていた。

14 【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか



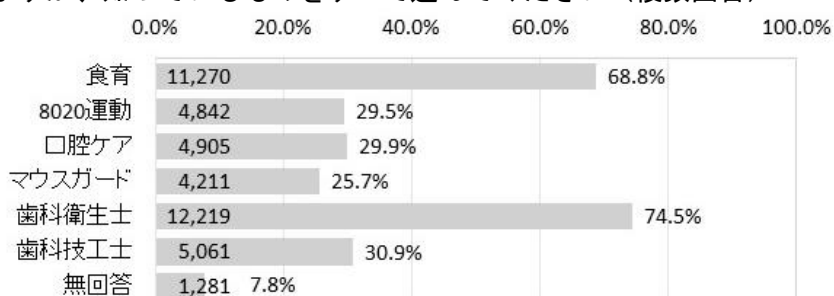
自分の歯・口の健康に自信が「ある」生徒は 12.4%であり、「ない」生徒は 50.5%であり、自信がない生徒が半数を占めていた。

15 【質問 12】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）



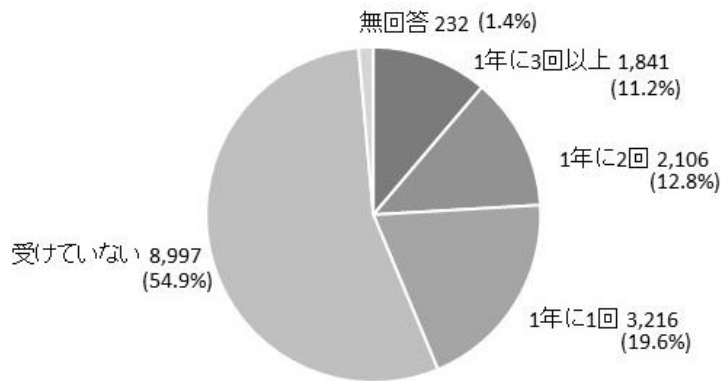
知っている言葉で「むし歯」が最も多く 98.1%であり、次いで「口臭」94.8%、「歯肉炎」88.6%であった。「脱灰、再石灰化」、「不正咬合」の認知度は低かった。

16 【質問 13】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）



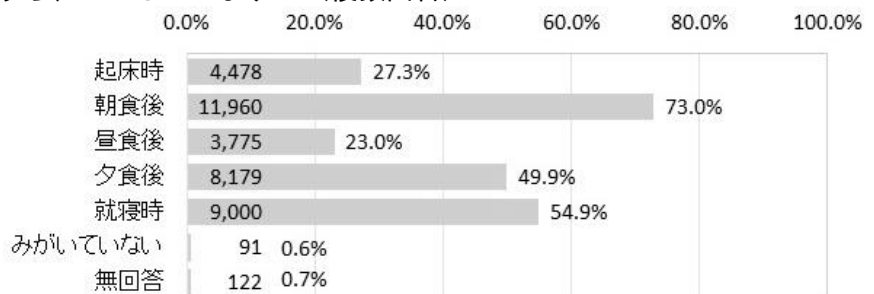
知っている言葉で「歯科衛生士」が最も多く 74.5%であり、次いで「食育」68.8%であった。他の言葉については3割程度の認知度となっていた。

17 【質問 14】定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか



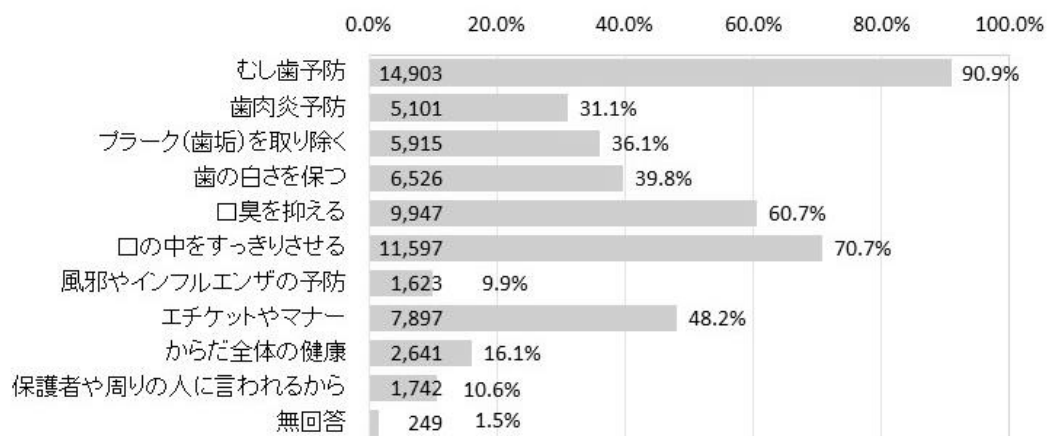
定期的に歯科医院でお口のチェックを「受けていない」生徒が最も多く 54.9%であり、1年に1回以上受けている生徒は 43.6%であった。

18 【質問 15】歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）



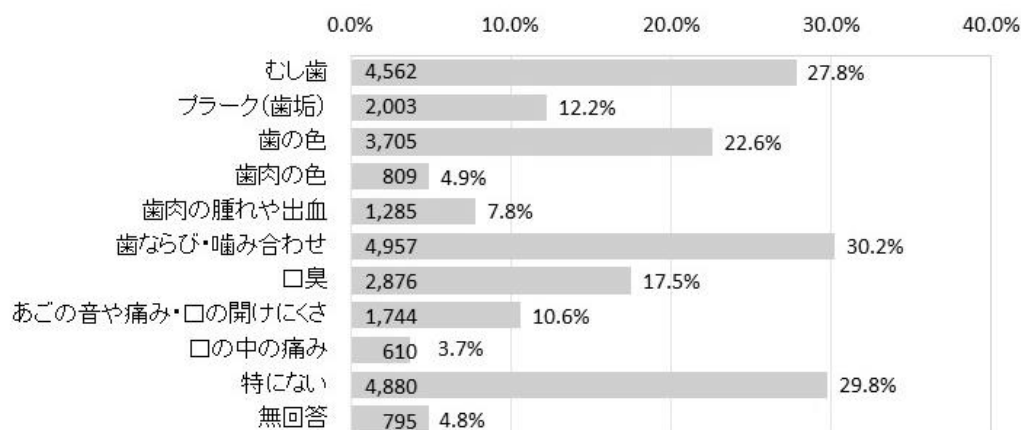
歯みがきは、「朝食後」にする生徒が最も多く 73.0%であり、次いで「就寝前」の 54.9%であった。「昼食後の歯みがき」は 23.0%であった。

19 【質問 16】あなたが歯をみがく理由は何ですか（複数回答）



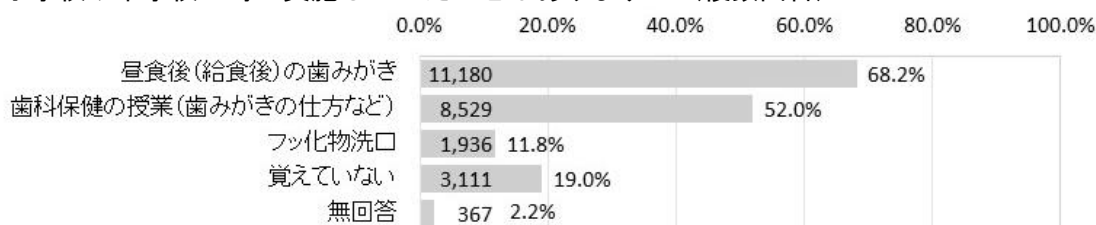
歯をみがく理由は「むし歯予防」が最も多く 90.9%であり、次いで「口の中をすっきりさせる」70.7%、「口臭を抑える」60.7%であった。歯みがきは未だむし歯予防を目的としている生徒が多い一方で、口臭抑制や口の中をすっきりさせる、あるいはエチケットやマナーを行動要因としている高校生が多いことは健康教育の場面でも重要な要因と思慮される。

20 【質問 17】 最近、口の中で気になることはありますか（複数回答）



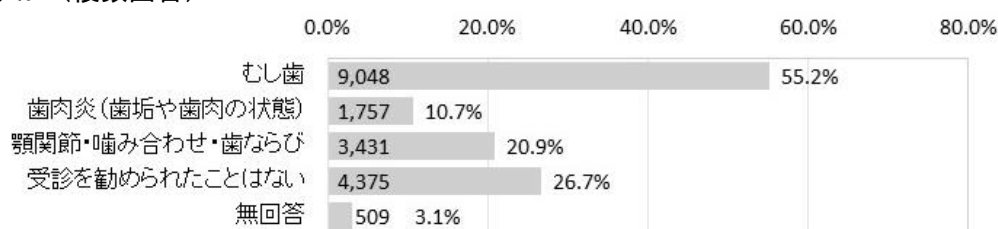
最近、口の中で気になることは「歯ならび・噛み合わせ」が最も多く 30.2%であり、次いで「むし歯」の 27.8%であったが、「特になし」も 29.8%と比較的高い値を示していた。

21 【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（複数回答）



小学校や中学校の時に実施していたことでは「昼食後（給食後）の歯みがき」が最も多く 68.2%であり、次いで「歯科保健の授業（歯みがきの仕方など）」52.0%であった。小学校や中学校では、歯みがきに関する教育活動が多いことが示唆された。

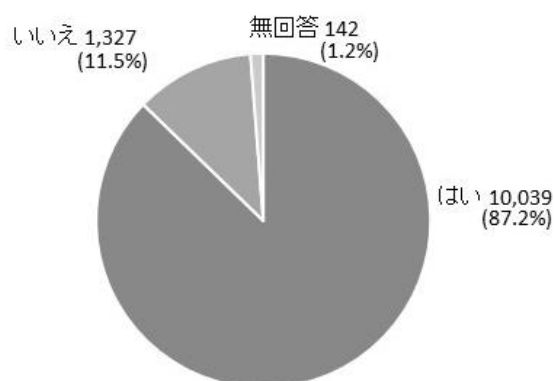
22 【質問 19】 小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（複数回答）



小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で「むし歯」のことで受診を勧められた生徒が最も多く 55.2%であったのに対し、「受診を勧められたことはない」生徒は 26.7%であった。

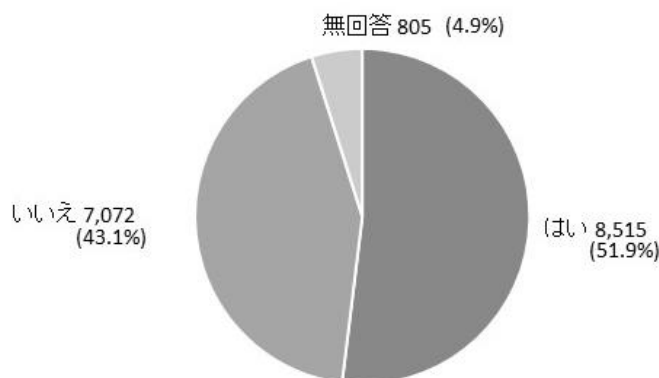
23 【質問 20】 歯科医院等を受診しましたか

【質問 19で「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」と回答した生徒が集計対象】



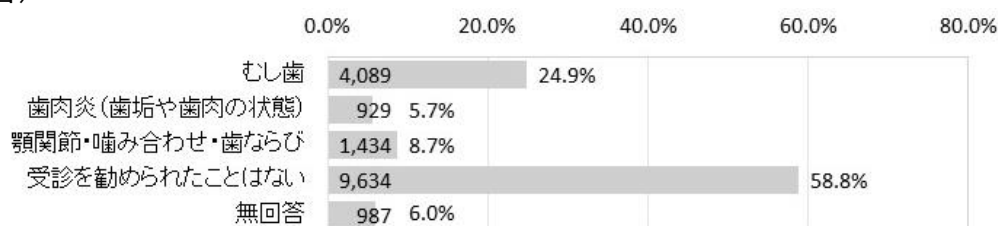
小学校や中学校での歯科健康診断で受診を勧められた生徒のうち 87.2%は、その当時に歯科医院を受診していた。

24 【質問 21】 小学生の時に、家庭で仕上げみがきをしてもらったことがありますか



小学生の時に、家庭で仕上げみがきをしてもらったことが「ある」生徒が最も多く 51.9%であるが、同様に約半数の生徒は、小学生の時に、家庭で仕上げみがきをしてもらったことがなく、小学生以前で仕上げみがきを終了している可能性が示唆された。

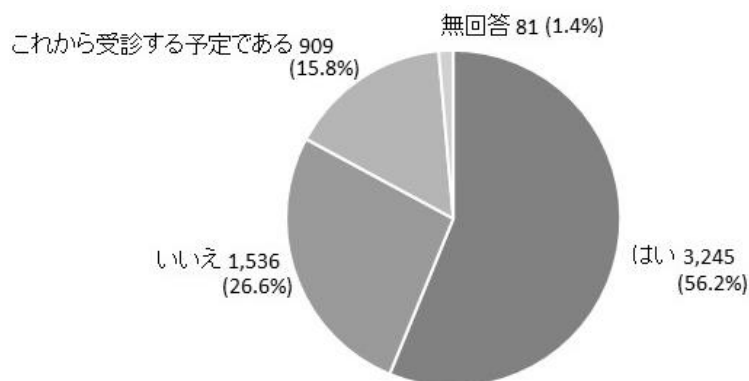
25 【質問 22】 高校生になって、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか (複数回答)



高校生になって、学校の歯科健康診断で受診を勧められたことがない生徒は 58.8%であり、小・中学校に比較すると倍以上となっており、高校では、歯科的に必要な治療が終了している生徒が多く存在している傾向が示された。

26 【質問 23】 歯科医院等を受診しましたか

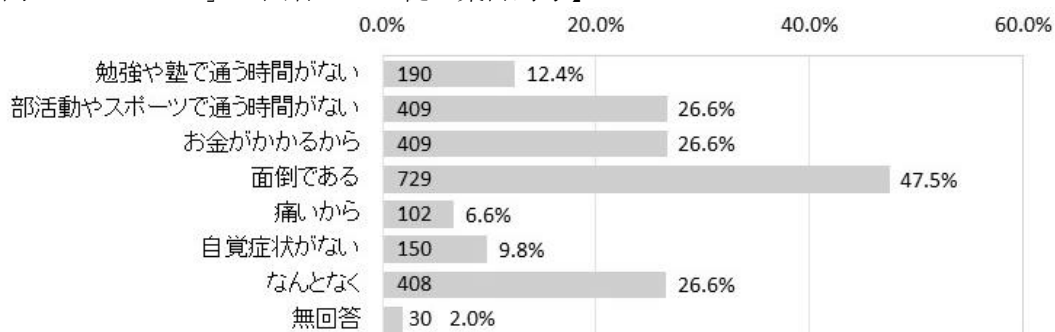
【質問 22で「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」と回答した生徒が集計対象】



高校生になって、学校の歯科健康診断で受診を勧められ、歯科医院等を受診した生徒は 56.2%であり、「これから受診する予定である」生徒も含めると 72.0%である。人数でみると、「むし歯」で受診を勧められた 4,089 名とほぼ一致していた。

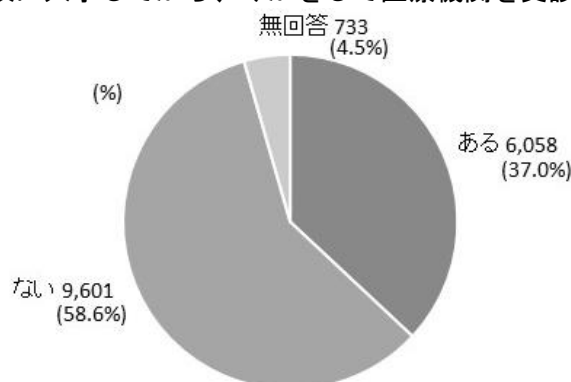
27 【質問 24】 歯科医院等を受診しない理由は何ですか（複数回答）

【質問 23で「いいえ」と回答した生徒が集計対象】



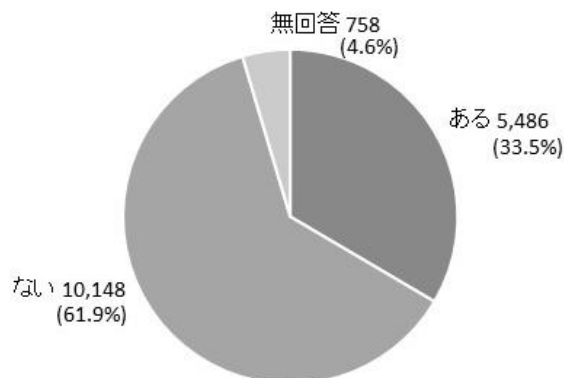
歯科医院等を受診しない理由は「面倒である」が最も多く 47.5%であり、部活動、勉強や塾などで通う時間がない生徒は合わせて 39.0%に達していた。

28 【質問 25】 高等学校に入学してから、けがをして医療機関を受診したことはありますか



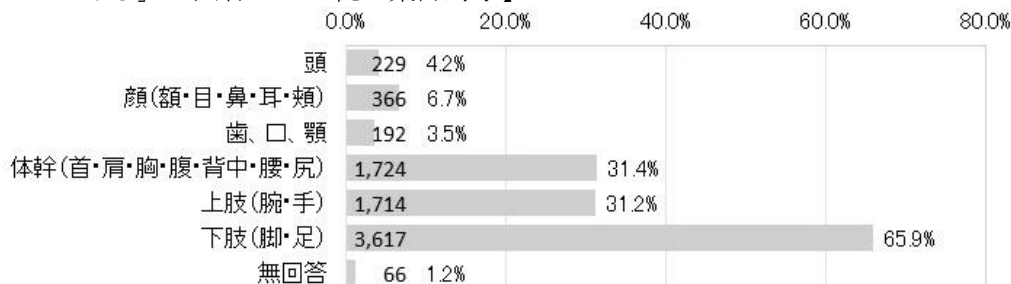
高等学校に入学してから、けがをして医療機関を受診したことが「ある」生徒は 37.0%であった。

29 【質問 26】 高等学校に入学してから、運動・スポーツでけがをして医療機関を受診したことはありますか



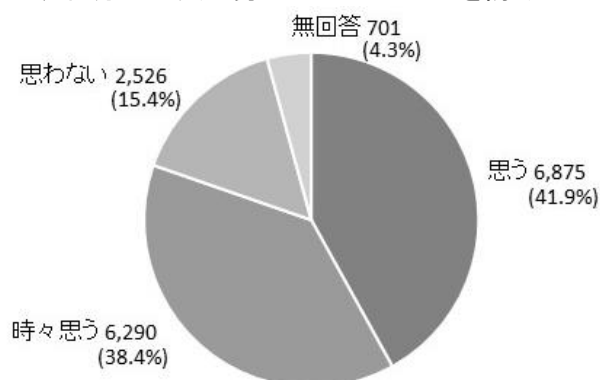
高等学校に入学してから、運動・スポーツでけがをして医療機関を受診したことが「ある」生徒は33.5%であった。質問 25 の「高等学校に入学してから、けがをして医療機関を受診した」生徒のうち、90.6%が運動・スポーツによるけがであったと考えられる。

30 【質問 27】 けがをした体の部位はどこですか（複数回答）
【質問 26で「ある」と回答した生徒が集計対象】



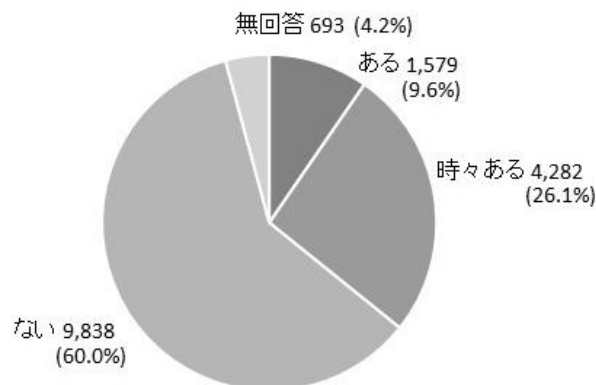
けがをした体の部位は「下肢」が最も多く 65.9%であり、次いで「体幹」31.4%、「上肢」31.2%であった。顎顔面領域でのけがは10.3%であった。

31 【質問 28】 あなたは、自分の工夫や努力によってけがを防げると思えますか



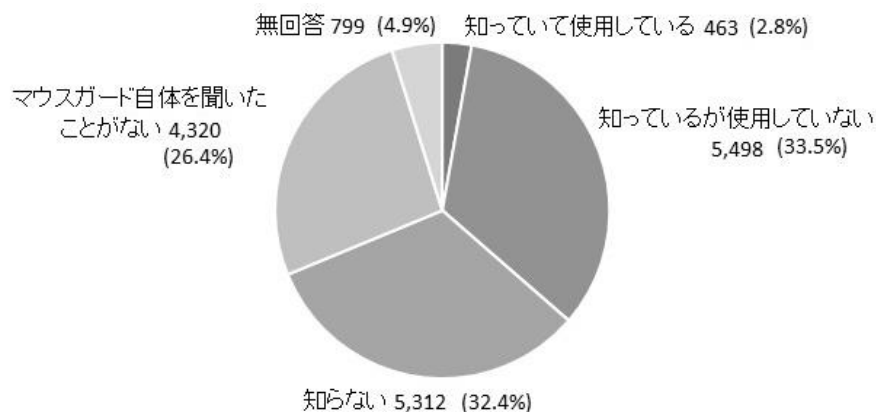
あなたは、自分の工夫や努力によってけがを防げると思えますかに「思う」と回答した生徒が最も多く41.9%であり、「時々思う」と合わせると80%に達していた。

32 【質問 29】あなたは、スポーツをする時、けがの防止について仲間と話し合うことはありますか



スポーツをする時、けがの防止について仲間と話し合うことが「ある」生徒は9.6%と少なく、「ない」生徒は60.0%と最も多かった。スポーツをする時にけがをすることがないと思う生徒が多いことが示され、安全に対する興味・関心は高くないものと考えられた。

33 【質問 30】スポーツマウスガードは歯・口のけが防止に有効であることを知っていますか



スポーツマウスガードは歯・口のけが防止に有効であることを知っていますかに対し、使用の有無にかかわらず「知っている」生徒は36.3%である一方、「マウスガード自体を聞いたことがない」生徒も26.4%であり、マウスガードの普及啓発が必要であると考えられた。

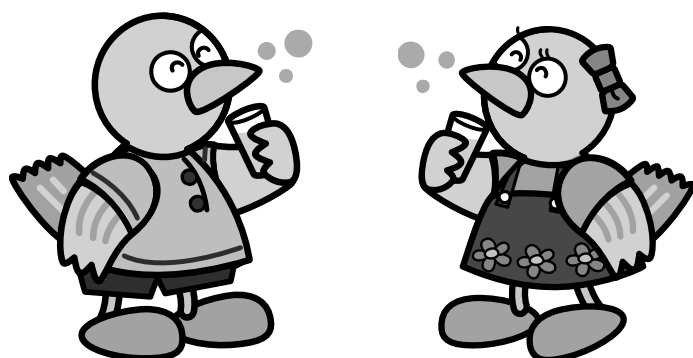
生徒アンケート調査結果と考察

委員長 安井 利一
(明海大学学長)

埼玉県内の高校生 16,392 人（男子 7,945 人、女子 8,296 人）を対象として、歯科保健の実態に関する調査を実施するとともに、生涯にわたる健康の保持増進のために、高校生の時期において有効な健康教育を明らかにするために高校生期特有あるいは思春期特有の意識や行動を検討した。単純集計の結果からは、以下にあげるような項目があげられた。

- 1) クラブ活動に参加経験のある生徒は 73.6%であり、そのうち体育系が 59.3%であった。
- 2) 片道の通学時間は平均で 41.0 分であった。
- 3) 平日の就寝時間としては午前 0 時までに就寝が 72.1%であった。
- 4) 夜、あまり眠れないと回答した生徒は 10%の 1,637 人であった。
- 5) 朝食を毎日食べている生徒は 76.2%であった。
- 6) 意識してよく噛んでいる生徒は 15.4%であったが、時々意識する、を含めると 67%となった。
- 7) 帰宅時の手洗いうがいの励行を毎回している生徒が 64.4%であった。
- 8) 思春期に特有の項目として、仲の良い友人の存在、髪型・服装への気遣い、周囲の目などがあげられた。
- 9) 気になる健康問題は、睡眠不足と視力がともに 40%台と最も高く、続いて運動不足、不規則な生活習慣、肥満・痩せがあげられた。
- 10) 歯・口への関心度では、「ある」と「少しある」を足して 75.5%の生徒が関心あると考えられた。
- 11) 定期的な歯科医院でのチェックについては 1 年に 1 回以上受診している生徒が 43.6%であった。
- 12) 歯みがきの時期は、朝食後が最も多く 73.0%で昼食後が最も少なく 23.0%であった。
- 13) 歯みがきをする理由では、むし歯予防が 90.9%と高かったが、「口の中をすっきりさせる」70.7%、「口臭を抑える」60.7%、「エチケットやマナー」48.2%と高いことは興味がある。
- 14) 自分の歯・口に自信のある生徒は少しある者を含めて 48.9%であった。
- 15) 言葉に対する知識については、高かったのはむし歯、口臭（以上、90%以上）、歯肉炎（80%以上）、歯石、歯科衛生士（以上、70%以上）、プラーク、フッ化物、食育（以上、60%以上）であった。
- 16) 最近、口の中で気になっている内容では、「歯ならび・噛み合わせ」30.2%、「むし歯」27.8%、「歯の色」22.06%、「口臭」17.5%と続いていた。
- 17) 小学校や中学校で実施していた内容では、「昼食後（給食後）の歯みがき」が 68.2%と約 7 割の生徒が小学校・中学校で昼食後の歯みがきを実施してきた。歯科保健の授業は 52.0%であった。
- 18) 小学校や中学校での健康診断で受診を勧められたのは、むし歯が 55.2%であった。また、受診勧奨者のうち、受診した率は 87.2%で高かった。
- 19) 小学生期の家庭での仕上げみがきは 51.9%であった。
- 20) 高校生での健康診断で受診を勧められたのは「むし歯」の 24.9%であった。また、受診勧奨者のうち受診したのは 56.2%であった。
- 21) 受診しない理由では「面倒である」47.5%、「部活動やスポーツで時間がない」「お金がかかる」「なんとなく」が 26.6%であった。
- 22) 高等学校でのけがの経験がある生徒は 37.0%であった。また、スポーツ関係のけがは 33.5%であり、その部位としては下肢 65.9%、体幹 31.4%、上肢 31.2%であり、歯・口・顎は 3.5%であった。
- 23) 自分の工夫や努力でけがは防げると考えている生徒は「思う」「時々思う」を合計して 80.3%と高かった。一方、マウスガードについては「知っていて使用している」はわずかに 2.8%、「知っているが使用していない」が 33.5%、「知らない」「聞いたことがない」が 8.8%であった。

総じて、学年や男女の差などがあるものと思慮するが、埼玉県の高校生では午前0時までには約72%の生徒が就寝し、約76%の生徒が毎日朝食を食べ、手洗い・うがいの励行も64.4%と、おおむね70%の生徒は基本的な生活習慣の自立がなされていると思慮された。そして、歯・口に対する関心度は75%の生徒が持っており、約40%の生徒が年に1回以上定期的に歯科医院を訪れていた。歯みがきも朝食後が73%と基本的な生活習慣の自立者とはほぼ同様の数値であるが、昼食後は23%と少なかった。歯みがきの動機については高校生になると「口の中をすっきりさせる」「口臭を抑える」「エチケットやマナー」との回答率が高くなる傾向を示した。これらのことは、埼玉県では小学校・中学校での歯・口の健康づくりが活発に行われていることが起因していると示唆される。一方、受診勧奨に対して受診しない生徒は26.6%（1,536人）であり、他の項目を参考にすると健康のリスクがある生徒ではないかと思慮された。なお、マウスガードについては、安全教育の基本としてさらに啓発が必要である。



Ⅲ 「思春期意識の特性」による分析

1 思春期意識の特性について

公益財団法人日本学校保健会は平成 26 年 3 月に「思春期の学校歯科保健推進委員会 報告書」を発行し、思春期歯科保健の重要性について述べている。要約すると「思春期は総じて防衛体力が高く健康意識の低い時期にあるが、生涯にわたる心身の健康づくりの基礎を培う重要な時期でもある。しかし、健康そのものが概念であり、生徒の実体感が低いことから実際の自律的健康増進教育は困難が伴っている。一方、歯・口の健康づくりは、学齢期の子供たちに対して実体感のある健康教育の学習材として高い評価を得てきたことは周知のことである。したがって、成人期以降の生活習慣病を予防して、健康で高い生活の質（QOL）を享受してもらうためには、思春期において気づきをもたらすような自己発見型の教材が必要となっている。そのため、鏡を見れば、自己判定可能な歯周病（歯肉炎）を対象にした歯科保健教育が有効であることが示されている。ところで、思春期の歯肉炎は性ホルモンの影響を受けることから、思春期での適切な対応が重要な要素となっている。そのためには、思春期に位置づけされる子供たちの歯・口の課題を明らかにし、健康増進につなげる実践活動を指向する必要がある。」ということである。

埼玉県においては、埼玉県学校保健会並びに高等学校関係者の多大な協力を得て、高校生の歯科保健の実態について明らかにしてきたが、さらに、高校生の健康の保持増進を図るための保健指導あるいは個別の指導に有用な思春期レベルでの対応を検討するために調査分析を行ったので報告する。

2 調査の方法と内容

本調査は、公益財団法人日本学校保健会の「思春期の学校歯科保健推進委員会 報告書」における調査方法に準じて実施した。すなわち、思春期に発現すると考えられる「特性」を 8 項目挙げ、この 8 項目のうち選択した項目がいくつあったかを「意識特性」として分類することとした。埼玉県の質問項目は次のとおりである。

〔思春期意識の特性に関する項目〕

- 1 異性の存在が気になる。
- 2 性に興味がある。
- 3 自分の髪型や服装が気になる。
- 4 健康問題で気になることがある。
- 5 自分が周りからどのように見られているのか気になる。
- 6 特定の異性の友人がいる。
- 7 保護者と一緒に行動したくない。
- 8 「自分は子どもでもないし、大人でもない」と感じることもある。
- 9 仲のよい友人がいる。
- 10 あてはまるものはない

※このうち、設問 4（埼玉県独自の設問）と設問 10 を除く 8 項目の設問に対して、次のような「意識特性」の段階的分類を設定した。

意識特性 A ランク（思春期の意識が高いと判断されるレベル）

選択した項目が 6 項目以上

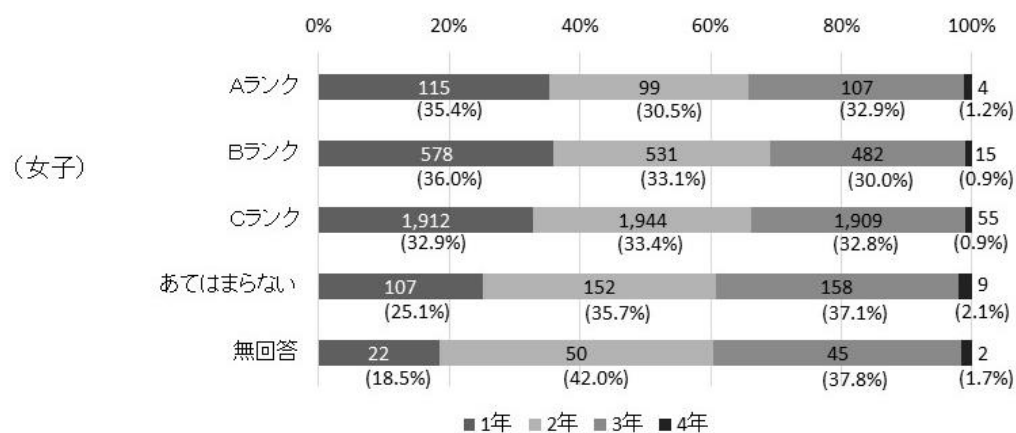
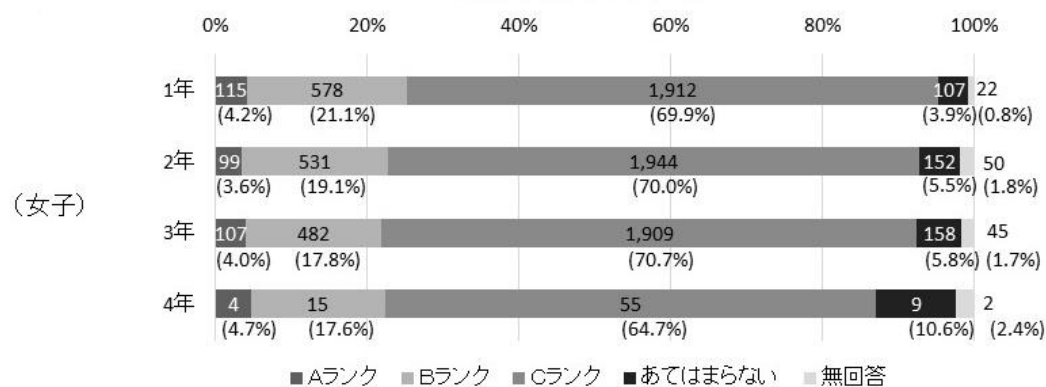
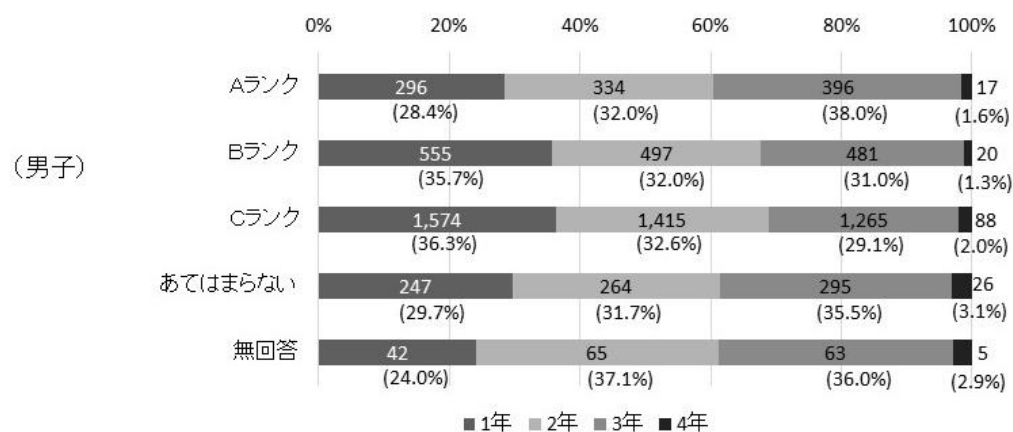
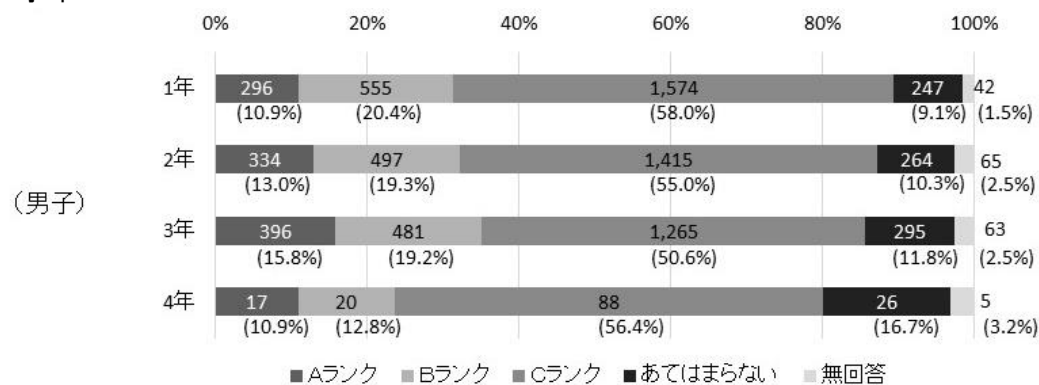
意識特性 B ランク（思春期の意識が中等度と判断されるレベル）

選択した項目が 4 ～ 5 項目

意識特性 C ランク（思春期の意識が低いと判断されるレベル）

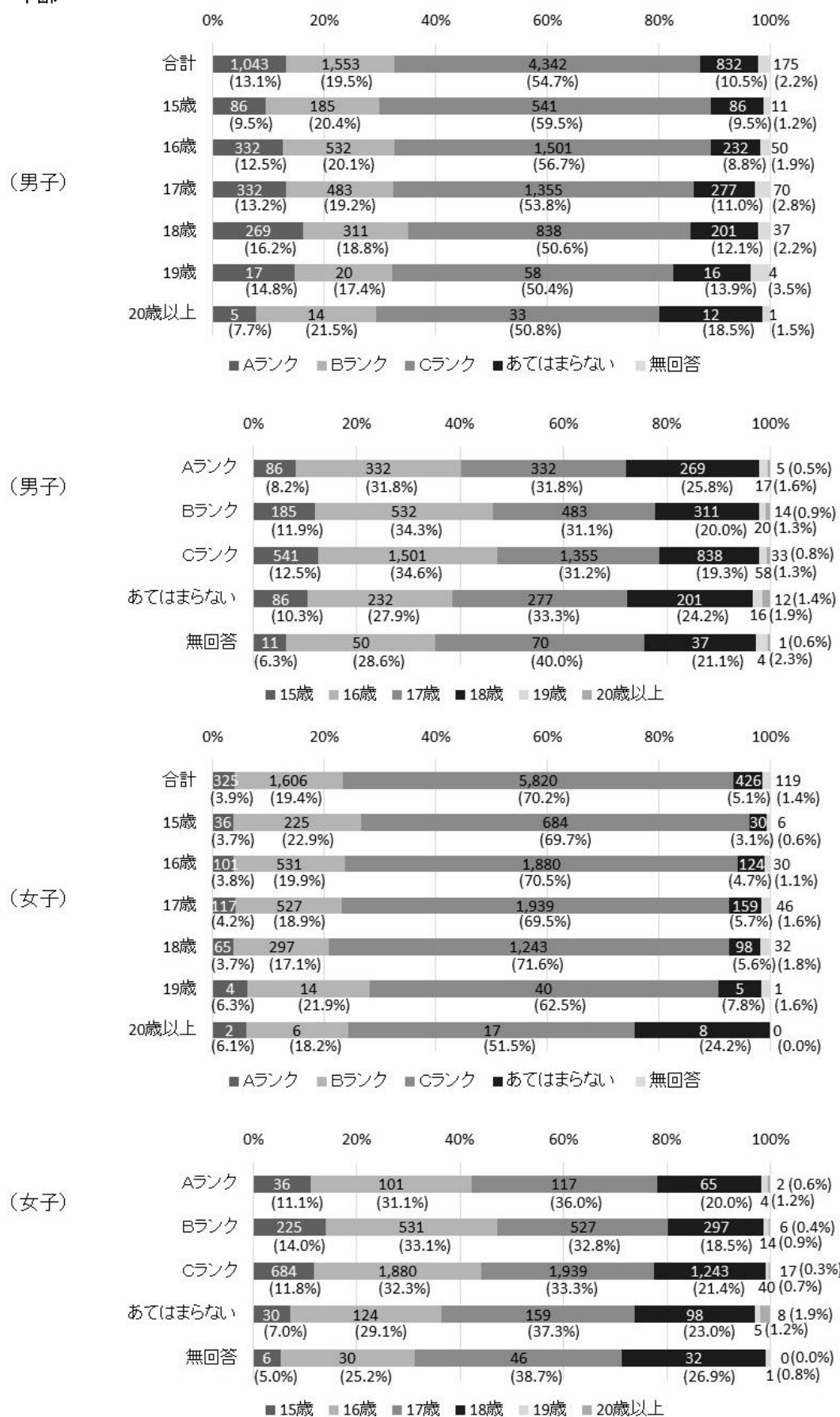
選択した項目が 3 項目以下

1 学年



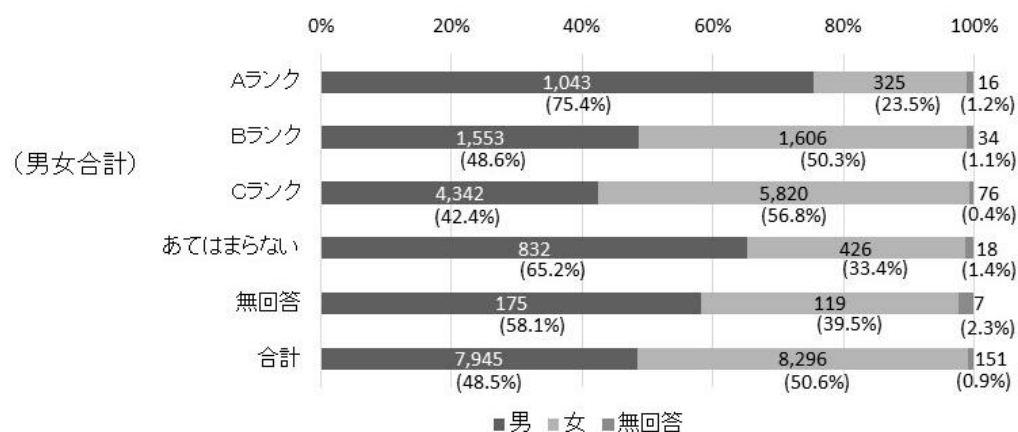
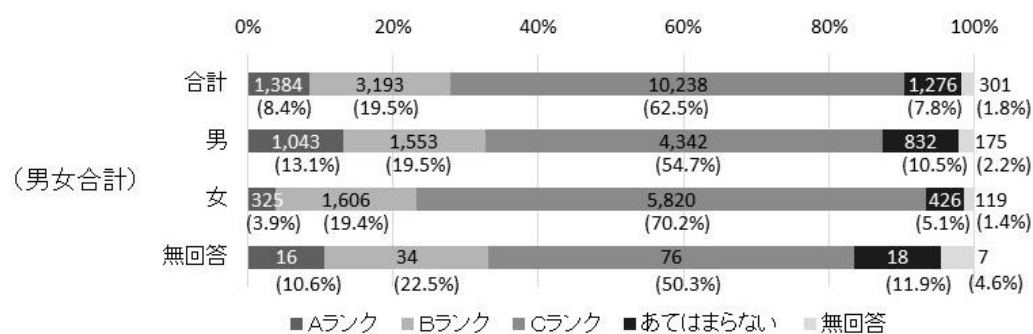
女子は既に思春期を脱していると考えられ学年進行に従ってAランクとBランクの合計は減少している。一方、男子は学年進行とともにAランクとBランクの合計は増加している。

2 年齢



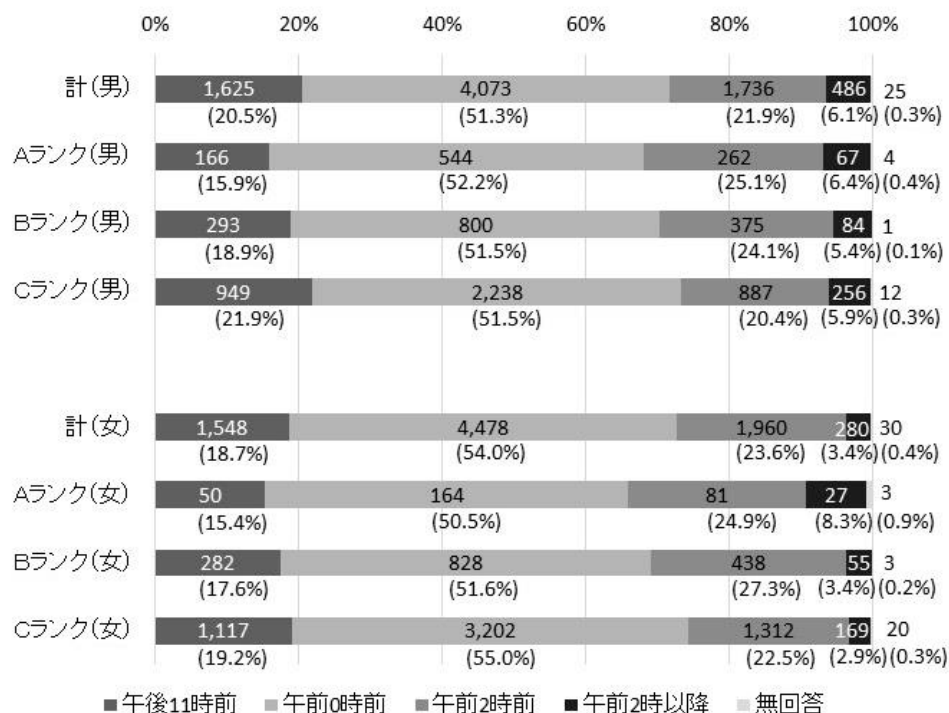
年齢による分布も学年と同様である。

3 性別



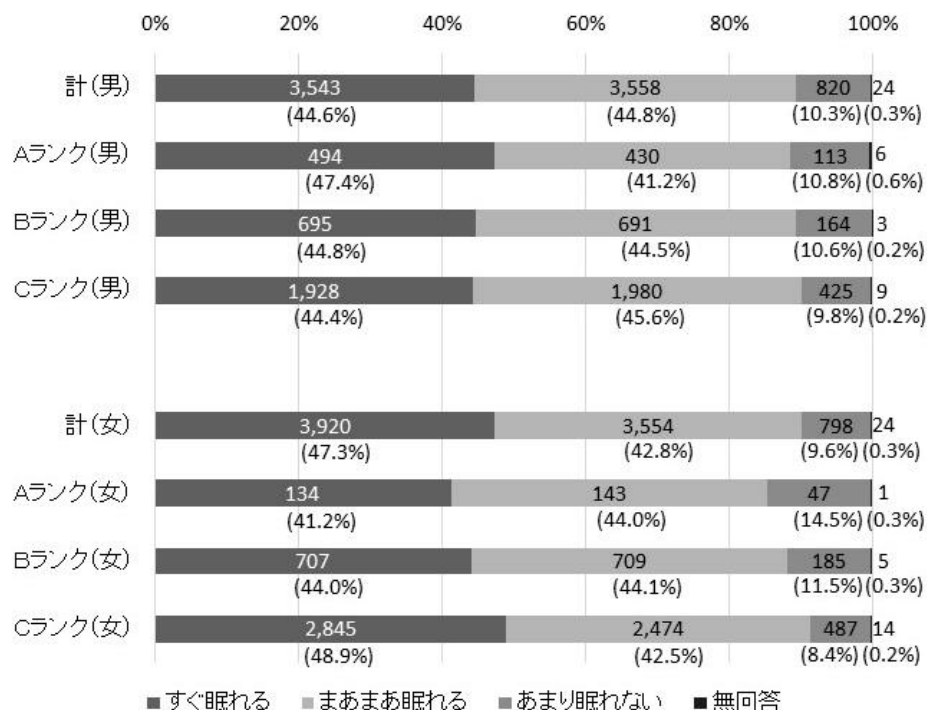
Aランクは男子生徒に多く、BランクとCランクは女子生徒に多い。

4 【質問3】 平日（試験前は除く）に寝るのは何時ごろですか



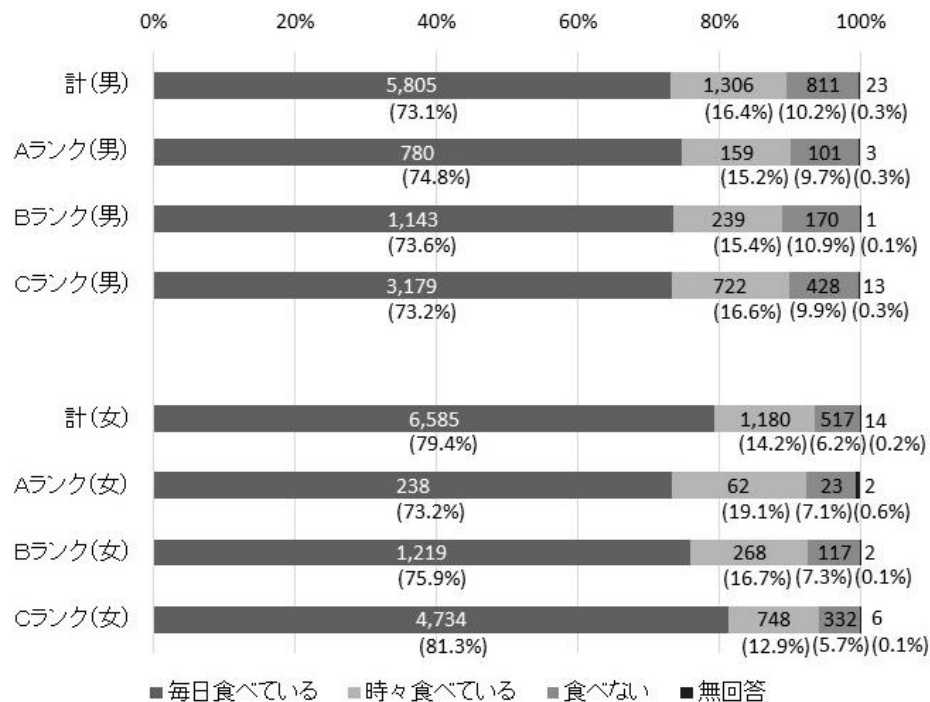
Cランクが他のランクよりも早く就寝している。

5 【質問4】 夜はすぐに眠れますか



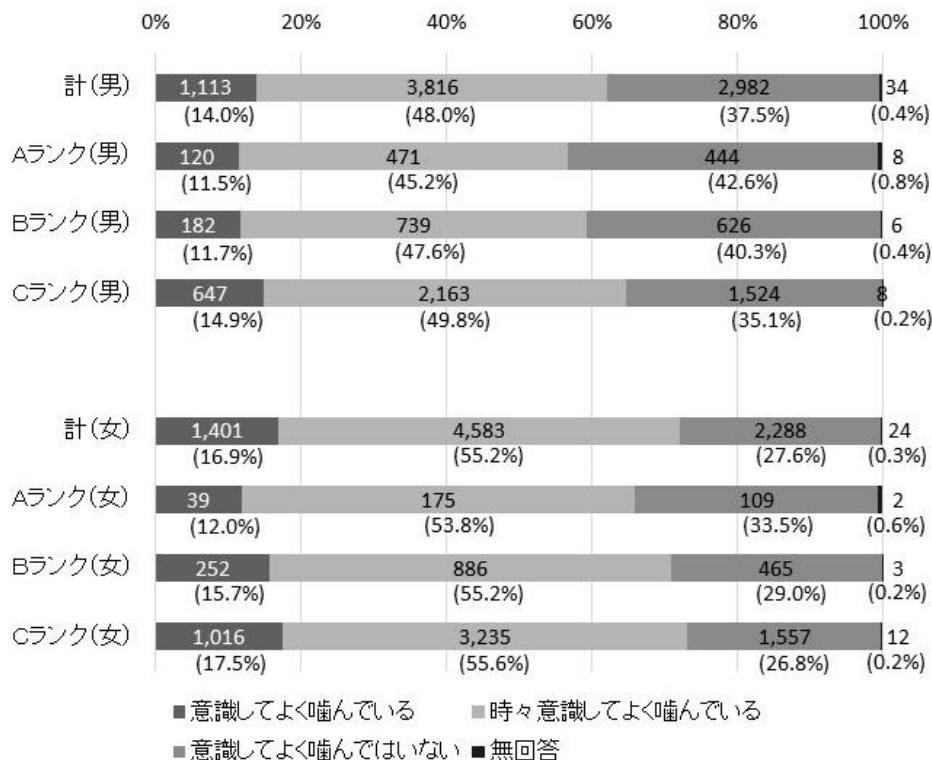
男子では特徴的な傾向は認められないが、女子ではAランクの生徒に「すぐ眠れる」と回答する者が少なくなる傾向が示唆された。

6 【質問5】 平日に朝食は食べていますか



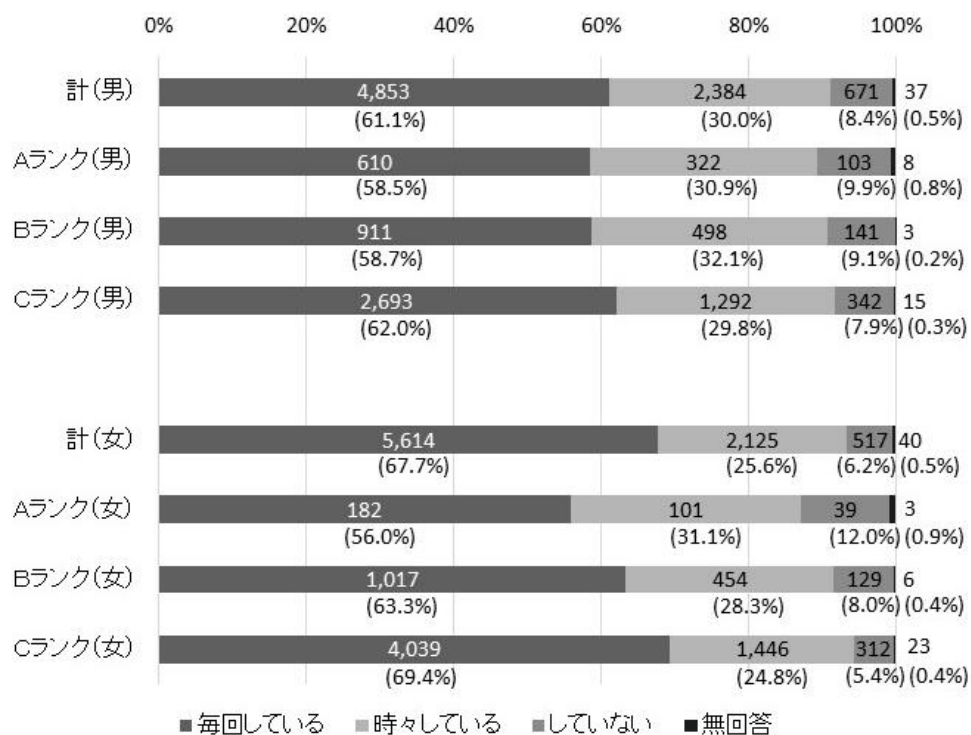
男子では朝食を食べている生徒が73.1%、女子では79.4%と、女子の方が朝食を摂っている割合は高かった。ランク別では、女子においては、Aランクで「毎日食べている」割合が少ない傾向が示唆された。

7 【質問6】 食事中は、意識してよく噛んでいますか



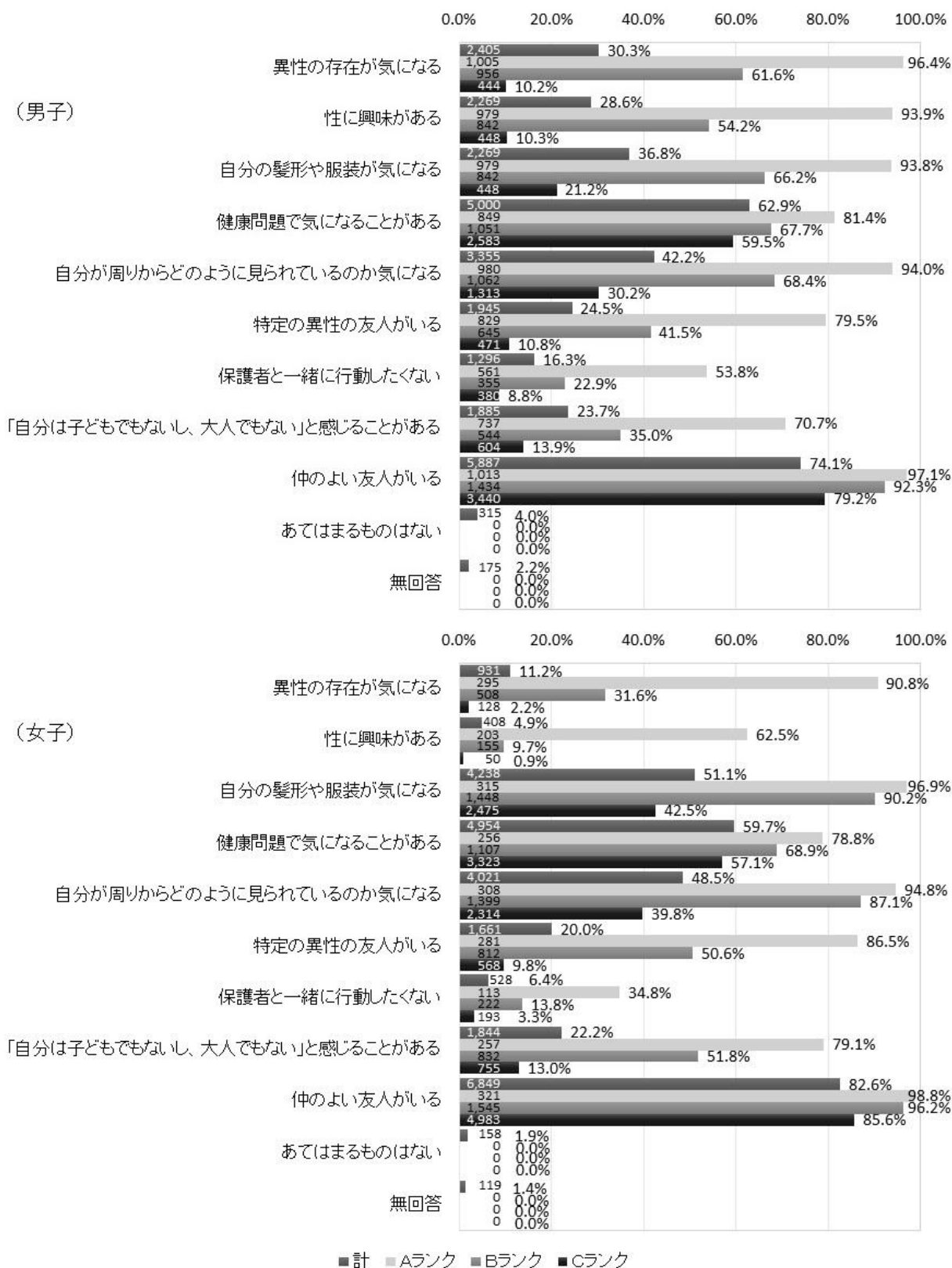
「意識してよく噛んでいる」と回答した生徒は、男子で14.0%、女子は16.9%でやや女子が高い傾向であった。ランク別では男女ともにCランクの生徒がよく噛んでいる傾向が認められた。

8 【質問7】 帰宅時に手洗いやうがいはいはしていますか



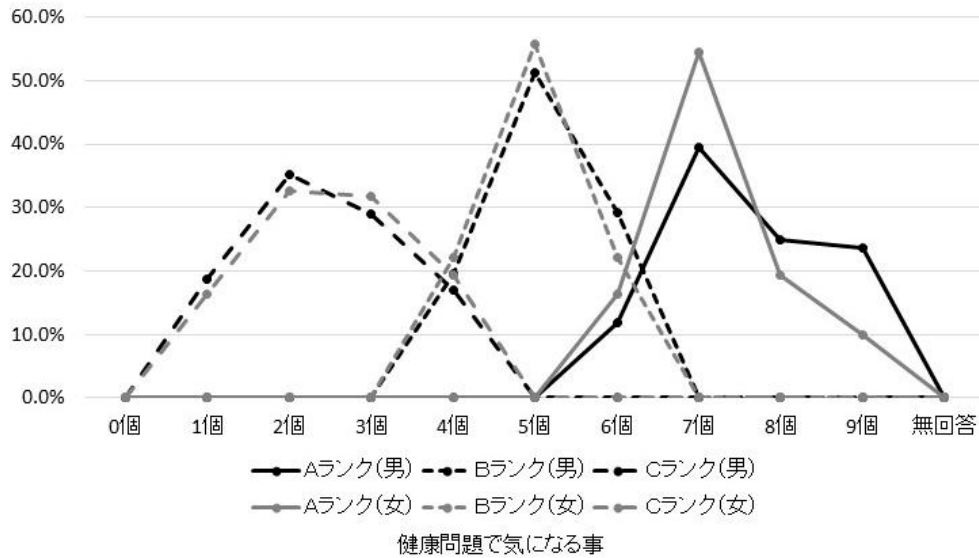
「帰宅時に手洗いやうがいはいはしていますか」と回答した生徒は、男子で61.1%、女子は67.7%でやや女子が高い傾向であった。ランク別では男女ともにCランクの生徒がよく手洗いやうがいをしている傾向が認められた。

9 【質問8】 次のうち、あてはまるものはどれですか（複数回答）



男子ではAランクで多くの項目で90%以上の回答を得た。女子においてもほぼ同様であったが、「性に興味がある」と回答した者は男子より少なかった。一方で、AランクとCランクとでは各項目で大きな差異を認めた。

10 【質問8】あてはまるものの個数（「健康問題で気になることがある」を含む）

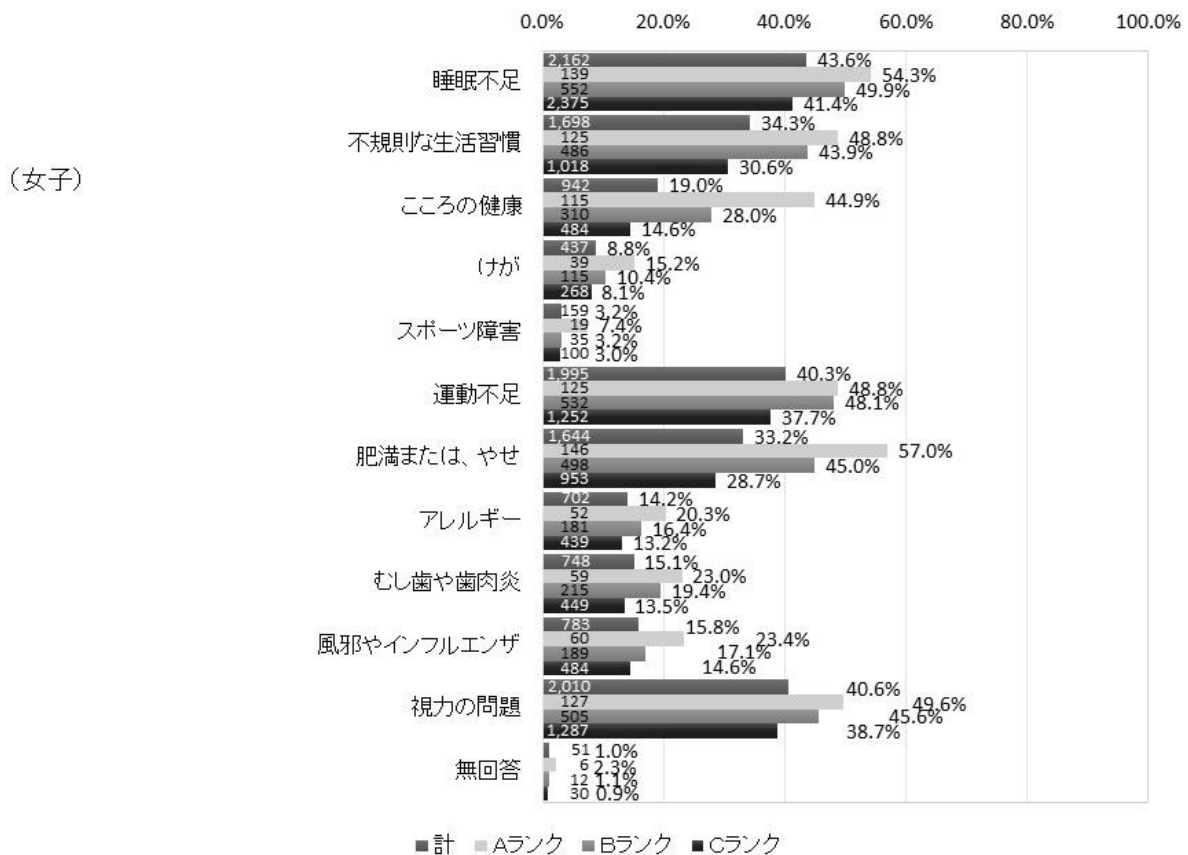
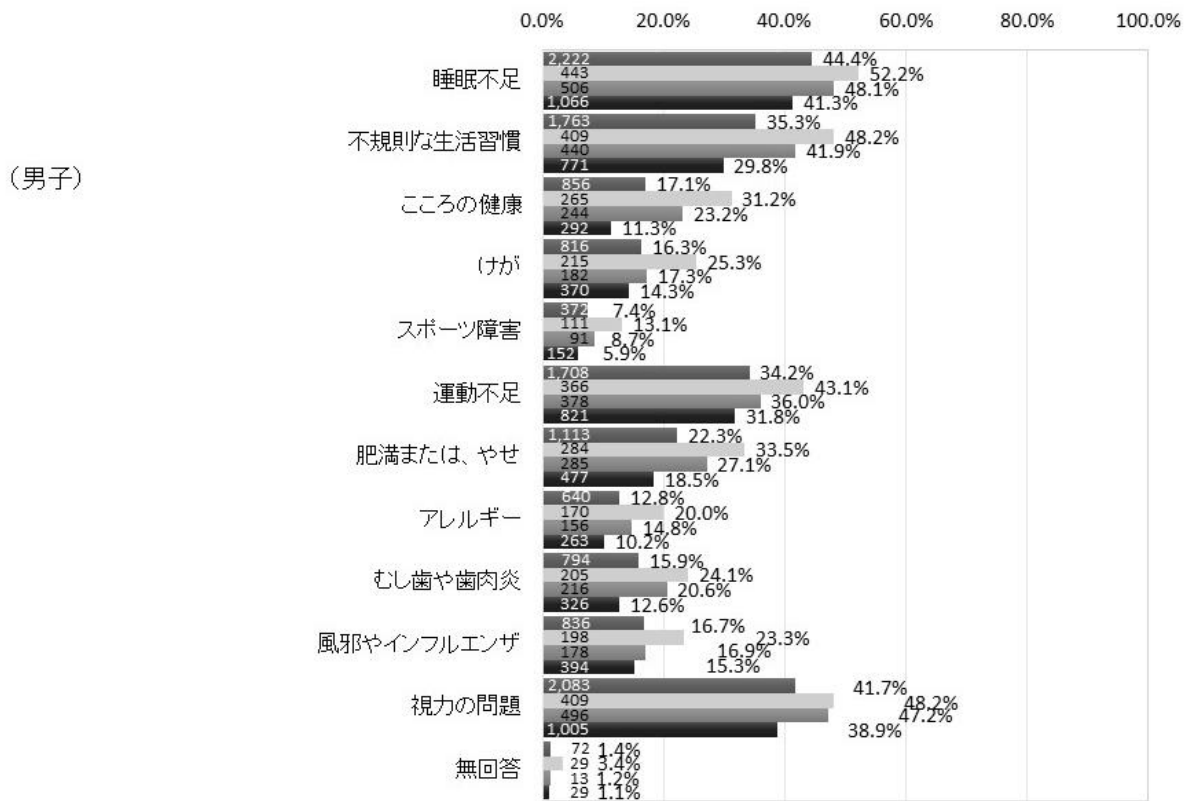


		0 個	1 個	2 個	3 個	4 個	5 個	6 個	7 個	8 個	9 個	無回答
実 数 【男】	合計	315	1,332	1,532	1,257	1,041	795	579	412	260	247	175
	Aランク	0	0	0	0	0	0	124	412	260	247	0
	Bランク	0	0	0	0	303	795	455	0	0	0	0
	Cランク	0	815	1,532	1,257	738	0	0	0	0	0	0
実 数 【女】	合計	158	1,214	1,904	1,845	1,481	896	407	177	63	32	119
	Aランク	0	0	0	0	0	0	53	177	63	32	0
	Bランク	0	0	0	0	356	896	354	0	0	0	0
	Cランク	0	946	1,904	1,845	1,125	0	0	0	0	0	0
% 【男】	合計	4.0	16.8	19.3	15.8	13.1	10.0	7.3	5.2	3.3	3.1	2.2
	Aランク	0	0	0	0	0	0	11.9	39.5	24.9	23.7	0
	Bランク	0	0	0	0	19.5	51.2	29.3	0	0	0	0
	Cランク	0	18.8	35.3	28.9	17.0	0	0	0	0	0	0
% 【女】	合計	1.9	14.6	23.0	22.2	17.9	10.8	4.9	2.1	0.8	0.4	1.4
	Aランク	0	0	0	0	0	0	16.3	54.5	19.4	9.8	0
	Bランク	0	0	0	0	22.2	55.8	22.0	0	0	0	0
	Cランク	0	16.3	32.7	31.7	19.3	0	0	0	0	0	0

男女別にA～Cランクの選択項目数を比較すると、Aランクが最も多く、続いてBランク、そしてCランクとなり思春期の意識度の振り分けに回答数が参考になると推察された。

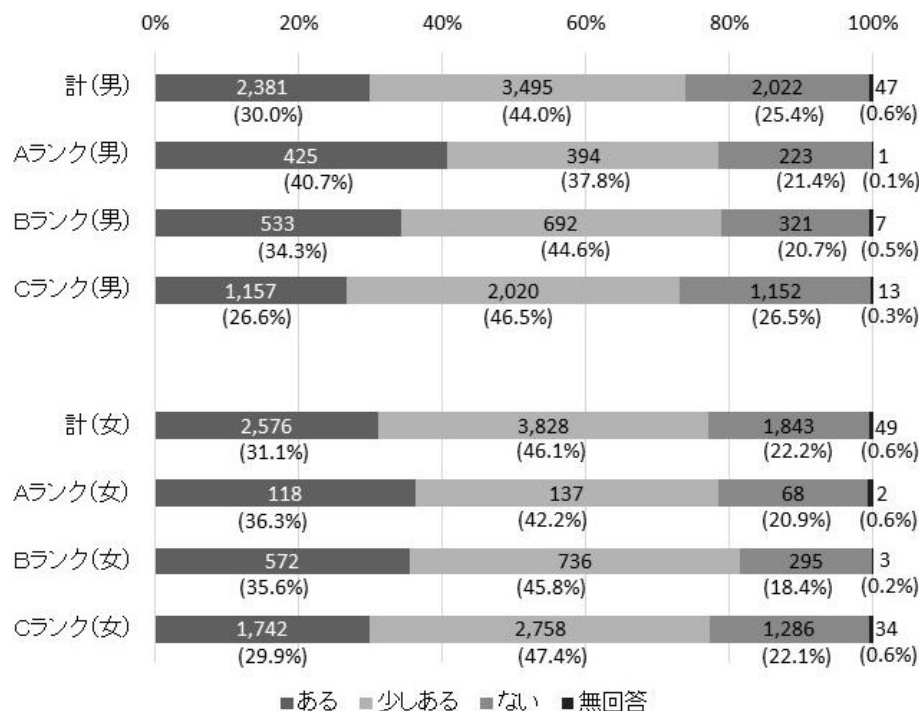
11 【質問9】気になる健康問題はなんですか（複数回答）

【質問8で「健康問題で気になることがある」と回答した者が集計対象】



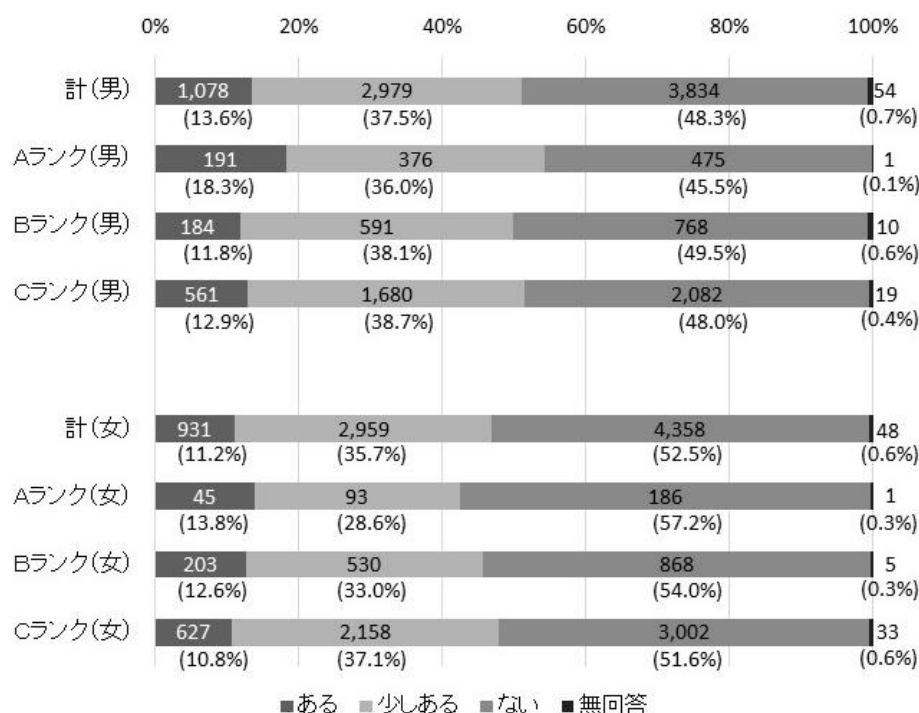
「気になる健康問題」について質問したところ、AランクとCランクで約 20%の差があった項目は、男子で「不規則な生活習慣」「こころの健康」であり、女子では「不規則な生活習慣」「こころの健康」「肥満またはやせ」であった。

12 【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか



「自分の歯・口の健康に関心がある」と回答したのは男女ともに 30% であり差は認めなかった。ただ、「関心がない」と回答した者も男子で 25%、女子で 22% 程度いることが分かった。また、A ランクで「関心がある」と回答した者が多い傾向であった。

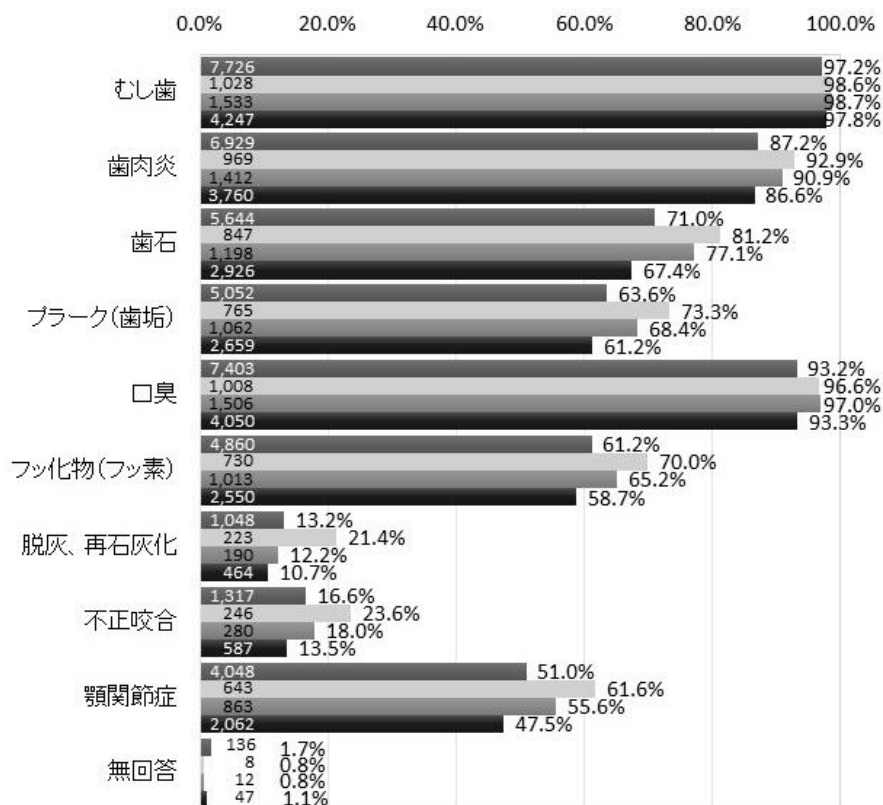
13 【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか



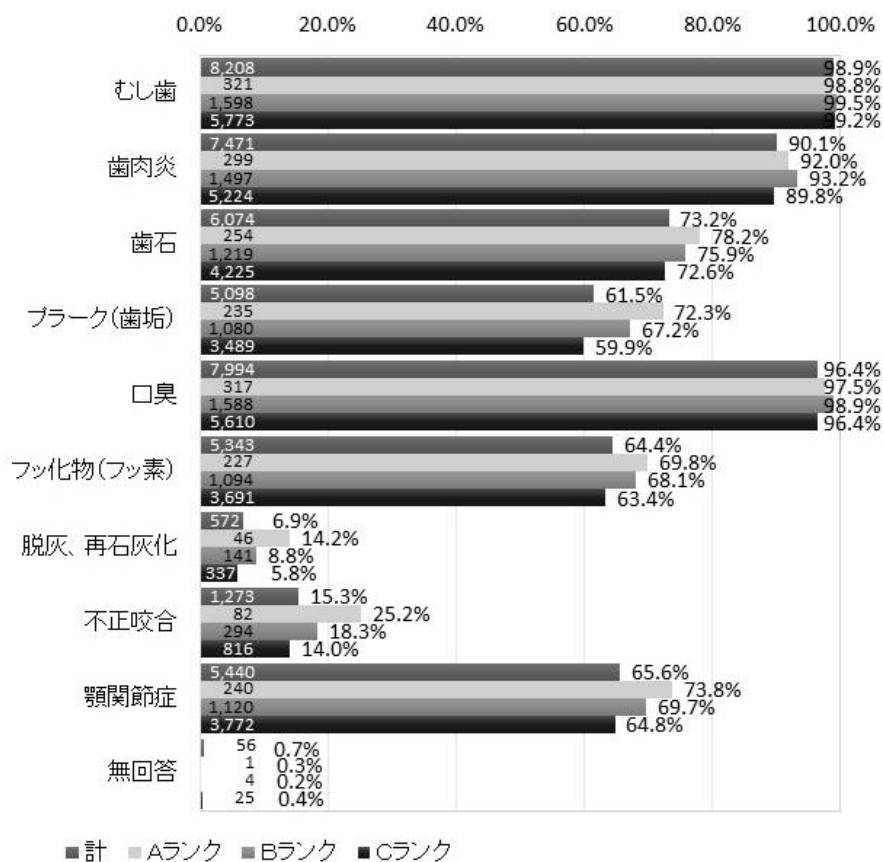
「自信」については、男子で 48.3%、女子で 52.5% の者が「自信がない」と回答しているのが特徴的であった。

14 【質問 12】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）

（男子）



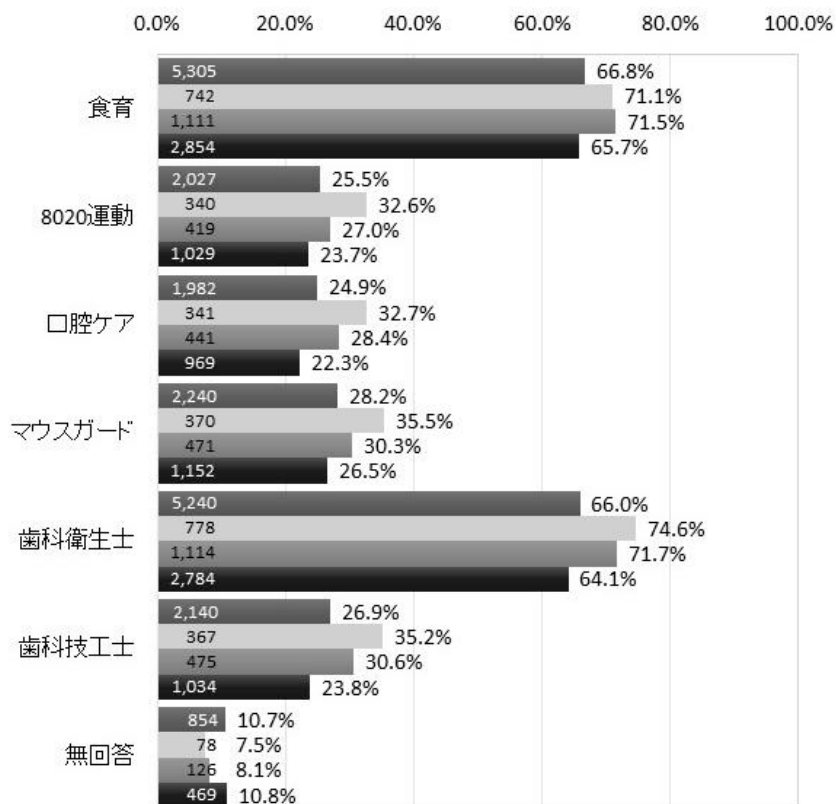
（女子）



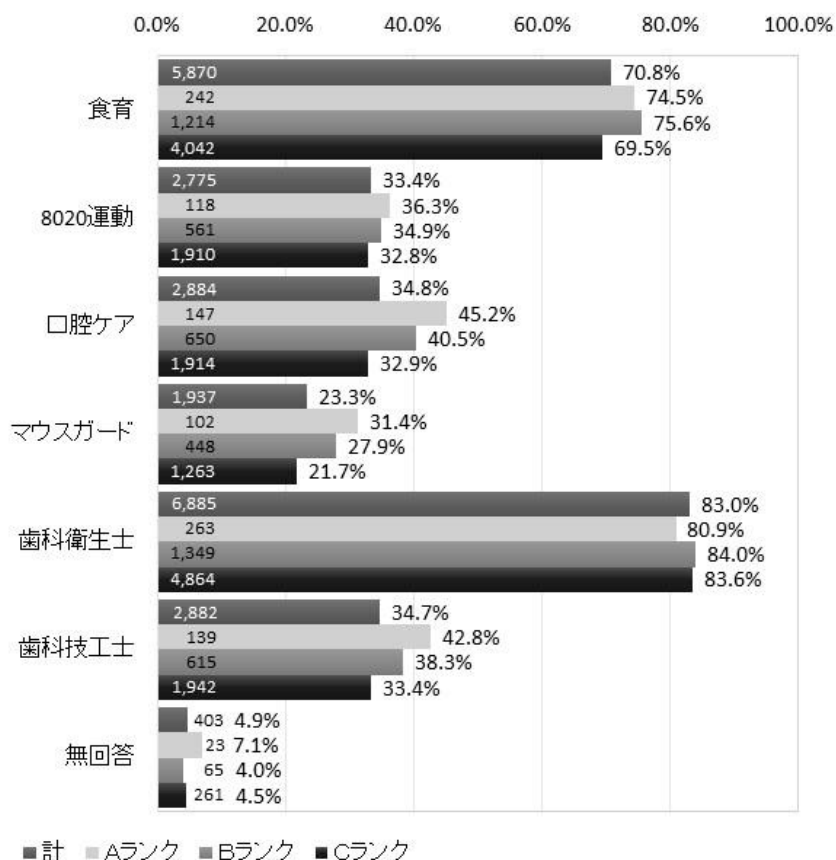
全体的に「脱灰、再石灰化」「不正咬合」の認知度が低いことが分かった。

15 【質問 13】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）

（男子）

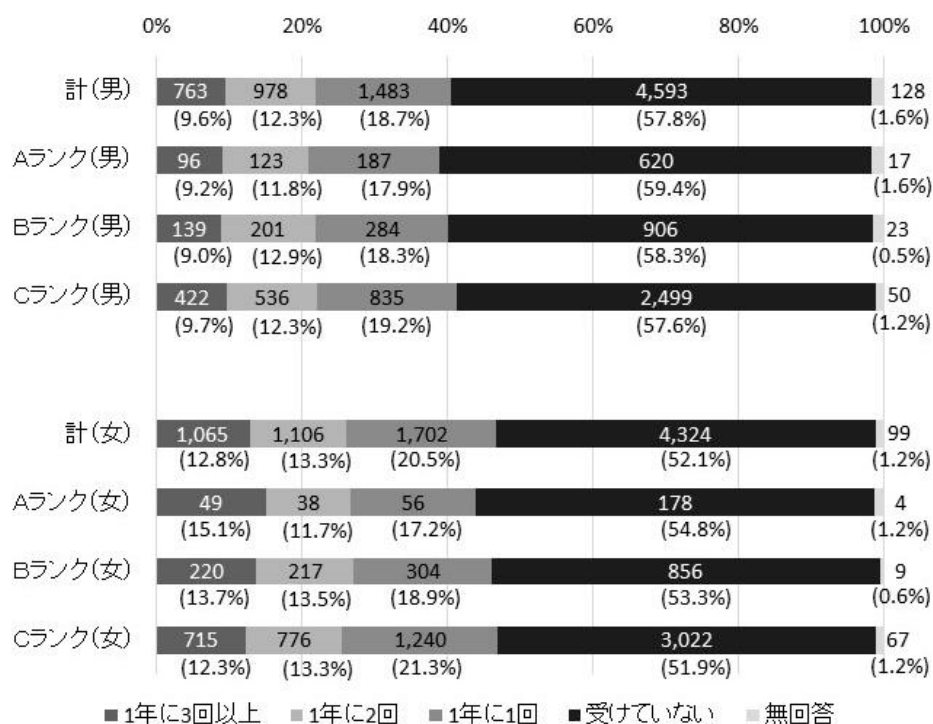


（女子）



「8020運動」「口腔ケア」「マウスガード」「歯科技工士」の認知度は低い傾向を示した。全体的には「マウスガード」以外は女子の方で認知度が高かった。

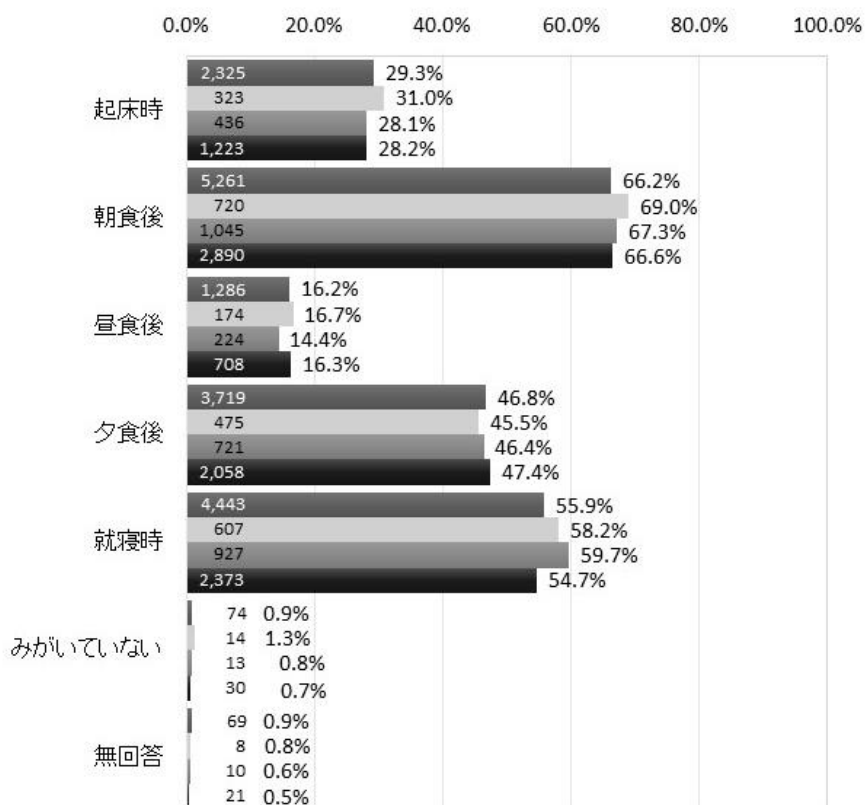
16 【質問 14】定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか



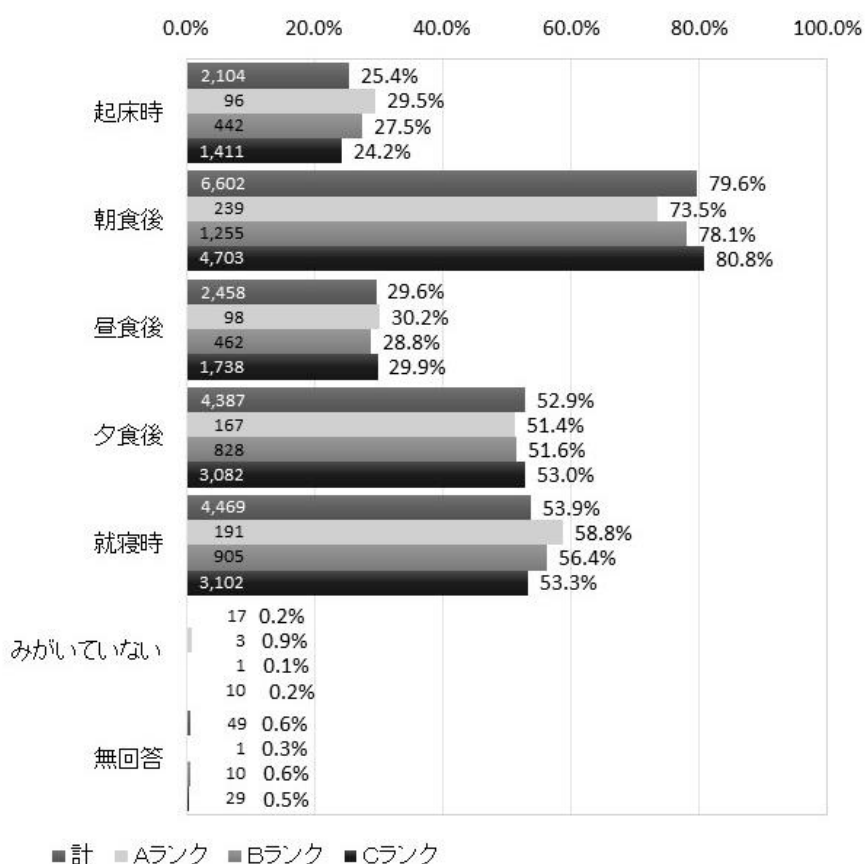
1年に1回以上、歯科医院でチェックを受けている者は、男子で約41%、女子で約47%という結果であった。ランク別では思春期意識との関係は明瞭ではないが、Cランクでやや高い傾向が認められた。

17 【質問 15】 歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）

（男子）

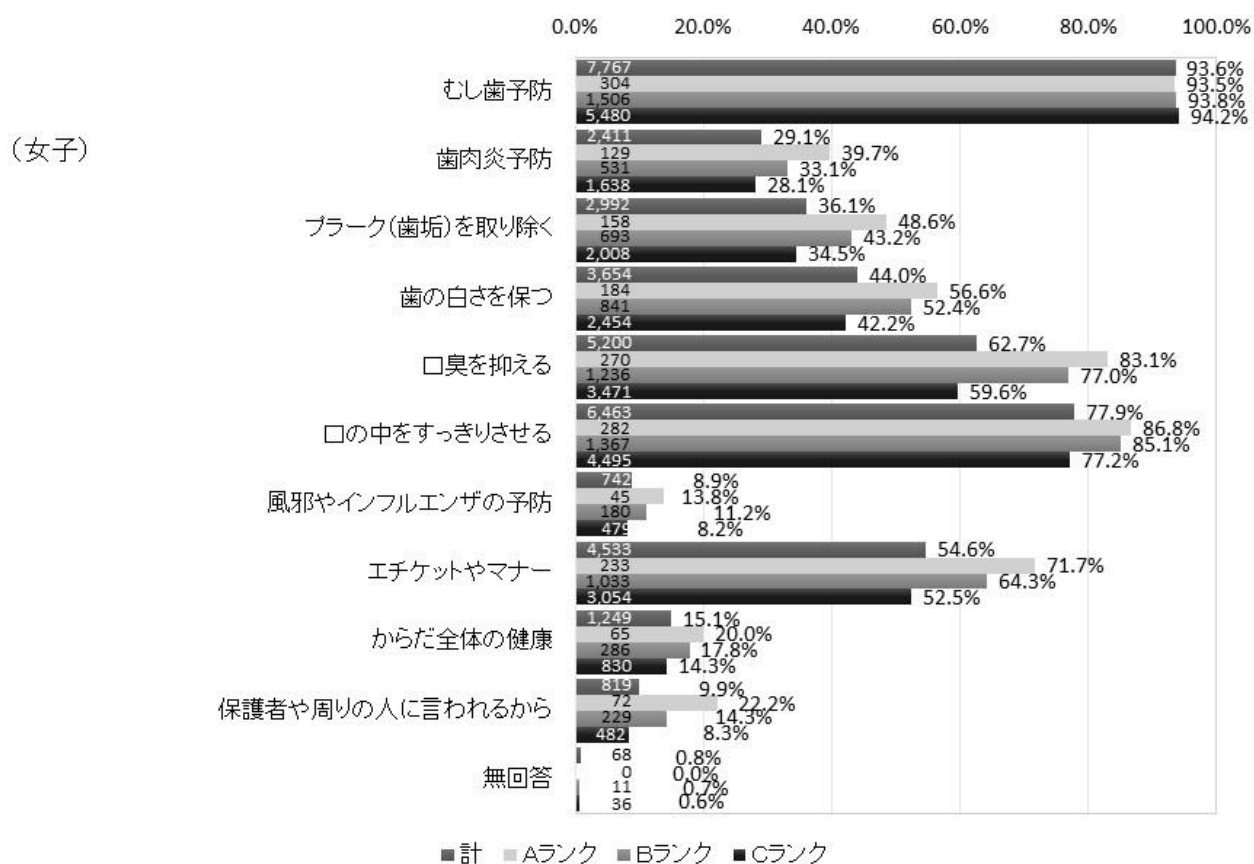
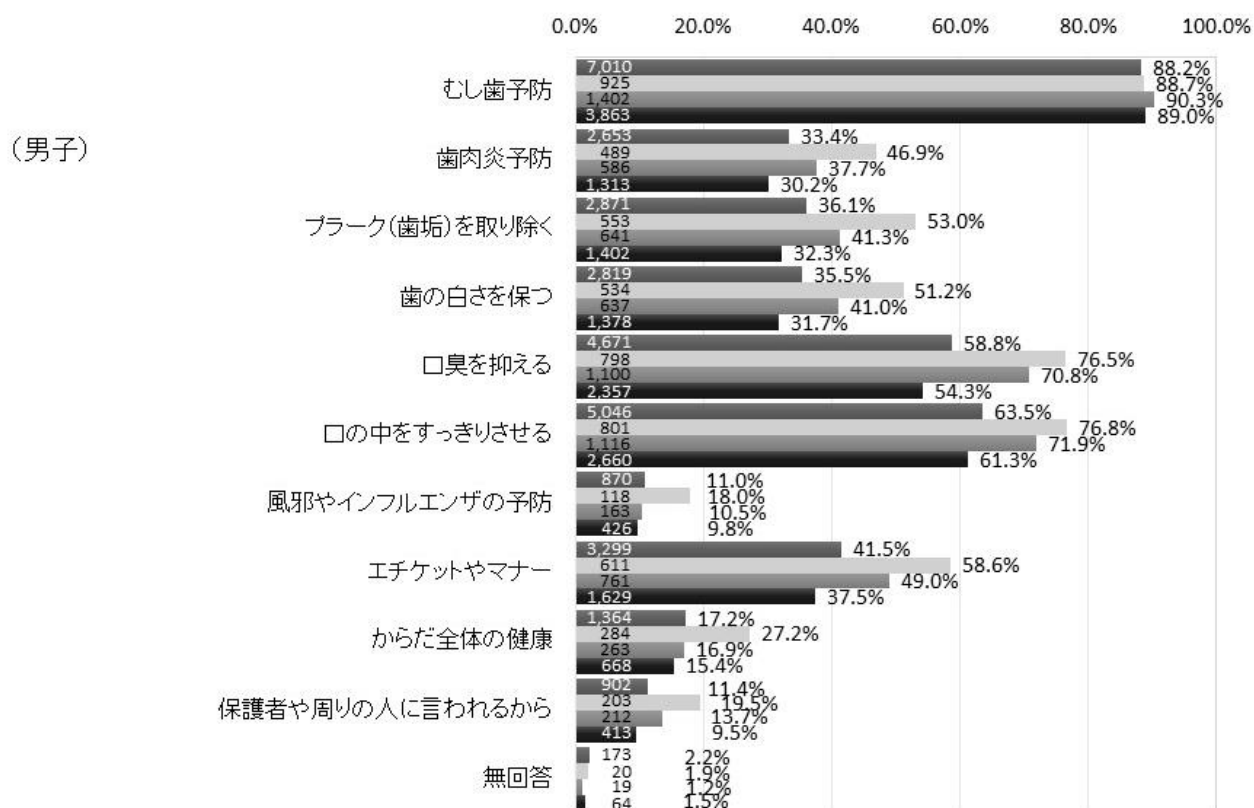


（女子）



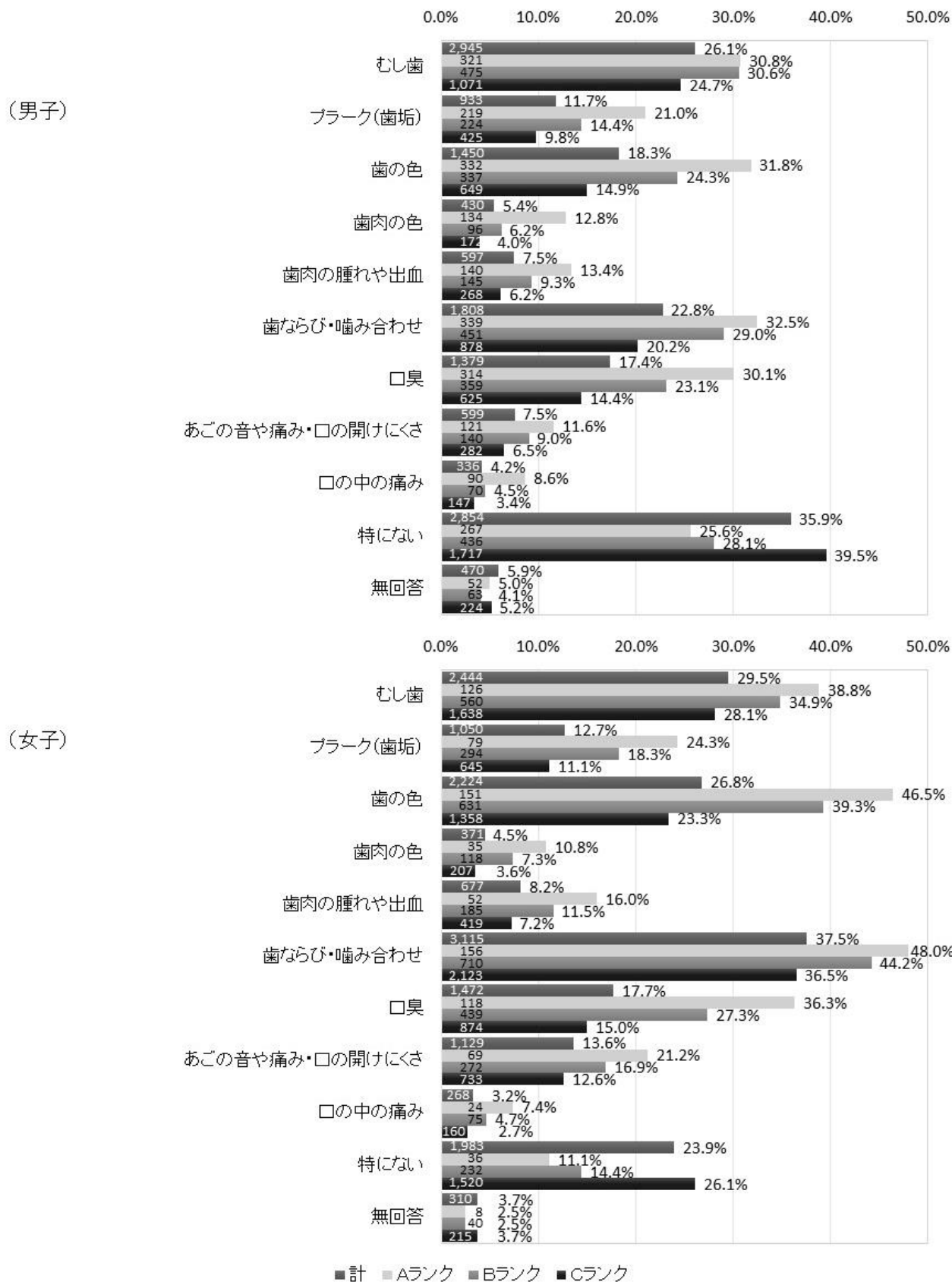
歯みがきは、一般的に「朝食後」「昼食後」「就寝前」が効率的である。「朝食後」「昼食後」では女子が多く、「就寝時」では男子が多かった。夕食後に間食がなければ「夕食後」でも構わない。

18 【質問 16】あなたが歯をみがく理由は何ですか（複数回答）



「むし歯予防」は男女ともに、また思春期意識にかかわらず最も高い値を示した。AランクとCランクを比較すると、Aランクでは「歯肉炎予防」「プラークを取り除く」「歯の白さを保つ」「口臭を抑える」「エチケットやマナー」等が高い値を示した。

19 【質問 17】 最近、口の中で気になることはありますか（複数回答）



Aランクでは、Cランクに比較して「歯の色」「口臭」で高い値を占めし、全体としては、20%以上の生徒が気になる項目として、男子では「むし歯」「歯ならび・噛み合わせ」であり、女子では「むし歯」「歯の色」「歯ならび・噛み合わせ」となっていた。

「思春期意識の特性」による分析の結果から

委員長 安井 利一
(明海大学学長)

埼玉県の高校生の思春期意識から意識特性の高いAランクから順に、中間のBランク、最も意識が低くなっているCランクまでに分類して、健康課題や歯・口の健康に対する指導に有用な所見を得ることを目的とした。得られた所見は以下のように示される。

- 1) 女子では高校1年生でややA、Bランクの合計が多い。男子では、学年進行とともにA、Bランクの合計が増加する傾向が認められた。
- 2) 朝食の摂取状況において、女子のAランクでは「毎日食べている」が73.2%であり、一方、Cランクでは81.3%と差が認められた。
- 3) 「食事中、意識してよく噛んでいるか」についても女子のAランクで12.0%、Cランクで17.5%と差が認められた。
- 4) 思春期意識の調査では、AランクとCランクでは大きな違いが認められた。男女共通では「異性の存在が気になる」「自分の髪型や服装が気になる」「自分が周りからどのように見られているのか気になる」「特定の異性の友人がいる」「自分は子供でもないし、大人でもない」が高い値を示した。
- 5) この時期の健康問題のうち、AランクとCランクで差の大きかったのは、男子で「不規則な生活習慣」「こころの健康」、女子では「不規則な生活習慣」「肥満または痩せ」であり特徴があると推察される。
- 6) 「自分の歯・口に関心がある」に対しては、Aランクが高くなっている。自信については女性でややAランクが低い傾向が認められた。
- 7) 言葉の知識については思春期の意識間で差を認めていない。
- 8) 定期的な歯科医院への受診についても思春期の意識間で明確な差を認めていない。
- 9) 歯みがきの回数や時期も思春期の意識間で大きな差は認めていない。
- 10) 「歯をみがく理由」については、AランクはCランクに比較して、「歯肉炎予防」「プラークを取り除く」「歯の白さを保つ」「口臭を抑える」「エチケットやマナー」が高い値を示した。
- 11) 「気になること」についてもAランクとCランクを比較すると、Aランクで「歯の色」「口臭」で高い値を示した。

~~~~~  
総じて、歯・口の健康づくりに対する健康教育においてもその有効性を高めるためには、むし歯や歯周病などの疾病予防と同時に、導入として「歯の白さ」「口臭」など対人関係に意識があることを提示するのも効果があることも示唆された。



#### Ⅳ 「健康問題で気になることの有無」による分析

##### 1 「健康問題で気になること」について

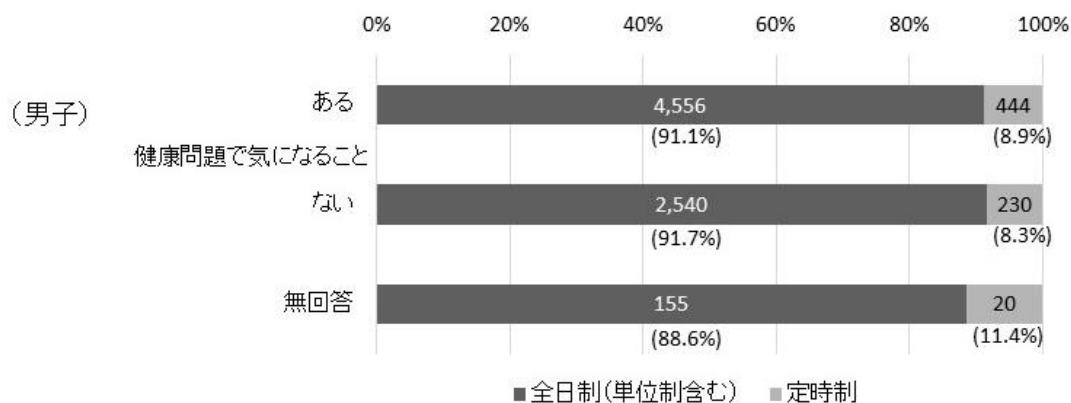
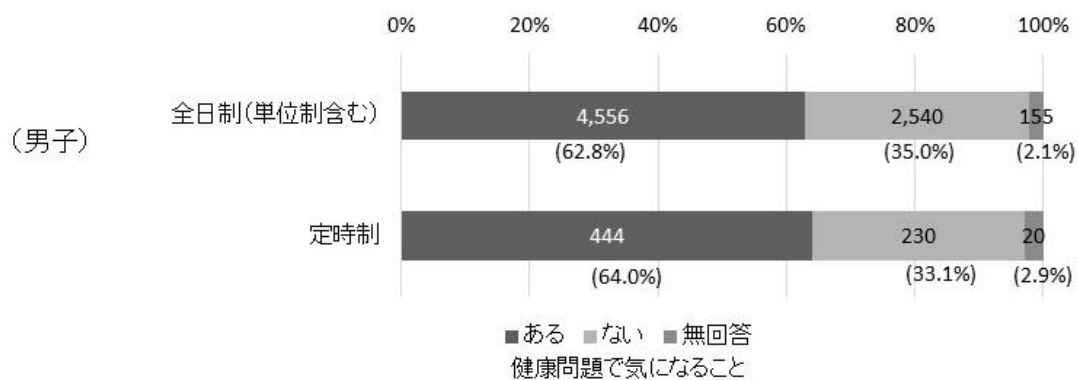
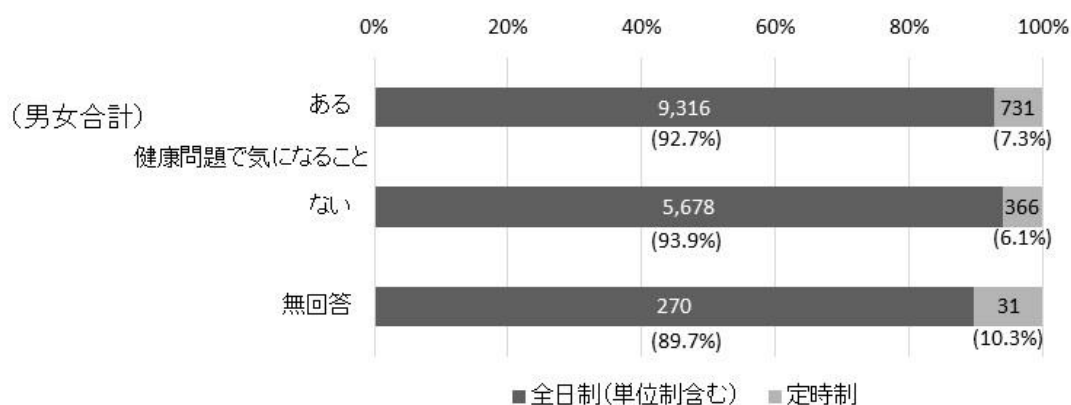
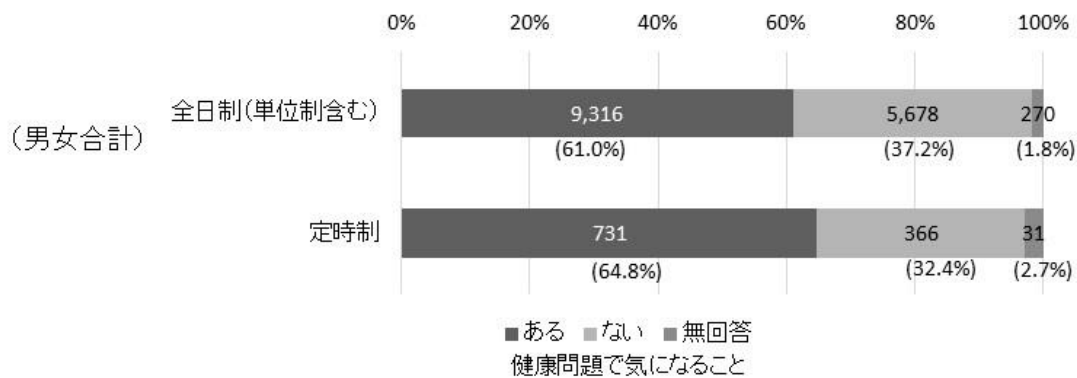
埼玉県においては、埼玉県学校保健会ならびに高等学校関係者の多大な協力を得て、高校生の歯科保健の実態について明らかにしてきたが、さらに、高校生の健康問題で気になることについての対応を検討するために調査分析を行ったので報告する。

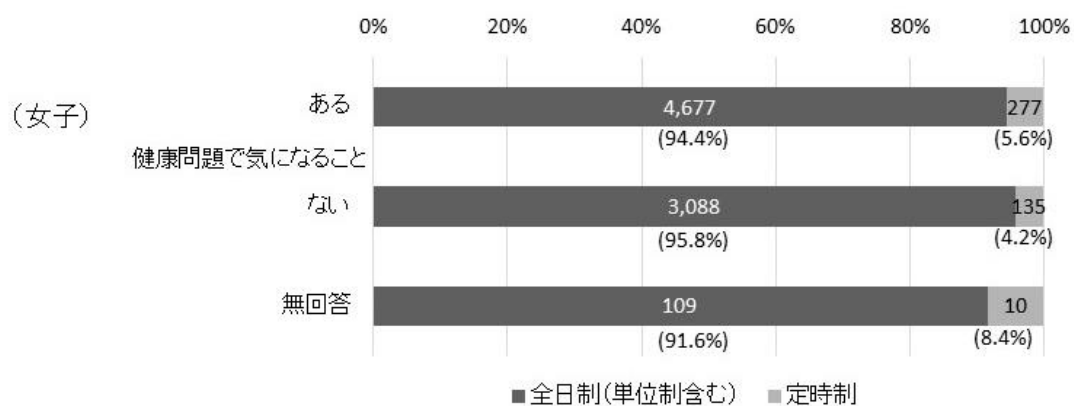
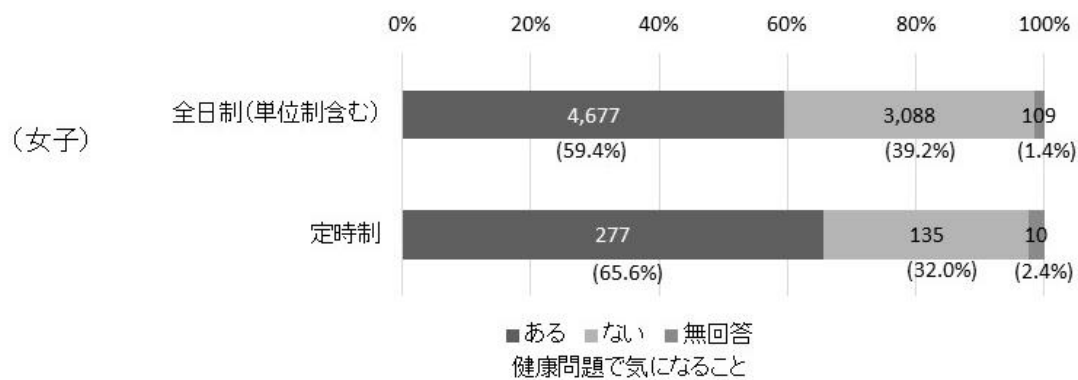
##### 2 調査の方法と内容

本調査は、思春期意識調査の一環として実施した下記の設問群のうち、選択肢 4（健康問題で気になることがある。）に対しての解析を行ったものである。

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1 異性の存在が気になる。</li><li>2 性に興味がある。</li><li>3 自分の髪型や服装が気になる。</li><li>4 健康問題で気になることがある。</li><li>5 自分が周りからどのように見られているのか気になる。</li><li>6 特定の異性の友人がいる。</li><li>7 保護者と一緒に行動したくない。</li><li>8 「自分は子どもでもないし、大人でもない」と感じることもある。</li><li>9 仲のよい友人がいる。</li><li>10 あてはまるものはない。</li></ol> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

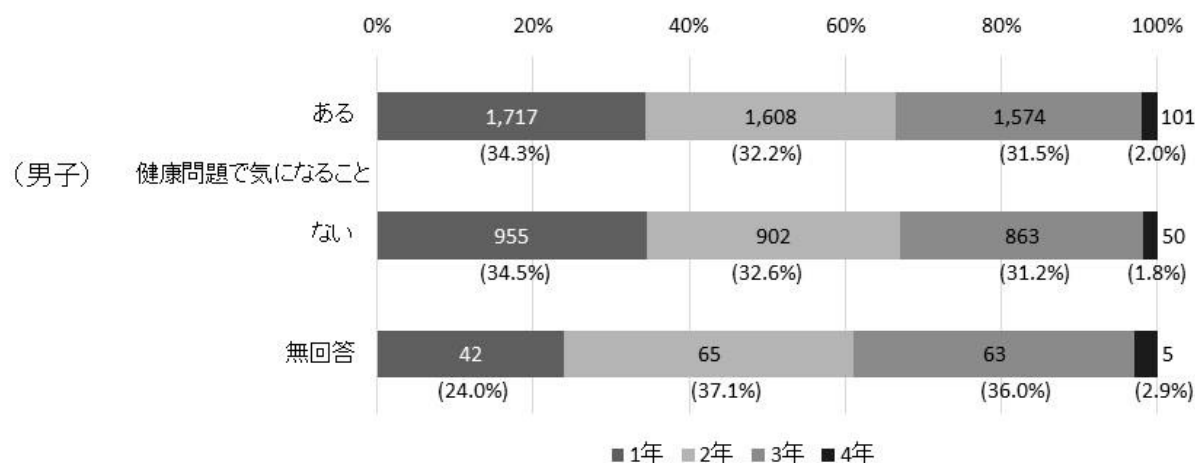
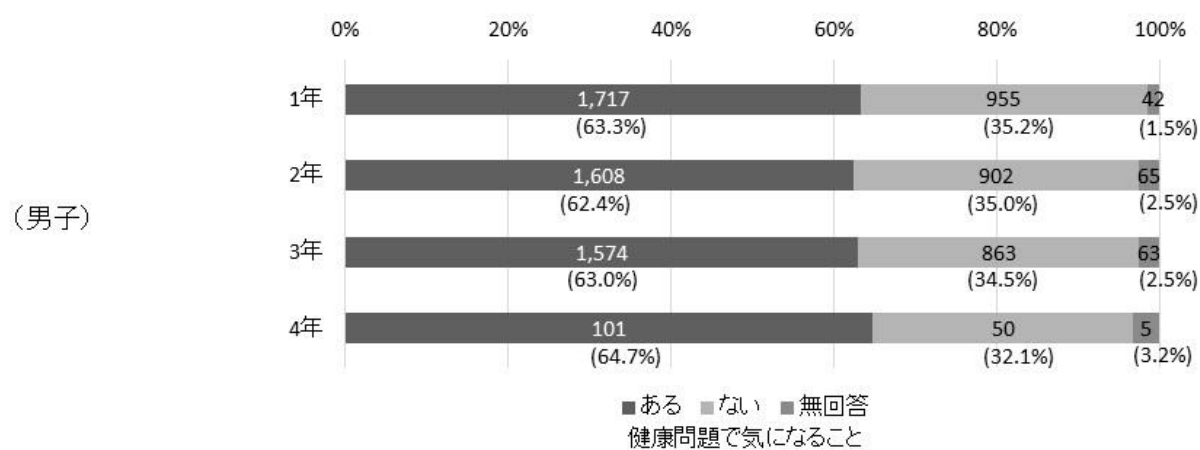
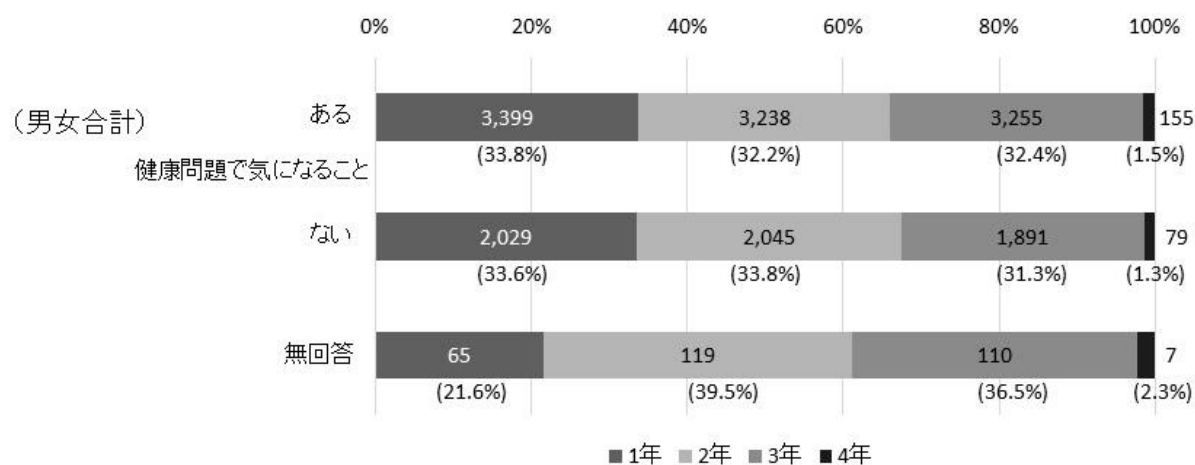
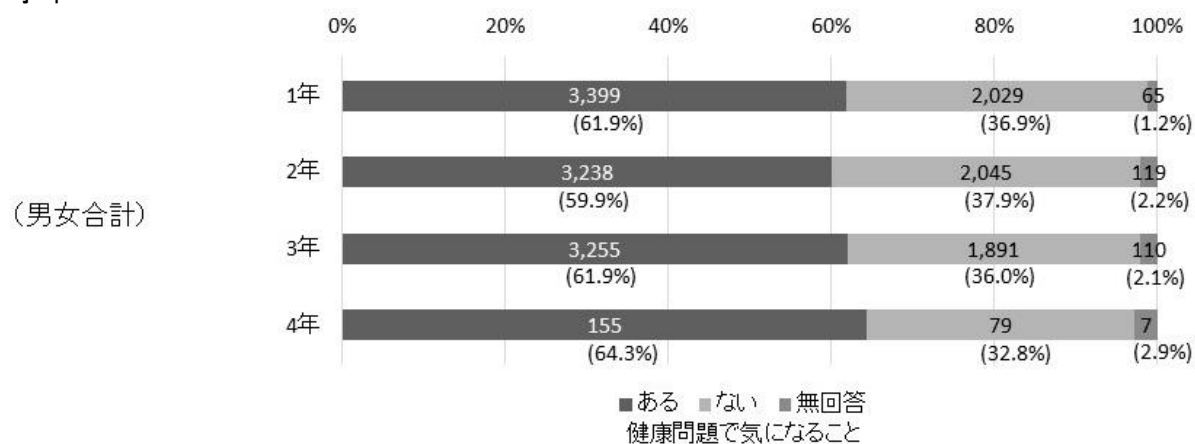
## 1 学校区分

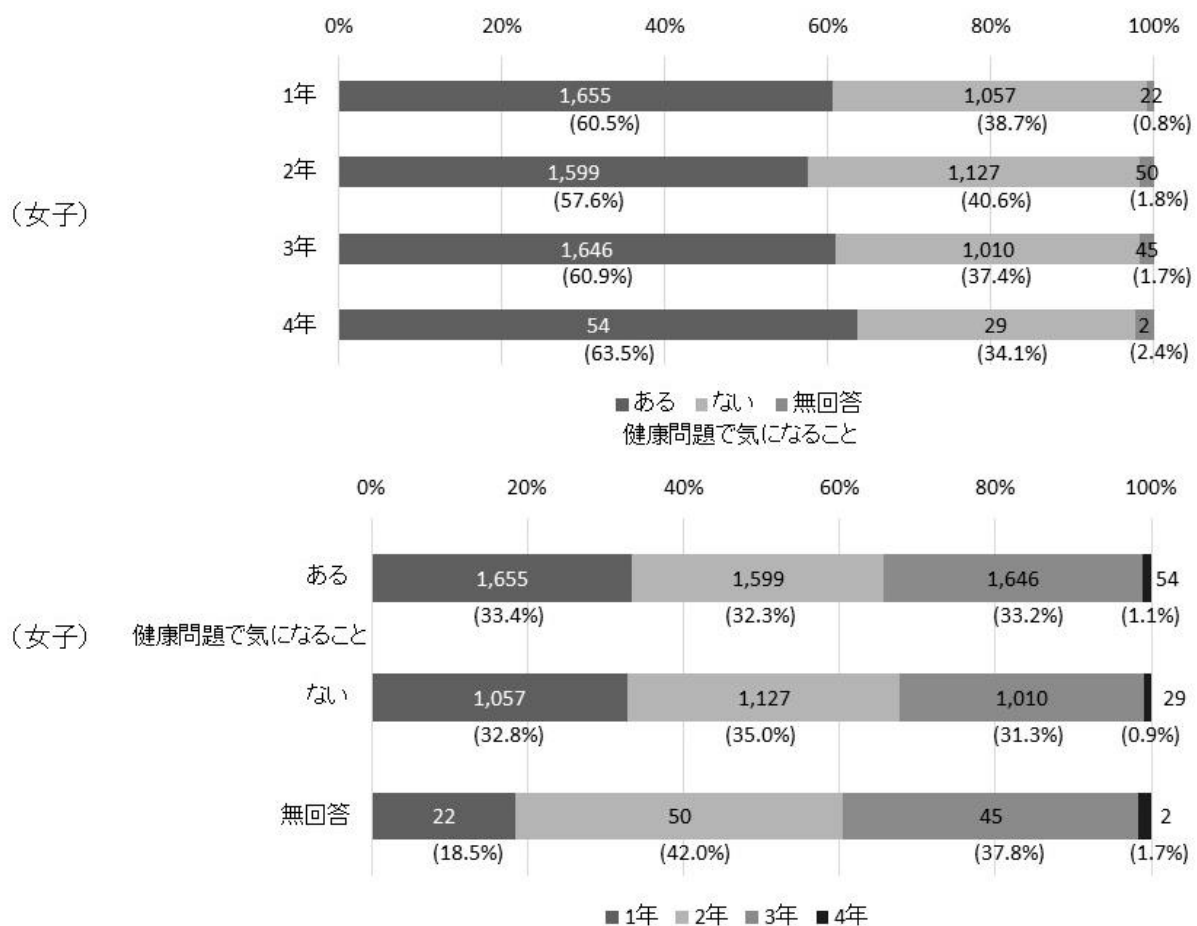




学校区分では、定時制において「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合がやや高く、男子よりも女子でやや高い傾向が認められる。男女の比較では、大きな差異は認められなかった。

## 2 学年

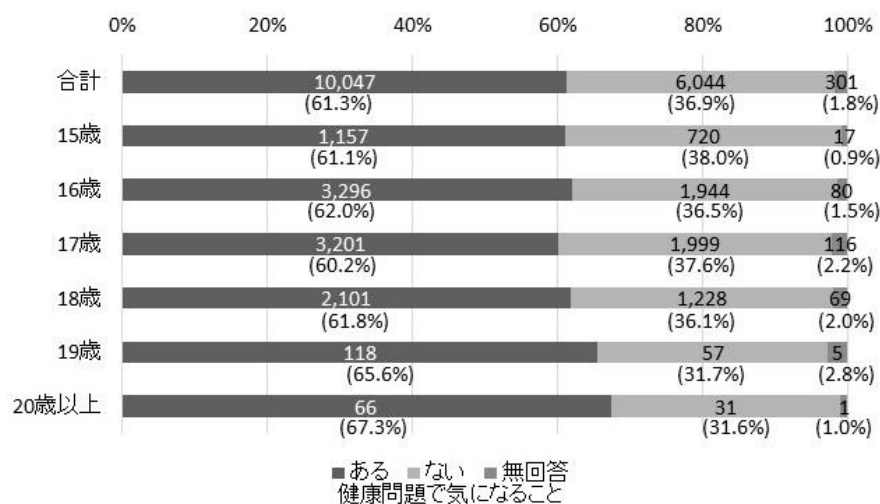




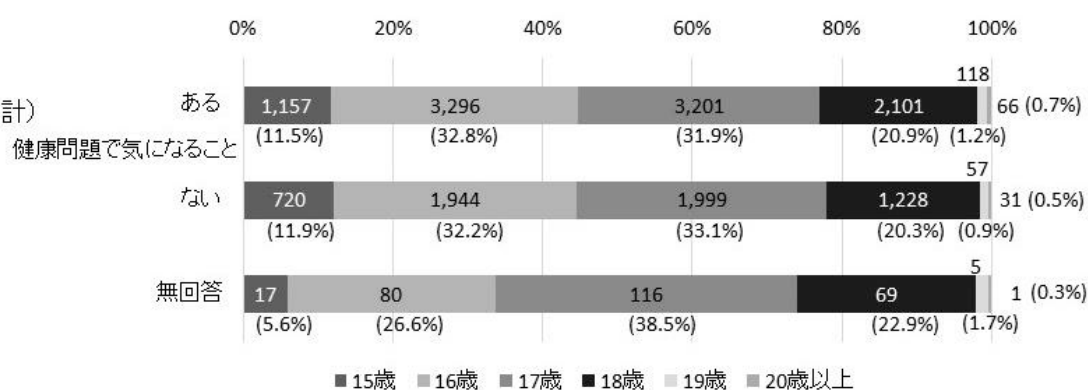
学年別の差異、学年別の男女の差異については大きな特徴は認めなかった。

### 3 年齢

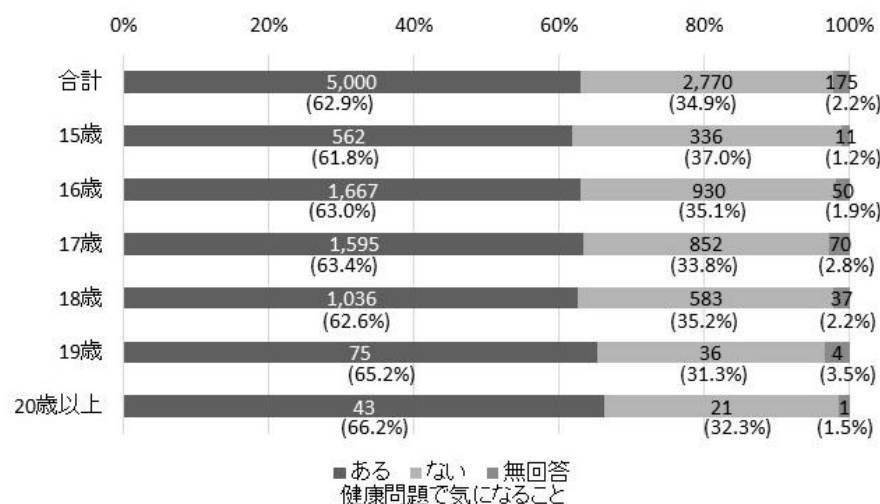
(男女合計)



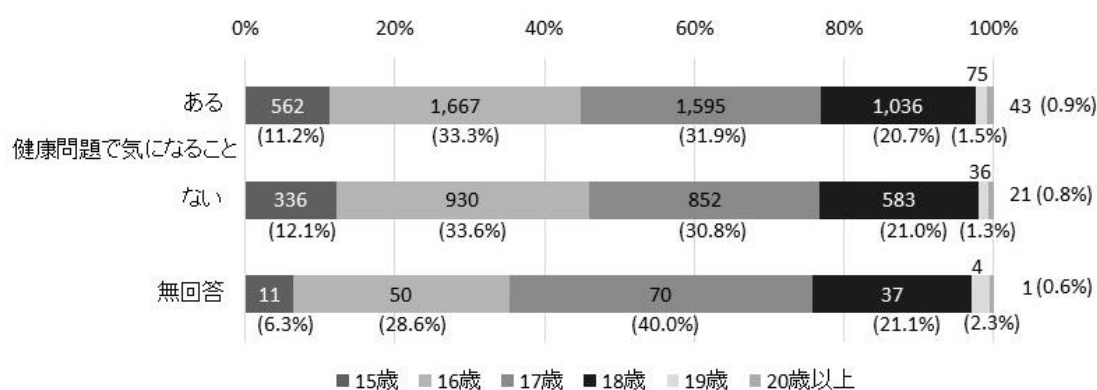
(男女合計)

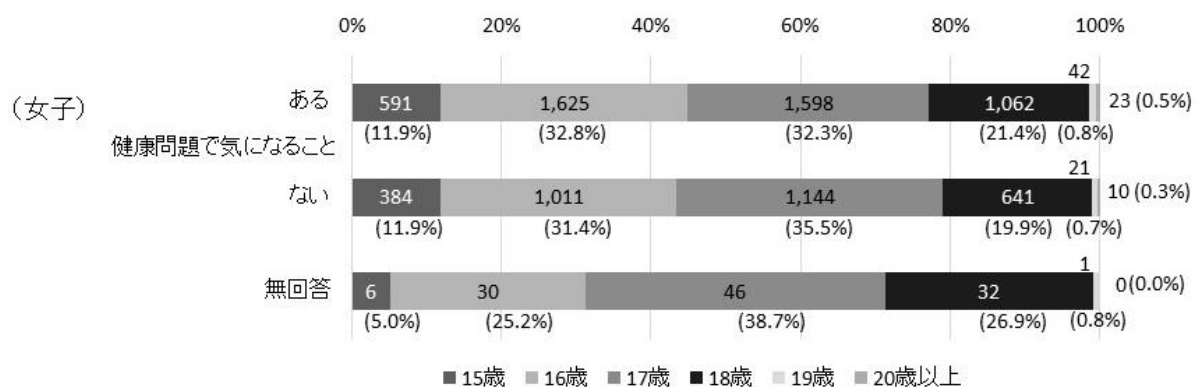
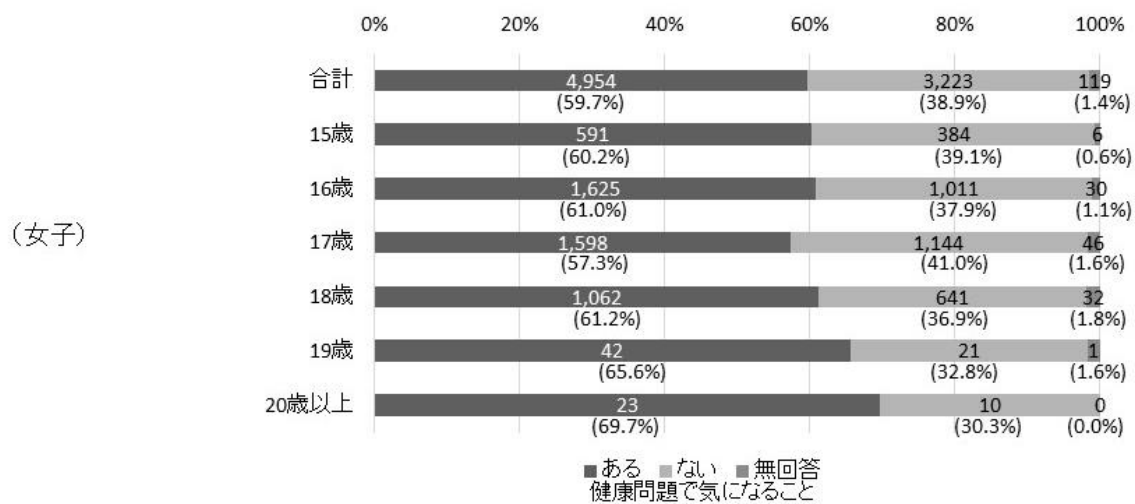


(男子)



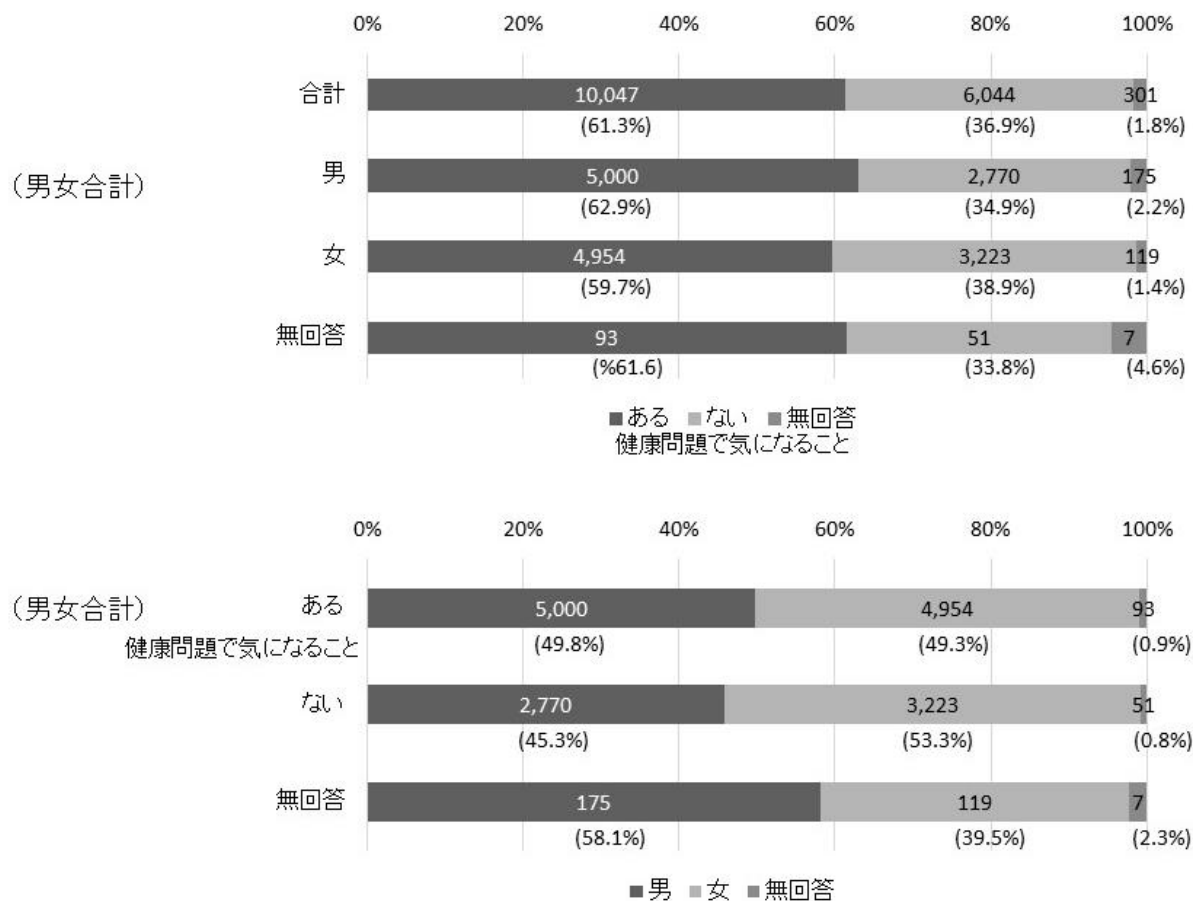
(男子)





年齢別では「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合が19歳以上でやや高くなるが、定時制高校で高くなることを反映していると思われる。

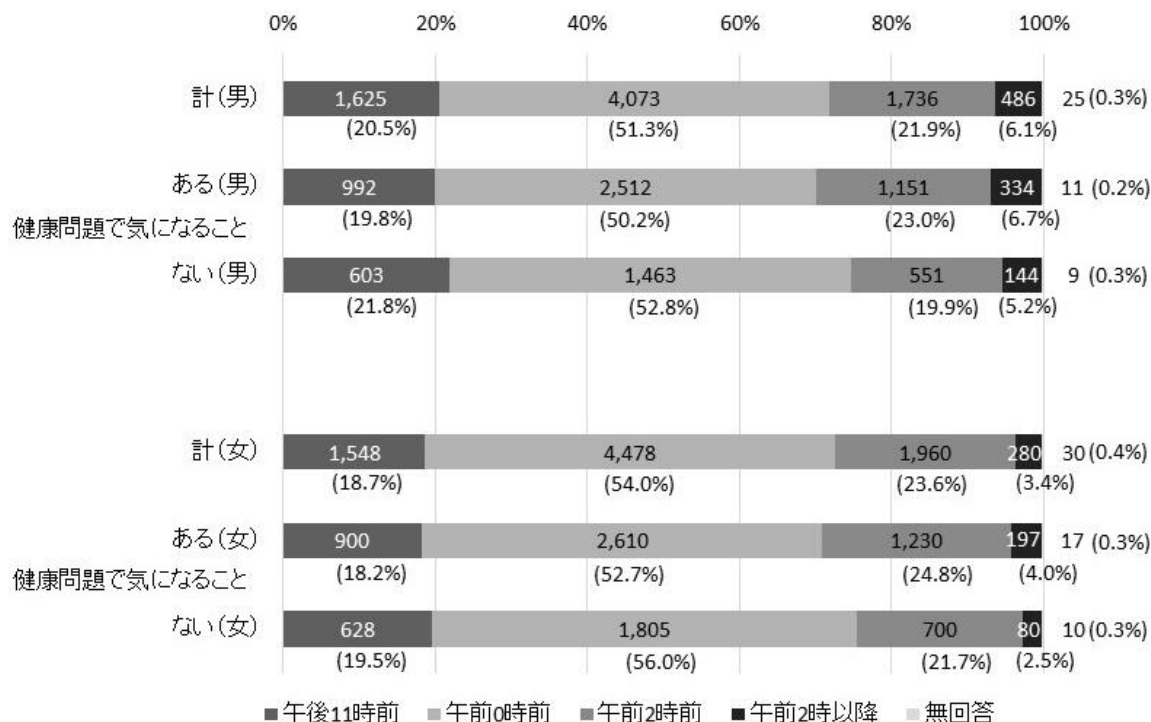
#### 4 性別



性別では、女子よりも男子において、やや「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合が高い傾向が認められる。

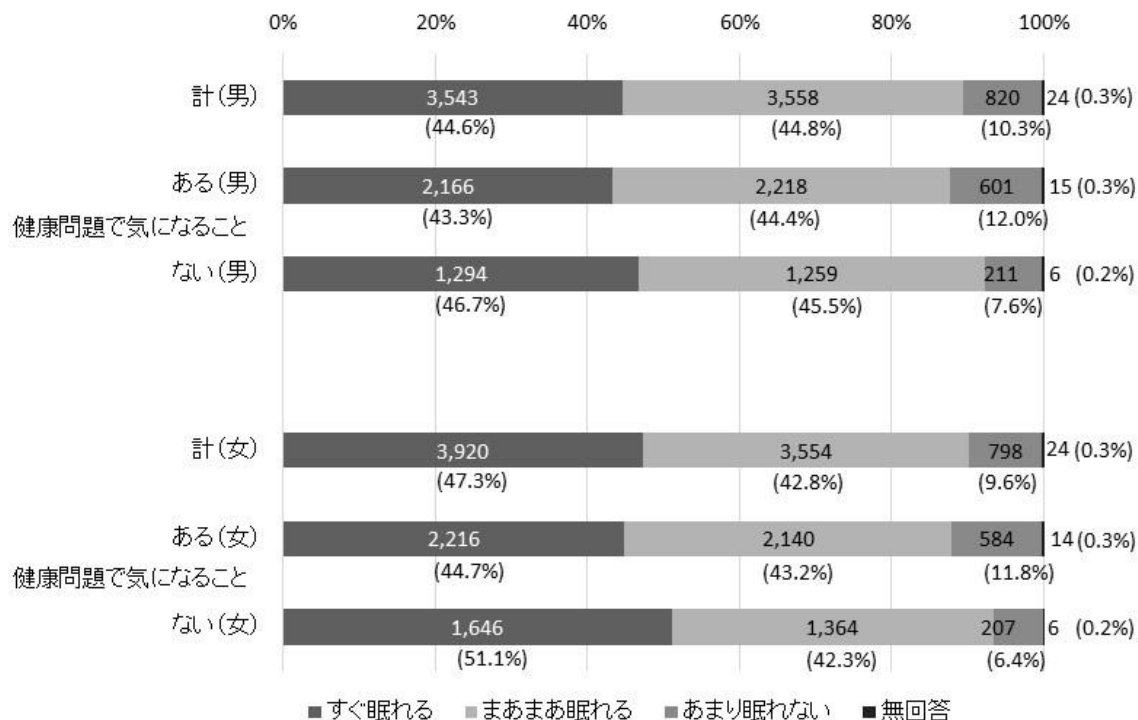


## 5 【質問3】平日（試験前は除く）に寝るのは何時ごろですか



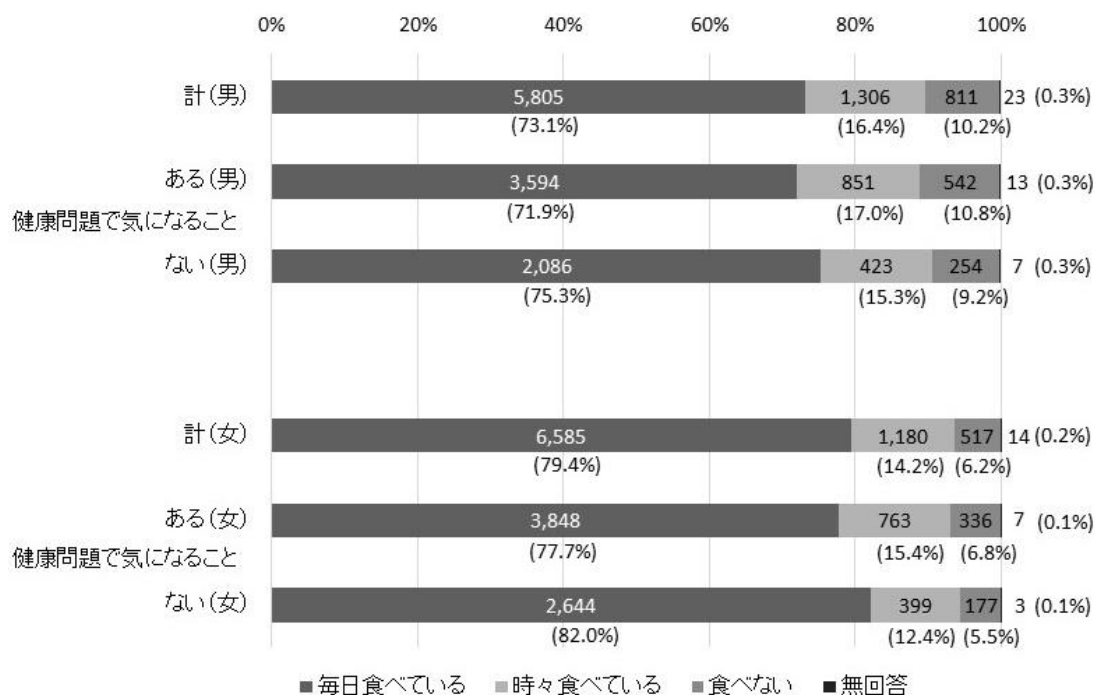
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の就寝時間の各割合は、男女の比較では、大きな差異は認められなかった。男女ともに「健康問題で気になることがある」と回答した生徒は、「ない」と回答した生徒よりもやや遅く就寝している傾向が認められた。

## 6 【質問4】夜はすぐに眠れますか



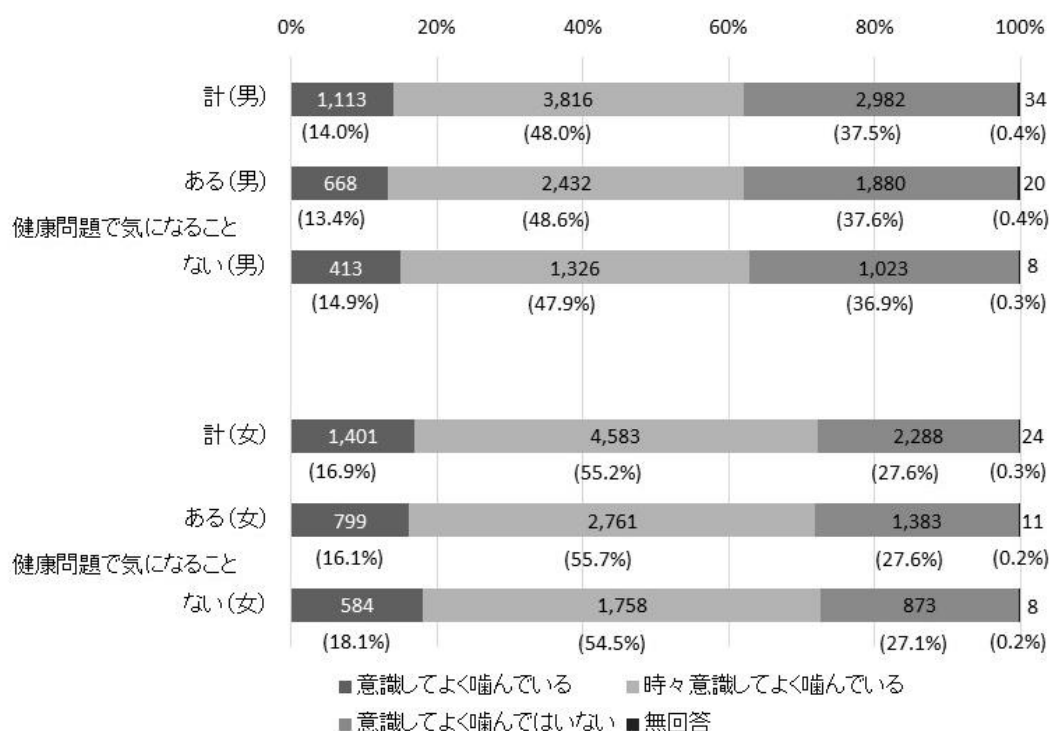
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の各割合は、男女の比較では、大きな差異は認められなかった。男女共に「健康問題で気になることがある」と回答する生徒で「あまり眠れない」と回答した生徒が多くなる傾向が認められた。

## 7 【質問5】平日に朝食は食べていますか



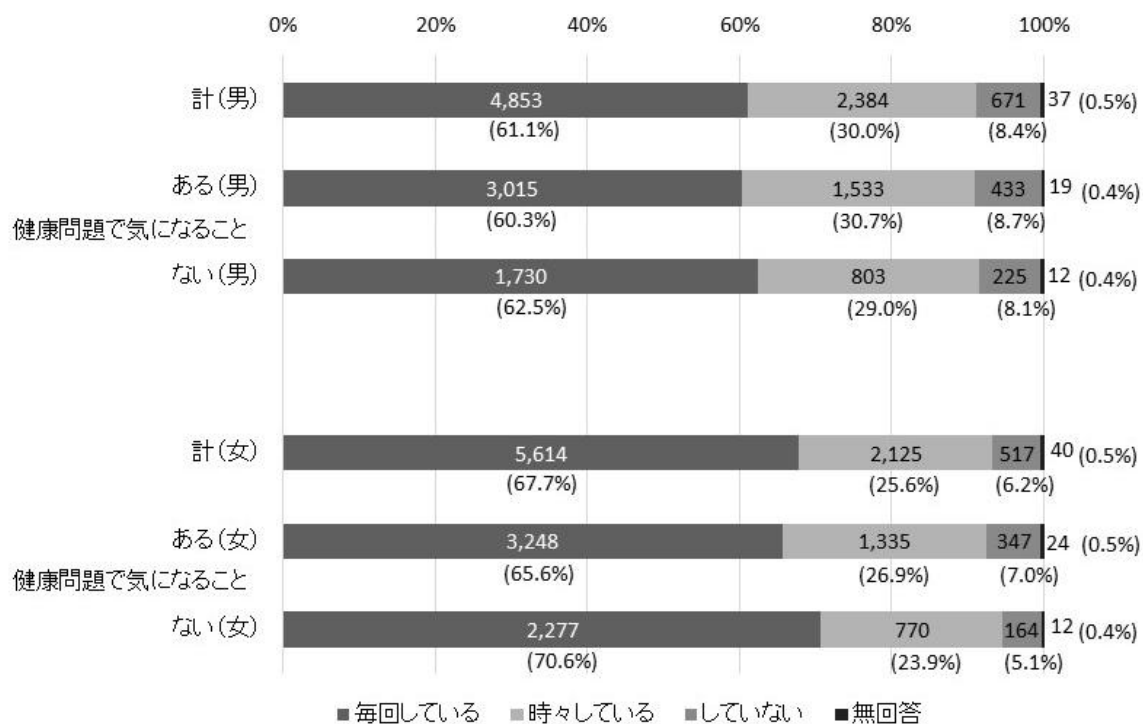
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の男女の比較では、男子では朝食を食べている生徒が71.9%、女子では77.7%と、女子の方が朝食を摂っている割合は高かった。また、男女ともに、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で「毎日食べている」割合が低い傾向を示した。

## 8 【質問6】食事中は、意識してよく噛んでいますか



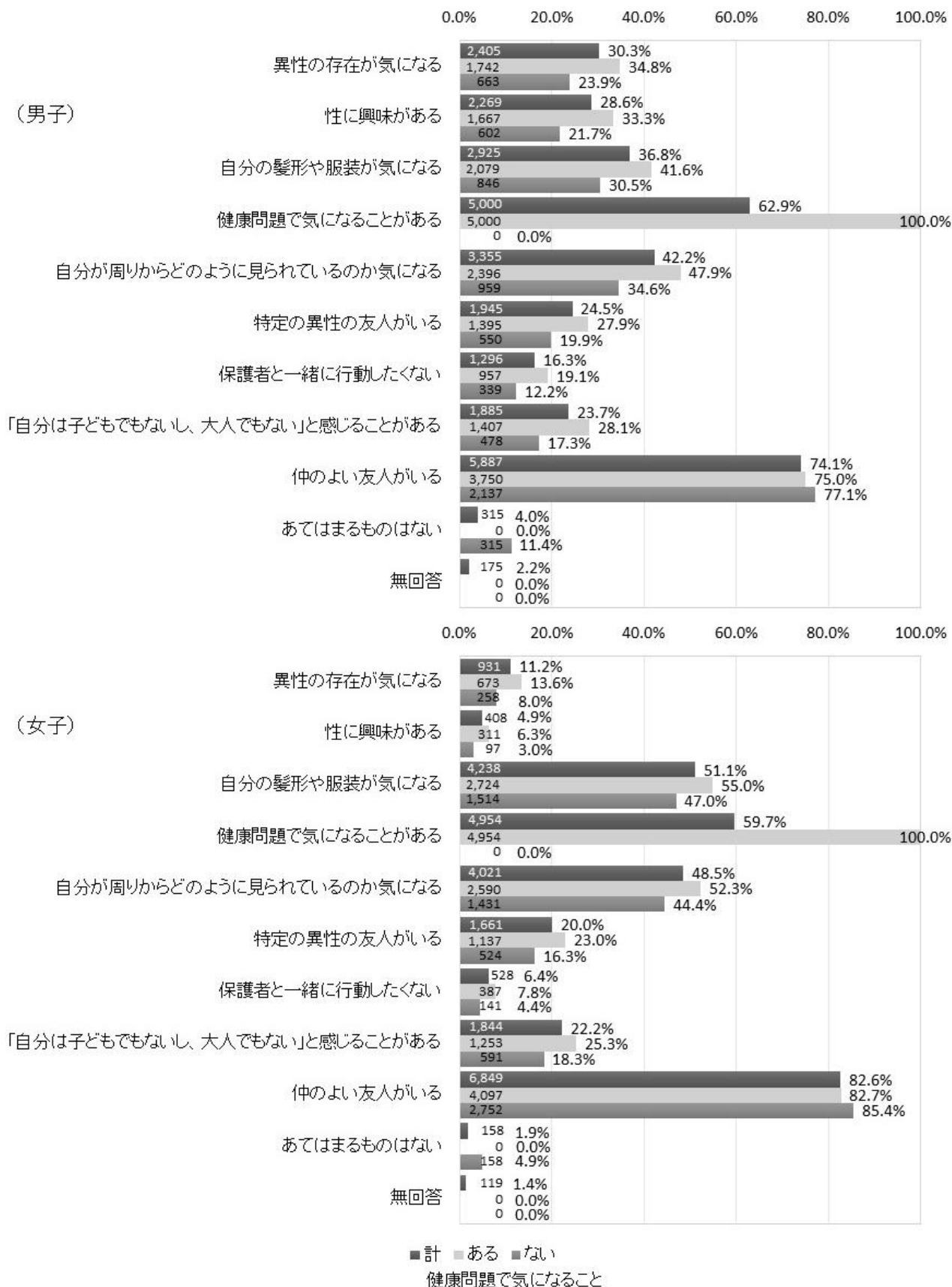
「意識してよく噛んでいる」と回答した生徒は、男子で14.0%、女子は16.9%でやや女子が高い傾向であった。一方、男女ともに「健康問題で気にならない」と回答した生徒がよく噛んでいる傾向が認められたが明確な差は認められなかった。

## 9 【質問7】帰宅時に手洗いやうがいしていますか



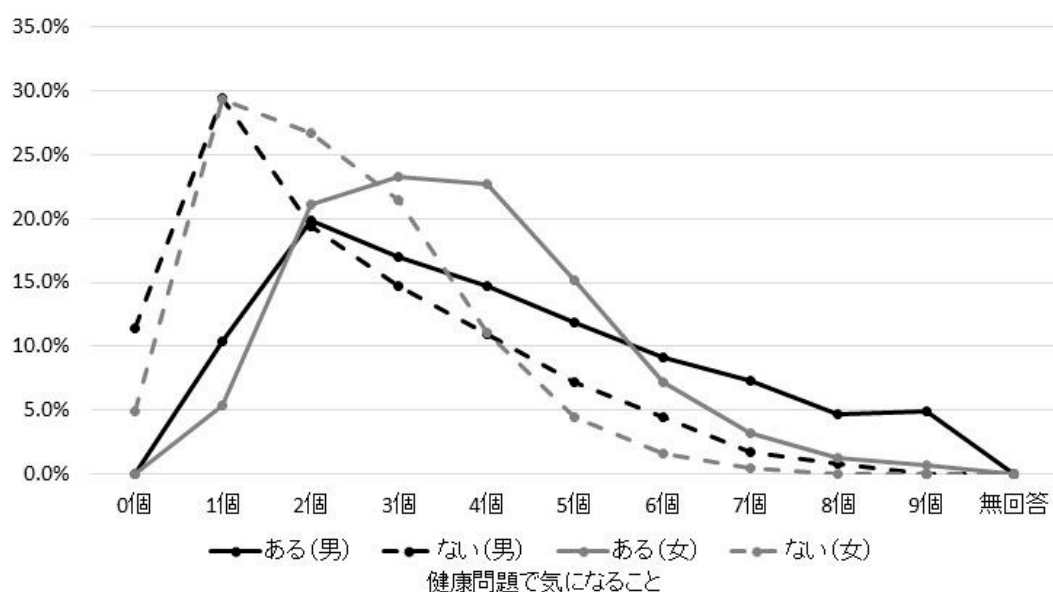
「帰宅時に手洗いやうがいはしていますか」と回答した生徒は、男子で61.1%、女子は67.7%でやや女子が高い傾向であった。一方、男女とも「健康問題で気になることがない」と回答した生徒が毎回手洗いやうがいをしている傾向が認められた。

10 【質問8】 次のうち、あてはまるものはどれですか（複数回答）



思春期意識に関する項目では、男女ともにほとんどの質問で「健康問題で気になることがある」と回答した生徒が多い傾向を示したが、50%より低い値となっていた。一方、「仲のよい友人がいる」の質問では、「健康問題で気になることがある」と回答を得た生徒がやや少ない傾向を示した。

11 【質問8】あてはまるものの個数（「健康問題で気になることがある」を含む）

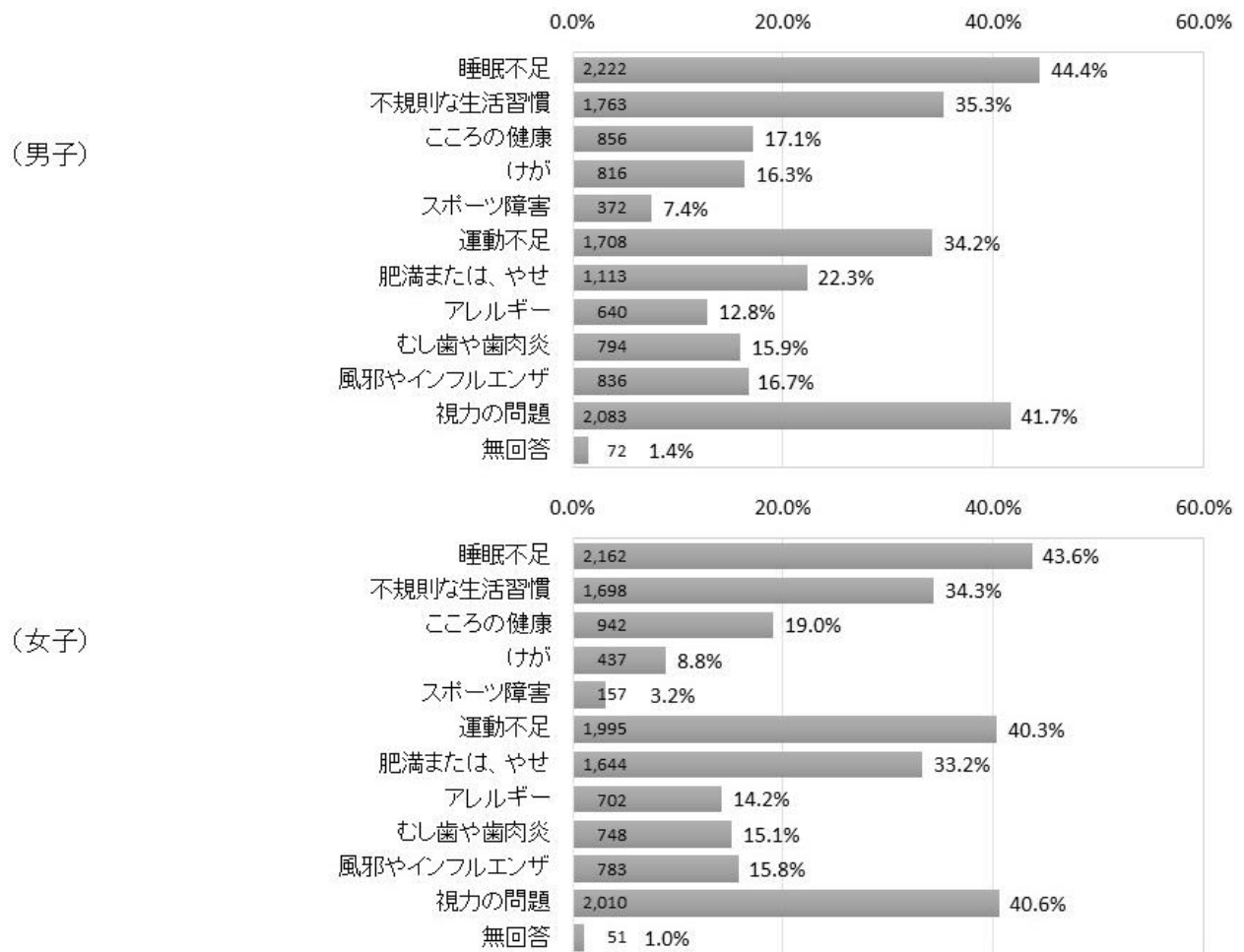


|            |    | 0 個  | 1 個   | 2 個   | 3 個   | 4 個   | 5 個  | 6 個 | 7 個 | 8 個 | 9 個 | 無回答 |
|------------|----|------|-------|-------|-------|-------|------|-----|-----|-----|-----|-----|
| 実 数<br>【男】 | 合計 | 315  | 1,332 | 1,532 | 1,257 | 1,041 | 795  | 579 | 412 | 260 | 247 | 175 |
|            | ある | 0    | 517   | 995   | 850   | 738   | 596  | 455 | 365 | 237 | 247 | 0   |
|            | ない | 315  | 815   | 537   | 407   | 303   | 199  | 124 | 47  | 23  | 0   | 0   |
| 実 数<br>【女】 | 合計 | 158  | 1,214 | 1,904 | 1,845 | 1,481 | 896  | 407 | 177 | 63  | 32  | 119 |
|            | ある | 0    | 268   | 1,044 | 1,154 | 1,125 | 753  | 354 | 161 | 63  | 32  | 0   |
|            | ない | 158  | 946   | 860   | 691   | 356   | 143  | 53  | 16  | 0   | 0   | 0   |
| %<br>【男】   | 合計 | 4.0  | 16.8  | 19.3  | 15.8  | 13.1  | 10.0 | 7.3 | 5.2 | 3.3 | 3.1 | 2.2 |
|            | ある | 0    | 10.3  | 19.9  | 17.0  | 14.8  | 11.9 | 9.1 | 7.3 | 4.7 | 4.9 | 0   |
|            | ない | 11.4 | 29.4  | 19.4  | 14.7  | 10.9  | 7.2  | 4.5 | 1.7 | 0.8 | 0   | 0   |
| %<br>【女】   | 合計 | 1.9  | 14.6  | 23.0  | 22.2  | 17.9  | 10.8 | 4.9 | 2.1 | 0.8 | 0.4 | 1.4 |
|            | ある | 0    | 5.4   | 21.1  | 23.3  | 22.7  | 15.2 | 7.1 | 3.2 | 1.3 | 0.6 | 0   |
|            | ない | 4.9  | 29.4  | 26.7  | 21.4  | 11.0  | 4.4  | 1.6 | 0.5 | 0   | 0   | 0   |

男女ともに「健康問題で気になることがない」と回答した生徒では1個がピークとなっていた。

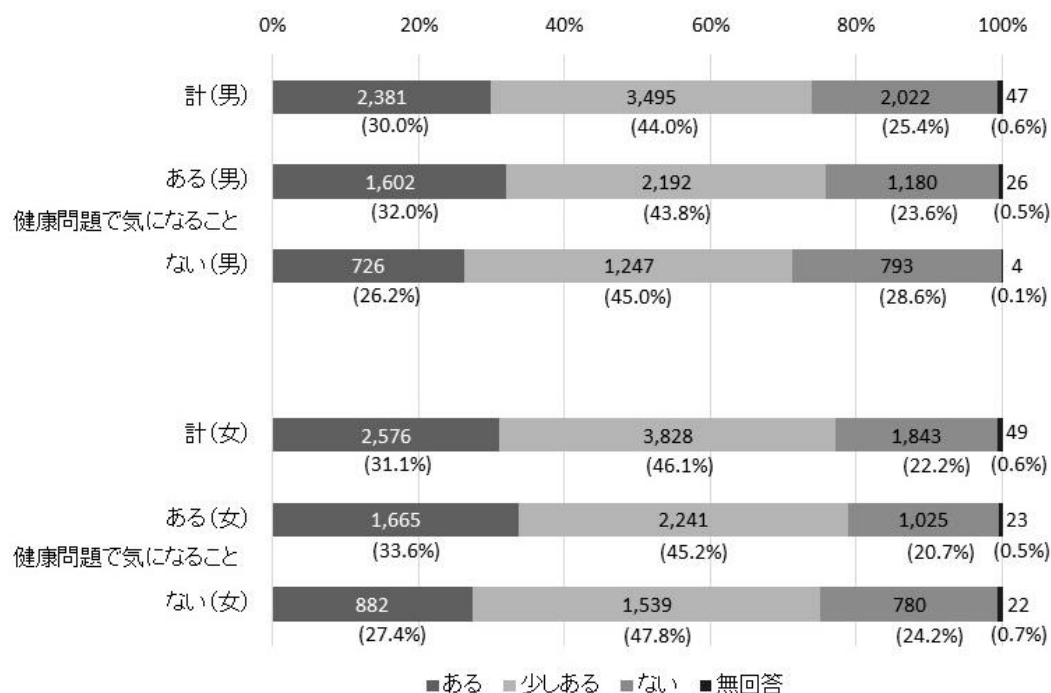
## 12 【質問9】気になる健康問題はなんですか（複数回答）

【質問8で「健康問題で気になることがある」と回答した生徒が集計対象】



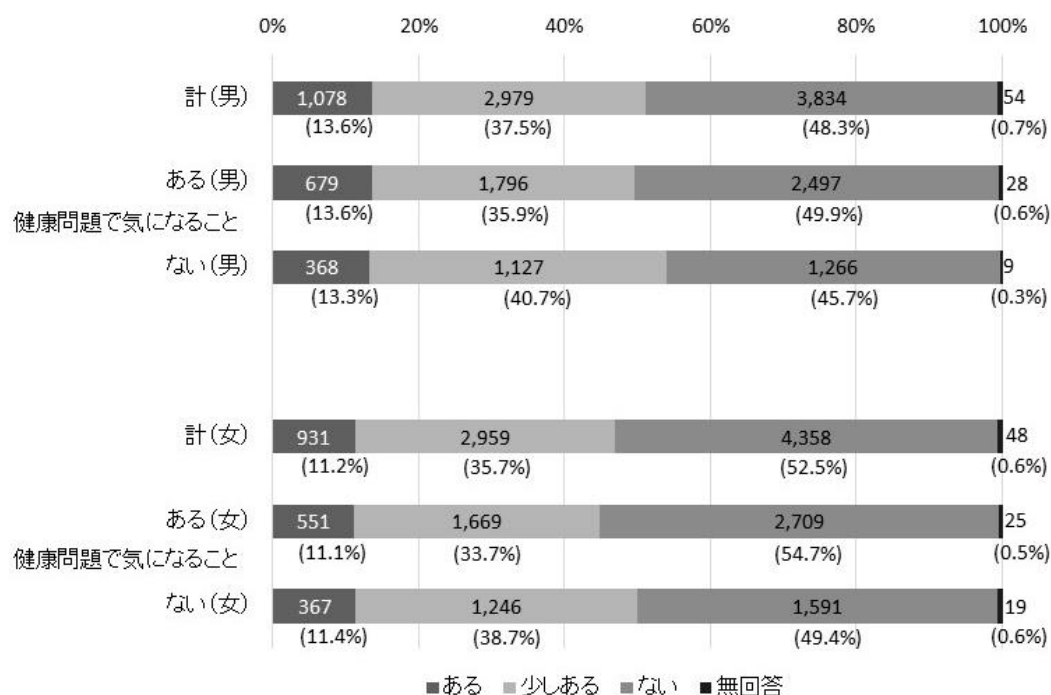
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で「気になる健康問題」について質問したところ、男女ともに「睡眠不足」が最も多く、次いで「視力の問題」が40%台であり、続いて「不規則な生活習慣」や「運動不足」など生活習慣に関係する項目であった。

### 13 【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか



「自分の歯・口の健康に関心がある」と回答したのは男女ともに約 30%であり男女間での差は認めなかった。男女ともに、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で「関心がある」と回答した生徒が多い傾向を示した。

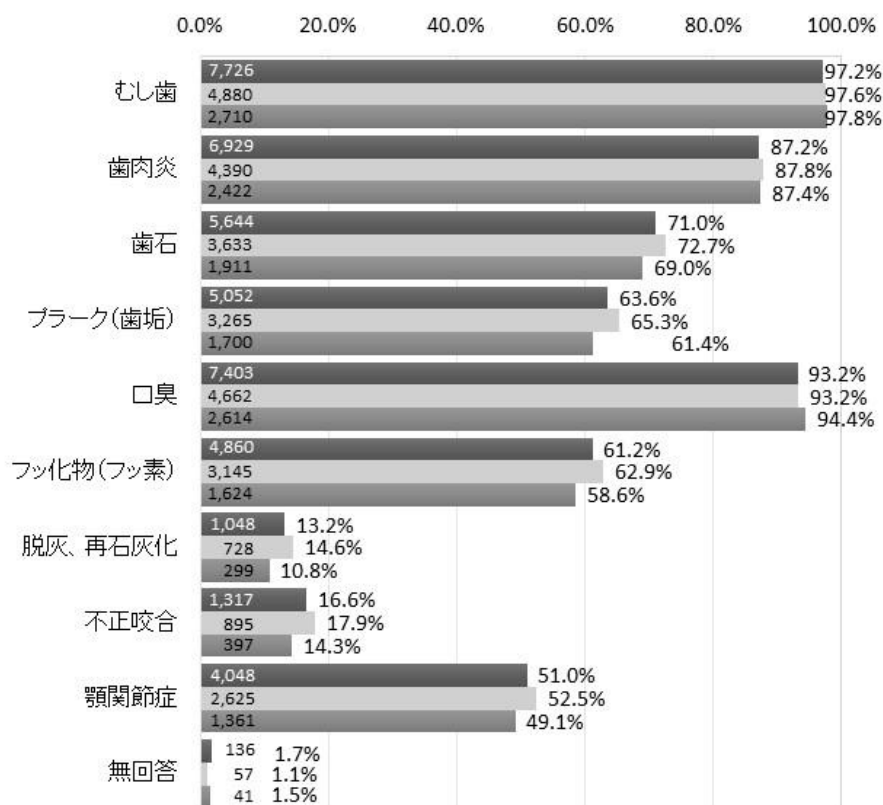
### 14 【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか



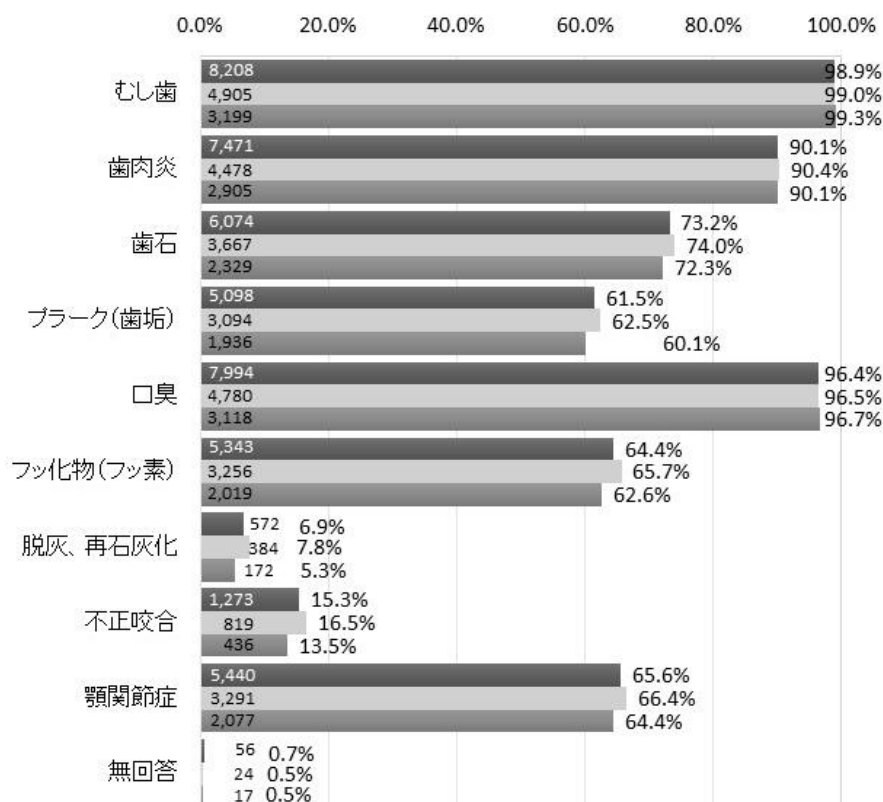
「自信」については、男性で 48.3%、女性で 52.5%の生徒が「自信がない」と回答しているのが特徴的であった。一方、男女ともに「健康問題で気になることがある」と回答した生徒と「ない」と回答した生徒間では大きな差異はなかったが、「健康問題で気になることがない」生徒においては「少し自信がある」と回答した生徒が多い傾向を示した。

15 【質問 12】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）

（男子）



（女子）



■計 ■ある ■ない

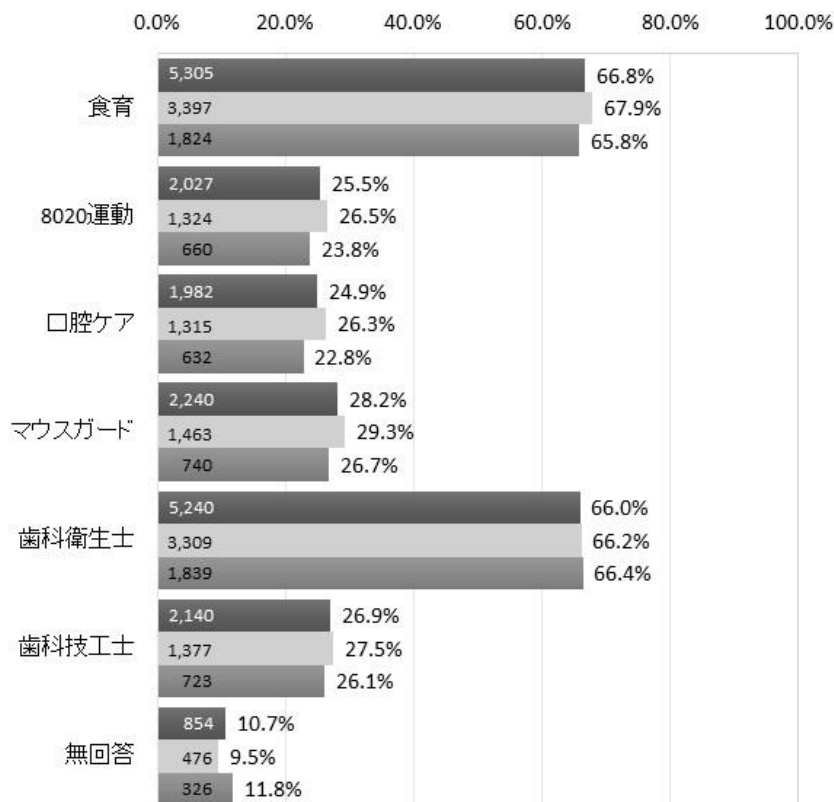
健康問題で気になること

全体的に「脱灰、再石灰化」「不正咬合」の認知度が低いことが分かった。「健康問題で気になることがある」と回答した生徒と「ない」と回答した生徒の顕著な差は認められなかった。

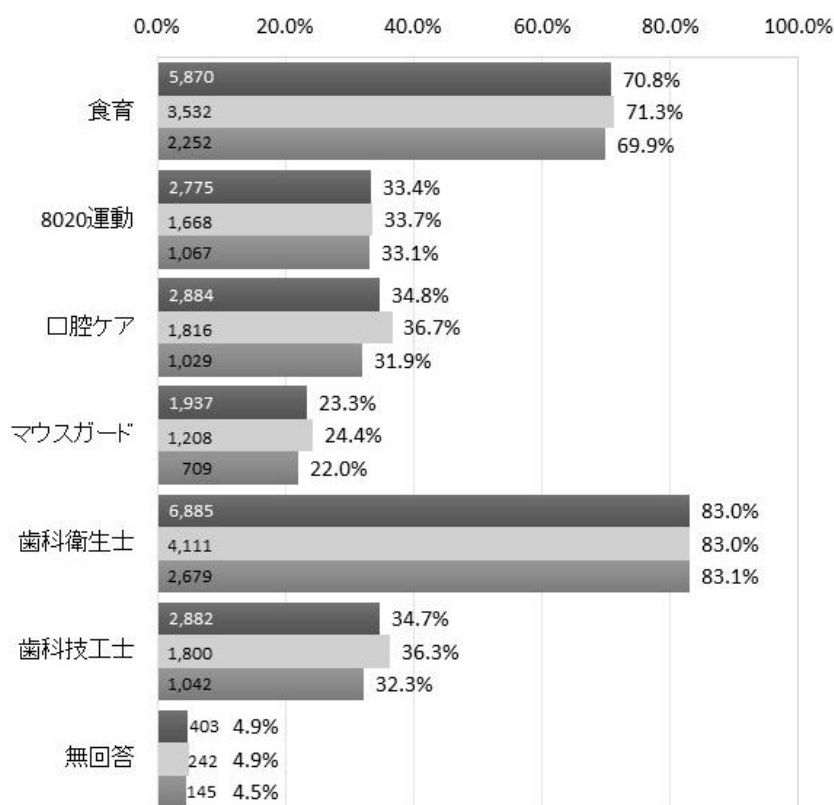


16 【質問 13】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）

（男子）



（女子）

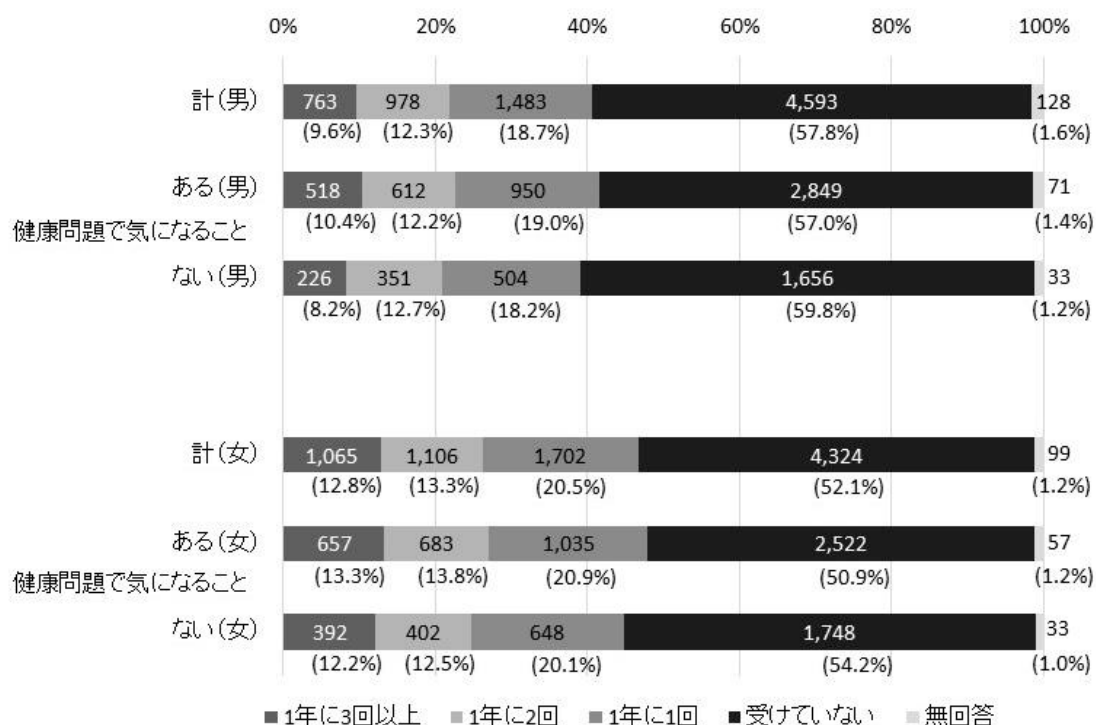


■ 計 ■ ある ■ ない

健康問題で気になること

「8020 運動」「口腔ケア」「マウスガード」「歯科技工士」の認知度は低い傾向を示した。全体的には「マウスガード」以外は女子の方で認知度が高かった。「健康問題で気になることがある」と回答した生徒と「ない」と回答した生徒の顕著な差は認められなかった。

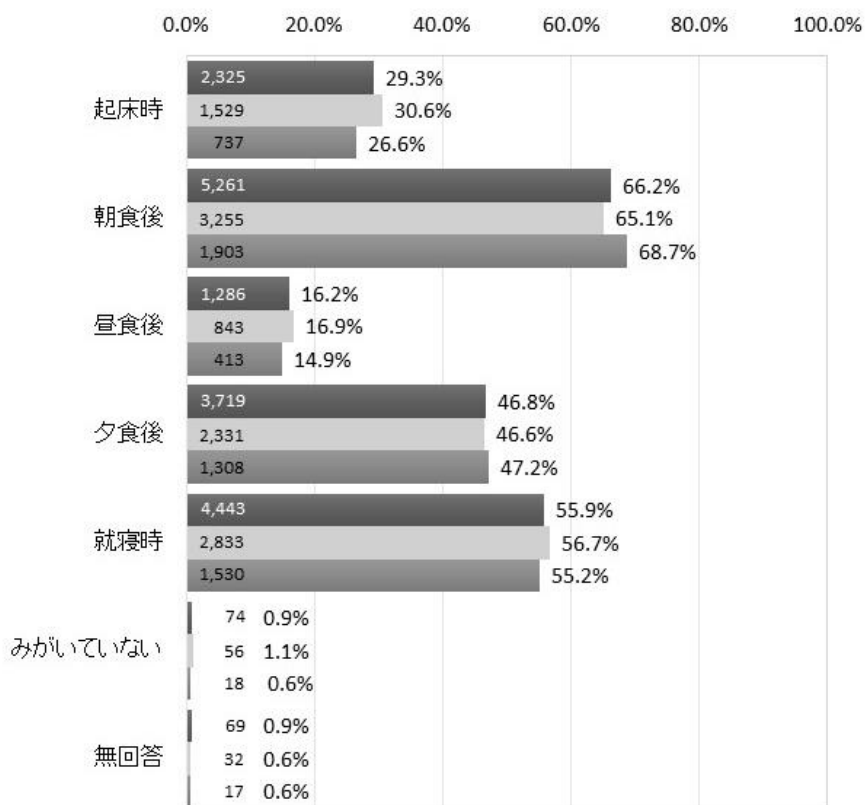
17 【質問 14】定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか



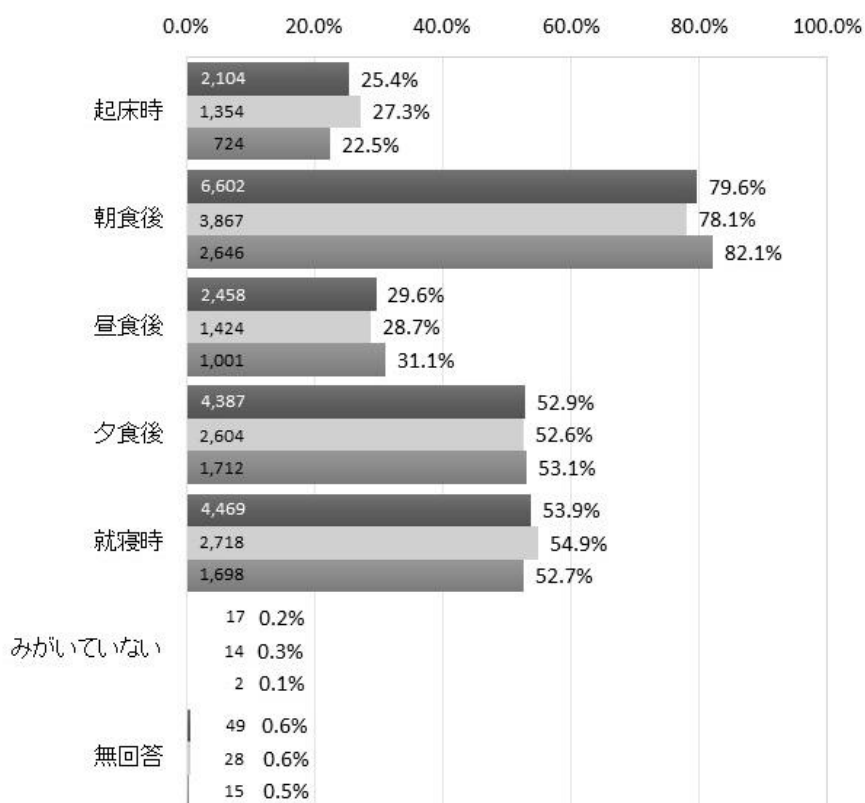
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合 1年に1回以上、歯科医院でチェックを受けている生徒は、男子で41.6%、女子で48.0%という結果であった。

18 【質問 15】 歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）

（男子）



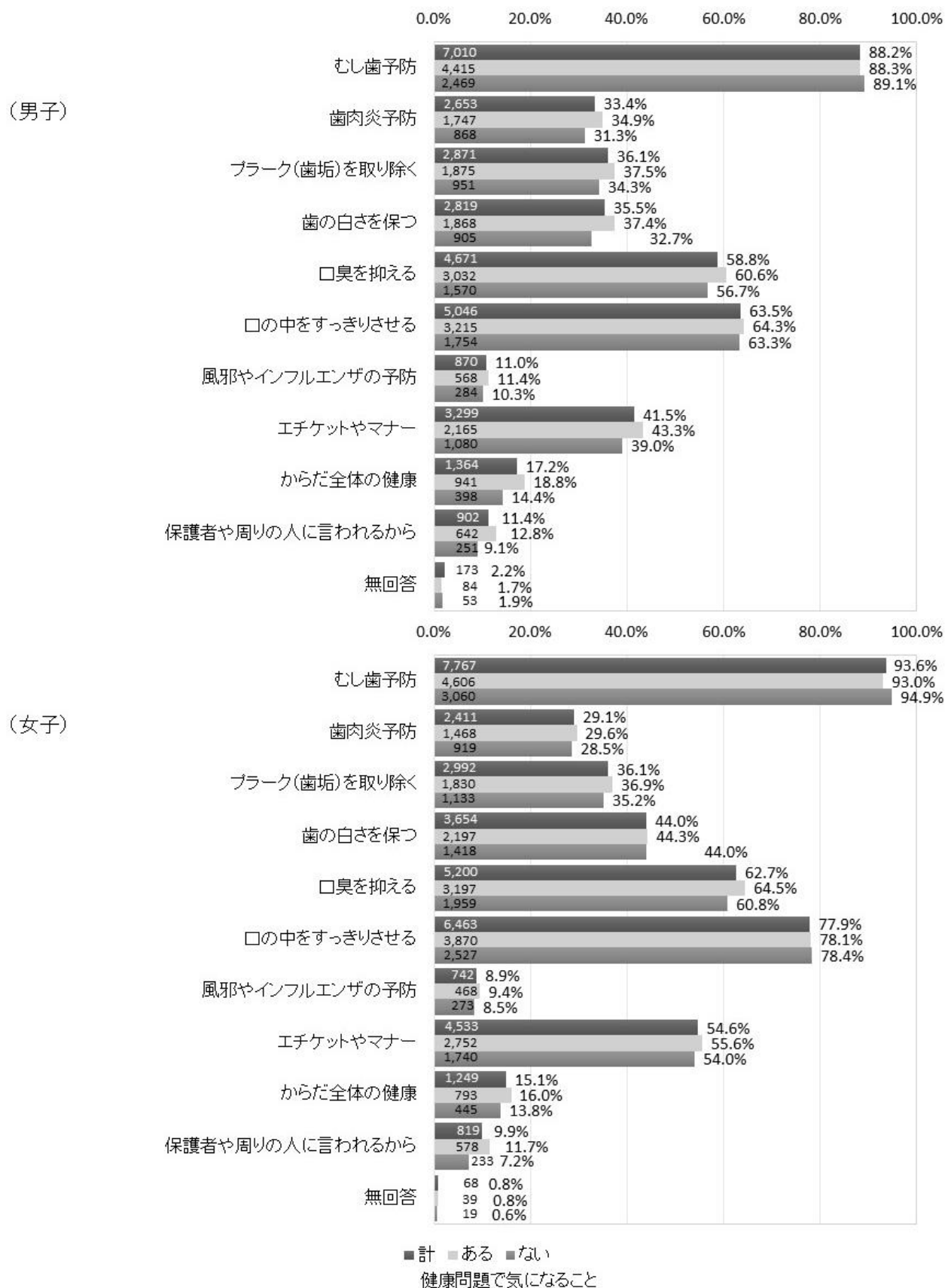
（女子）



■ 計 ■ ある ■ ない  
健康問題で気になること

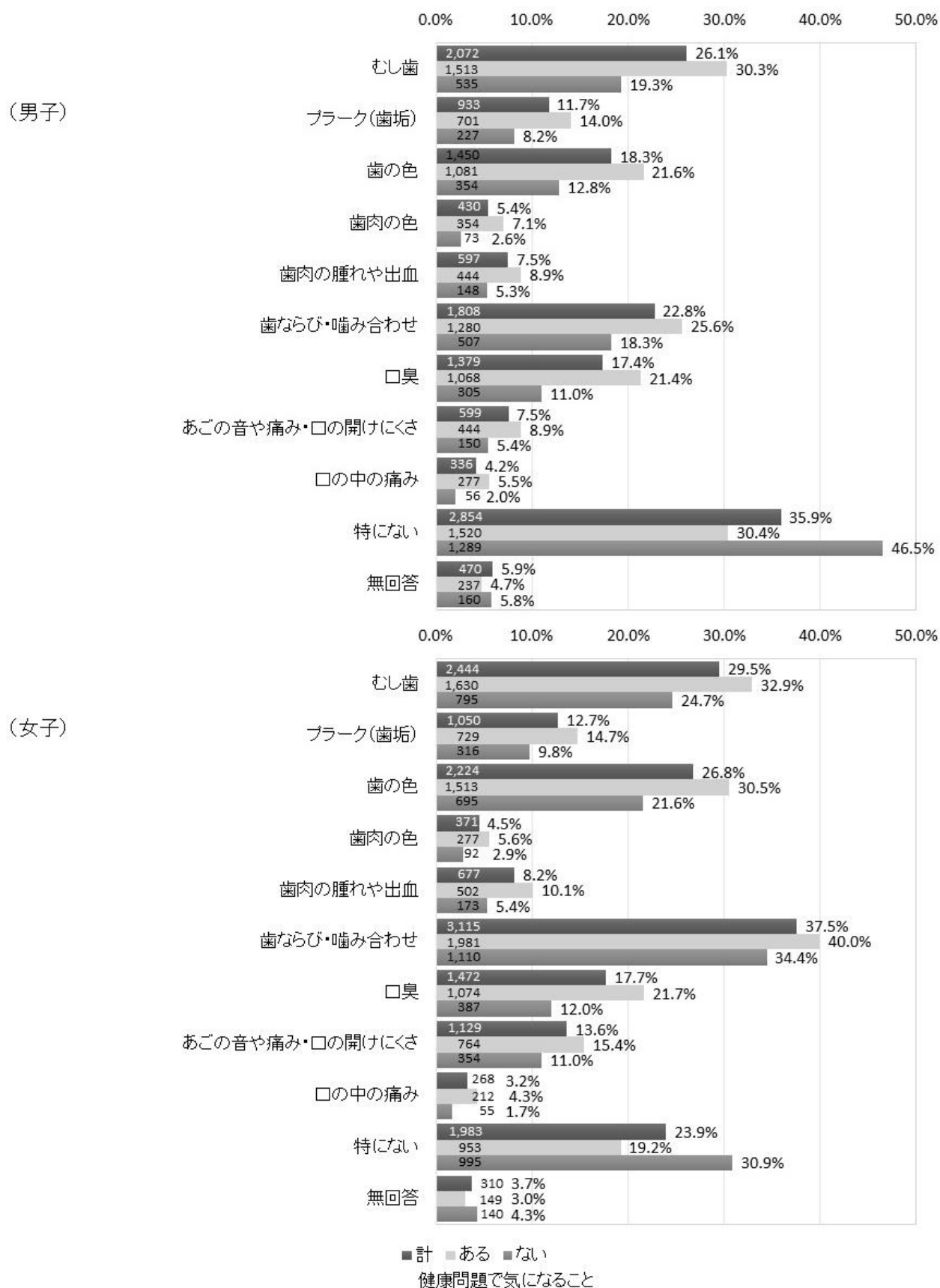
歯みがきは、一般的に「朝食後」「昼食後」「就寝前」が効率的である。夕食後に間食がなければ「夕食後」でも構わない。「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合では、男子は「起床時」「昼食後」「就寝時」が多く、女子は「起床時」「就寝時」で多かった。

19 【質問 16】あなたが歯をみがく理由は何ですか（複数回答）



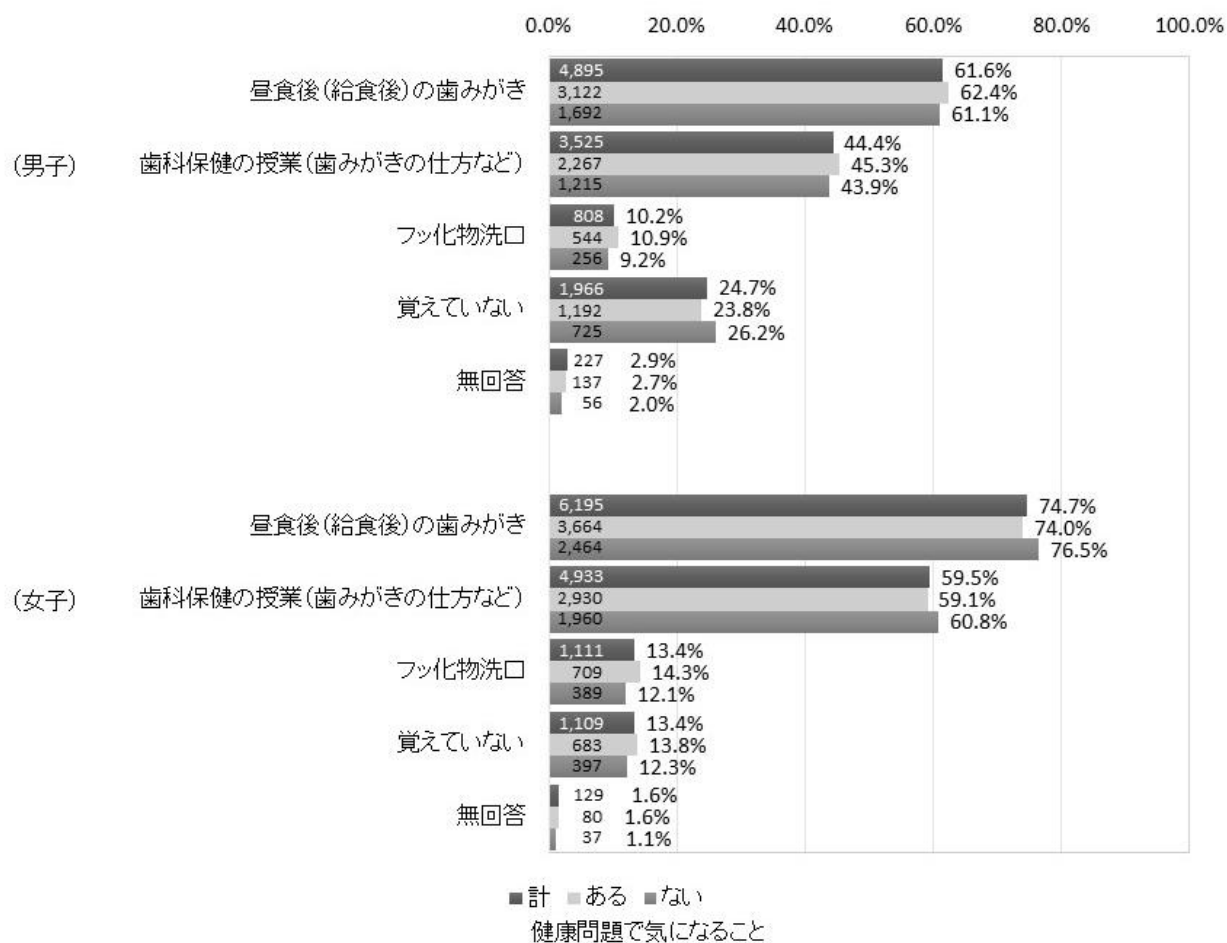
「むし歯予防」は男女ともに、また「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合にかかわらず最も高い値を示した。次いで「口の中をすっきりさせる」「口臭を抑える」「エチケットやマナー」の順であった。「健康問題で気になることがある」と「なし」での差は顕著に認められなかった。

20 【質問 17】 最近、口の中で気になることはありますか（複数回答）



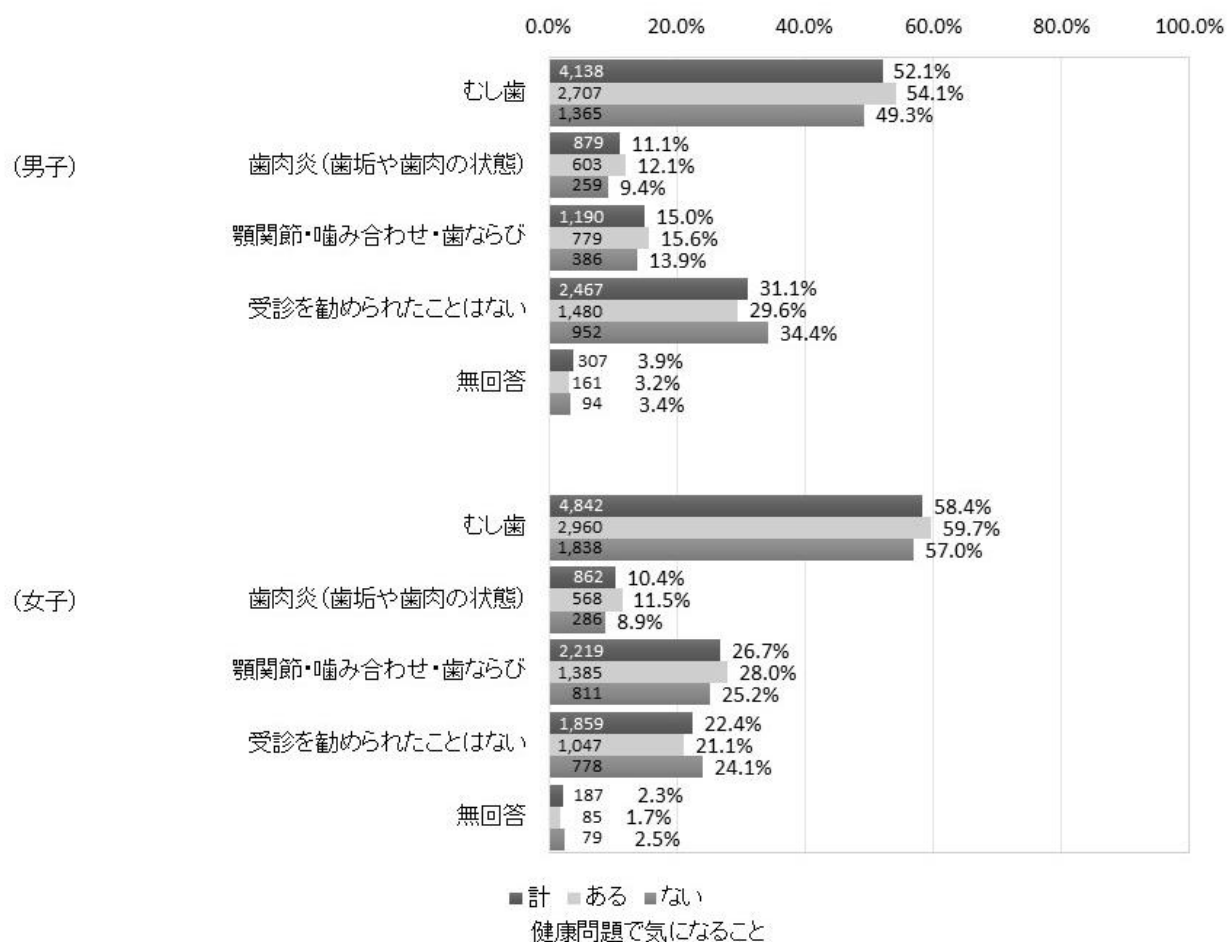
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒では、多くの項目で高い値を示していた。

21 【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（複数回答）



「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合では、男子では「昼食後の（給食後）の歯みがき」「歯科保健授業（歯みがきの仕方など）」「フッ化物洗口」で僅かに高い値を示し、女子では「フッ化物洗口」でのみ僅かに高い値を示していた。

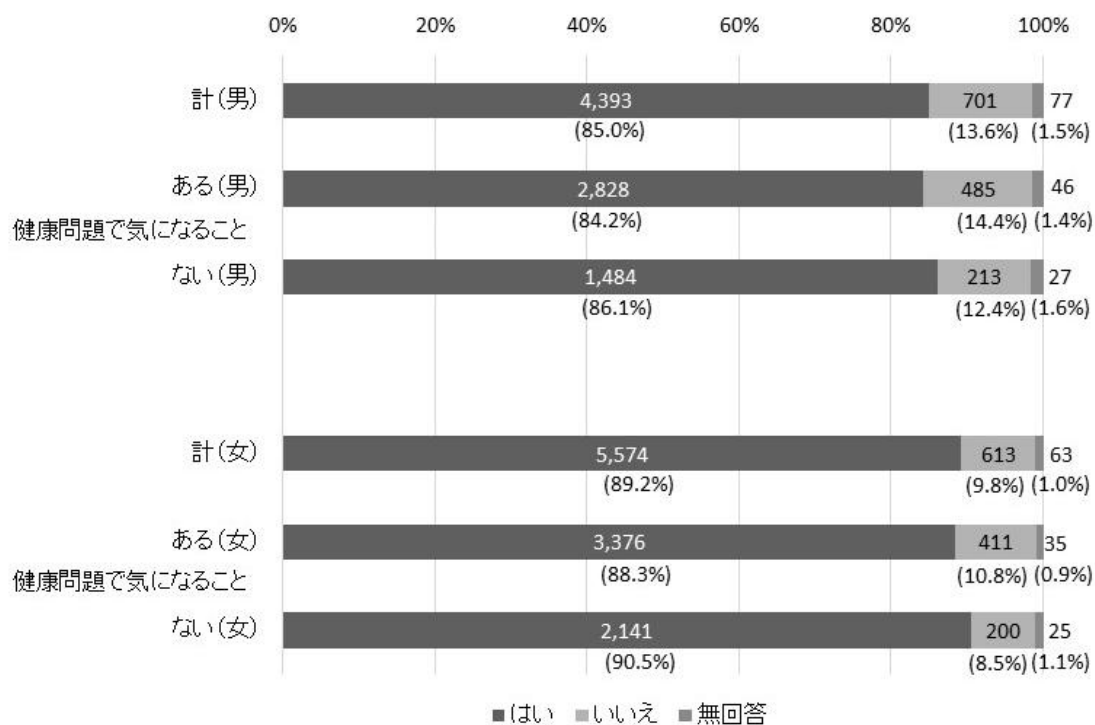
22 【質問 19】小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（複数回答）



「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合は男女ともに、「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」で受診を勧められたことでやや高い値を示し、「受診を勧められたことがない」で低い傾向が認められた。

## 23 【質問 20】 歯科医院等を受診しましたか

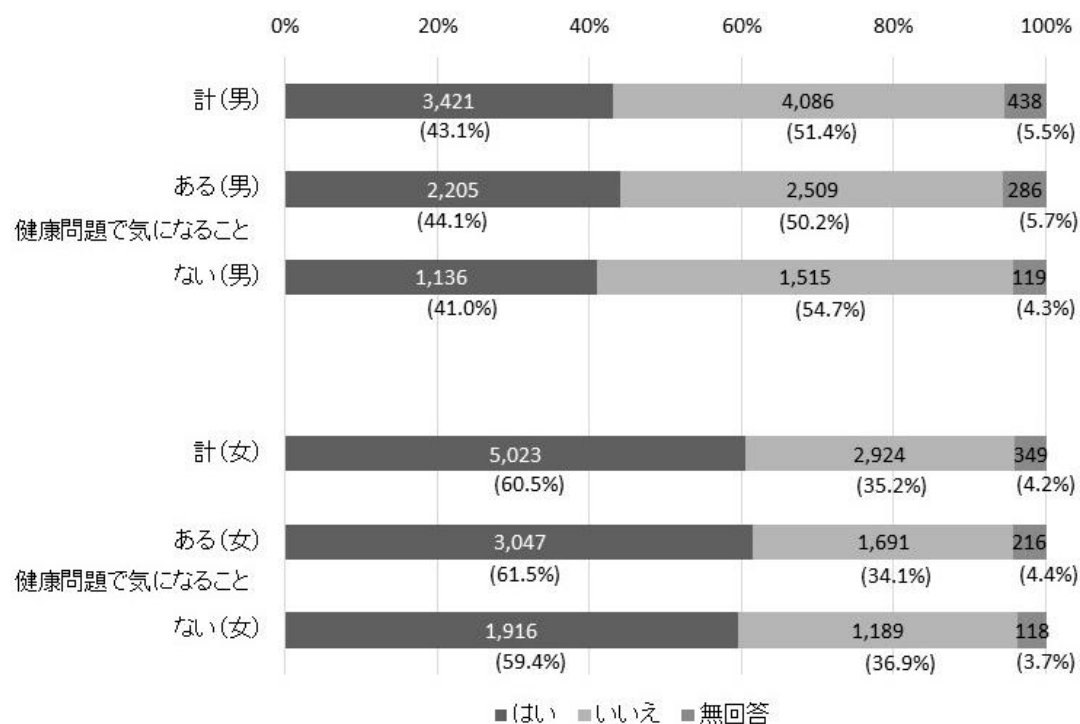
【質問 19 で「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」と回答した生徒が集計対象】



男女ともに歯科医院等を受診した生徒は、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で低い傾向を示していた。男子よりも女子でやや高い傾向が認められた。

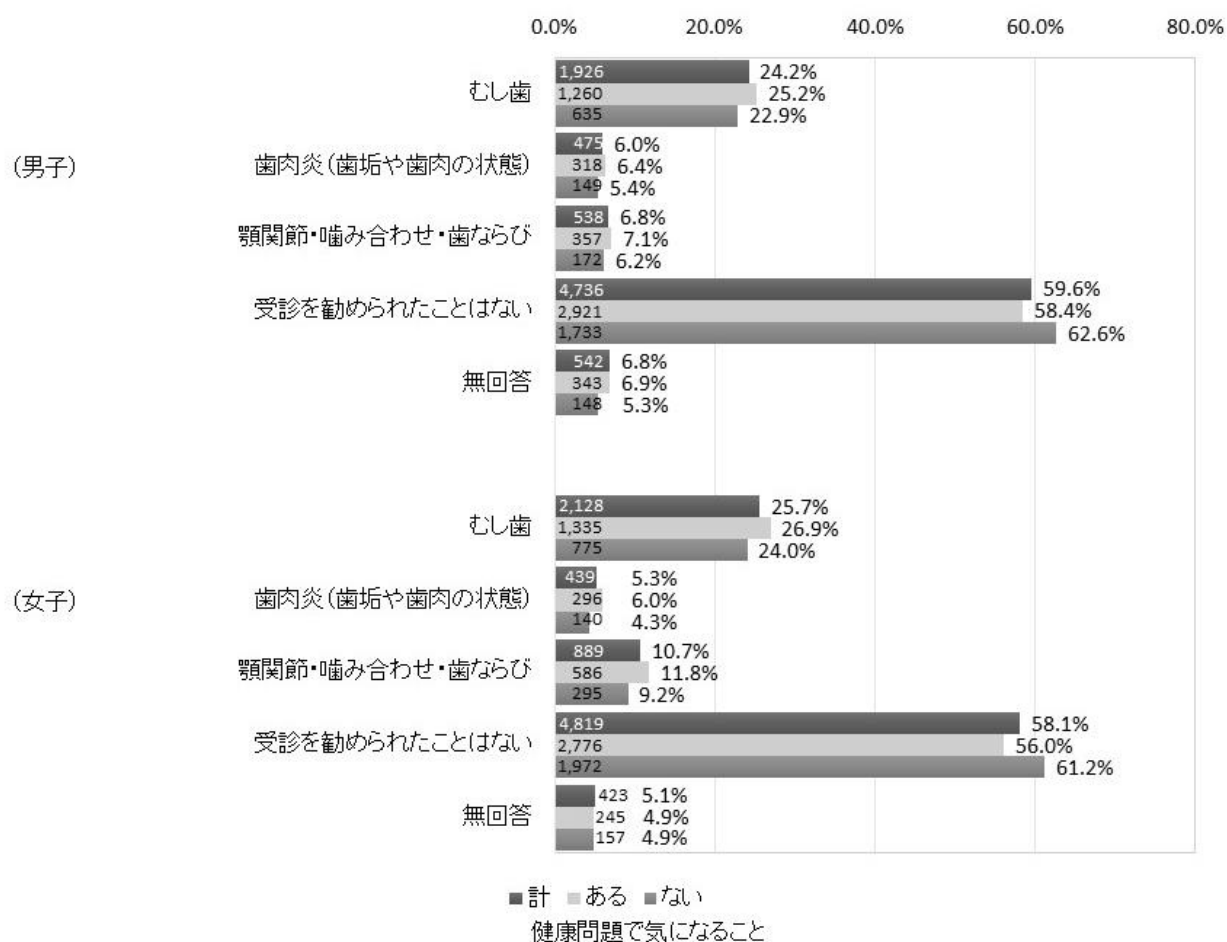


24 【質問 21】小学生の時に、家庭で仕上げみがきをしてもらったことがありますか



小学生の時に、家庭で仕上げみがきをしてもらったことがある生徒は、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合で高い値を示していた。男女差では、男子よりも女子で高い傾向が認められた。

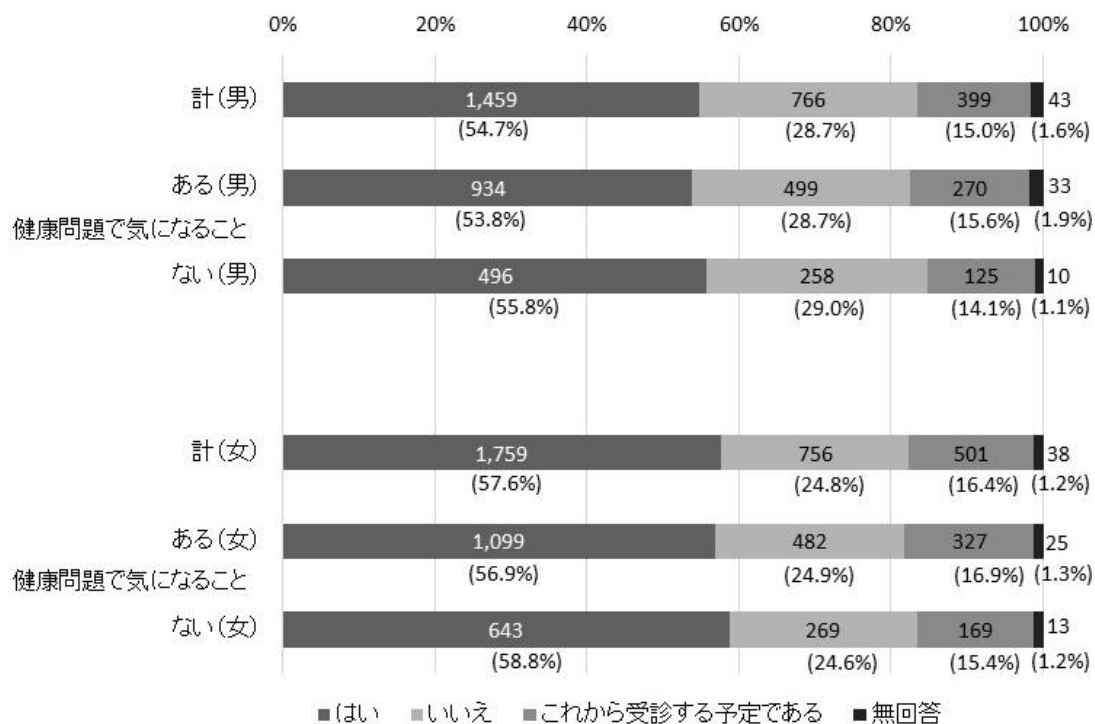
25 【質問 22】 高校生になって、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（複数回答）



「健康問題で気になることがある」と回答した生徒の割合は男女ともに、「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯並び」で受診を勧められたことでやや高い値を示し、「受診を勧められたことがない」で低い傾向が認められた。男女の比較では、大きな差異は認められなかった。

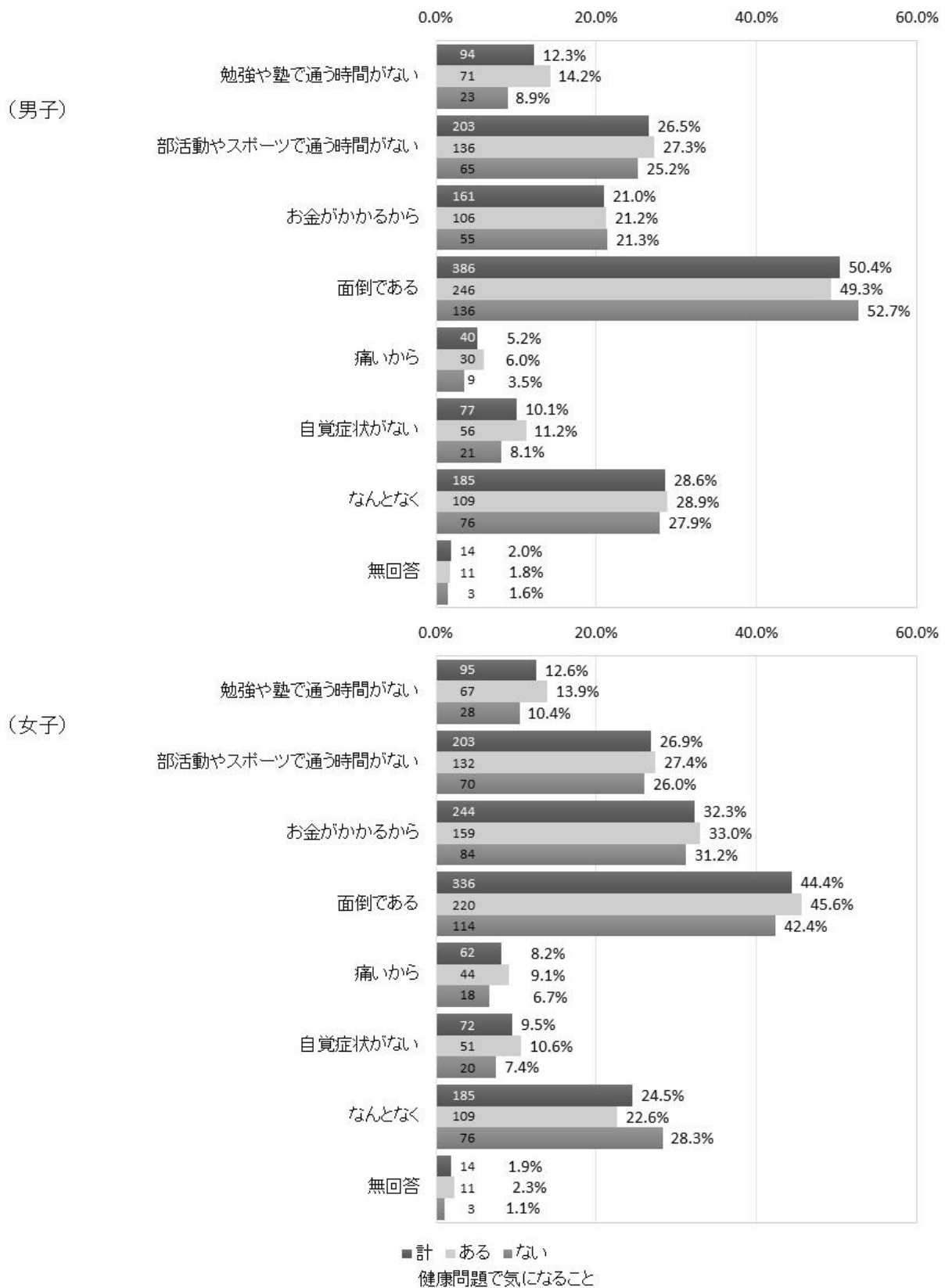
## 26 【質問 23】 歯科医院等を受診しましたか

【質問 22 で「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」と回答した生徒が集計対象】



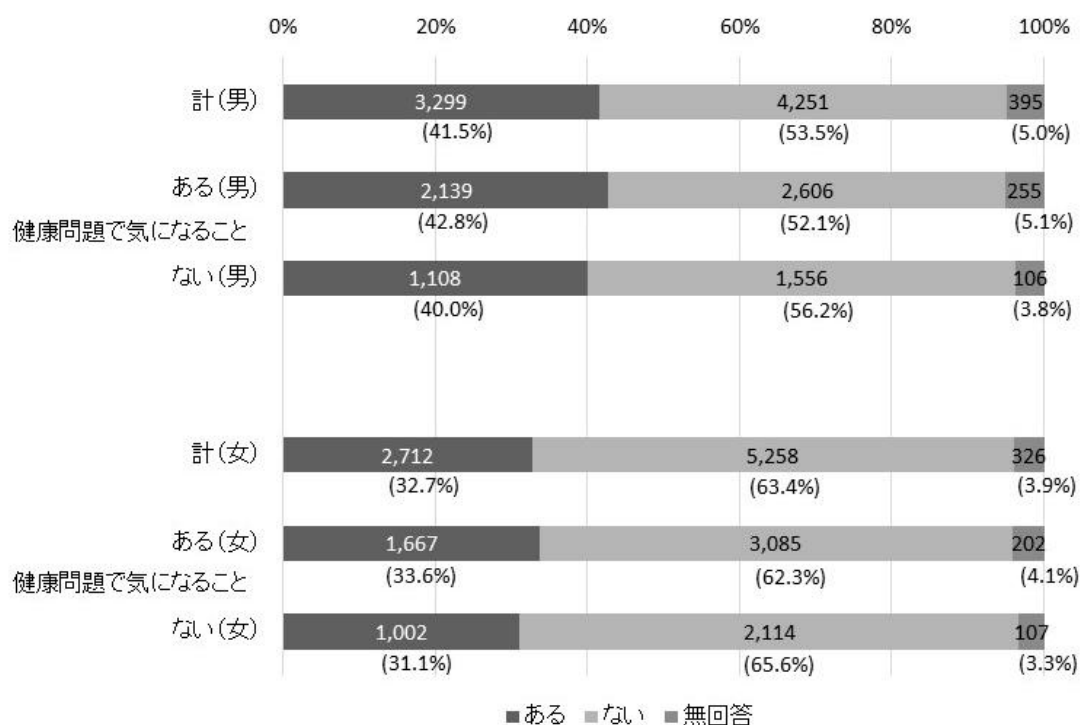
男女ともに歯科医院等を受診した生徒は大きな差異は認められなかった。

27 【質問 24】 歯科医院等を受診しない理由はなんですか（複数回答）  
【質問23で「いいえ」と回答した生徒が集計対象】



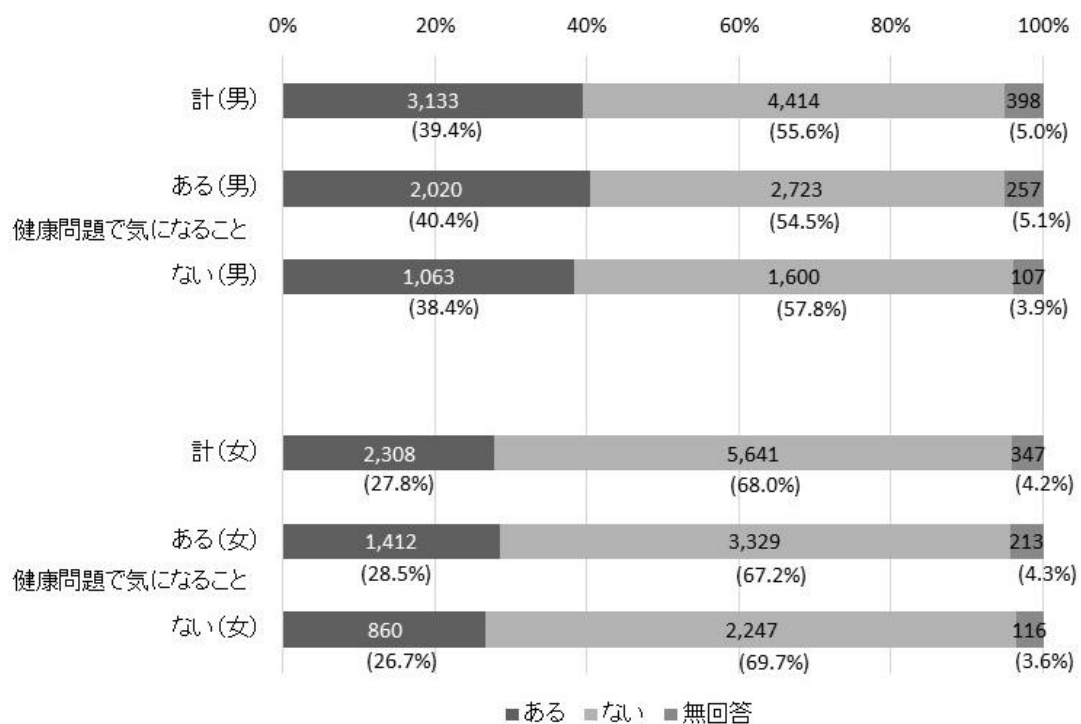
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒では、ほとんどの項目で高い値を示した。男女ともに「面倒である」が最も多く、次いで男子では、「なんとなく」「部活やスポーツで通う時間がない」「お金がかかるから」であり、女子では、「お金がかかるから」「部活やスポーツで通う時間がない」「なんとなく」の順であった。

28 【質問 25】高等学校に入学してから、けがをして医療機関を受診したことはありますか



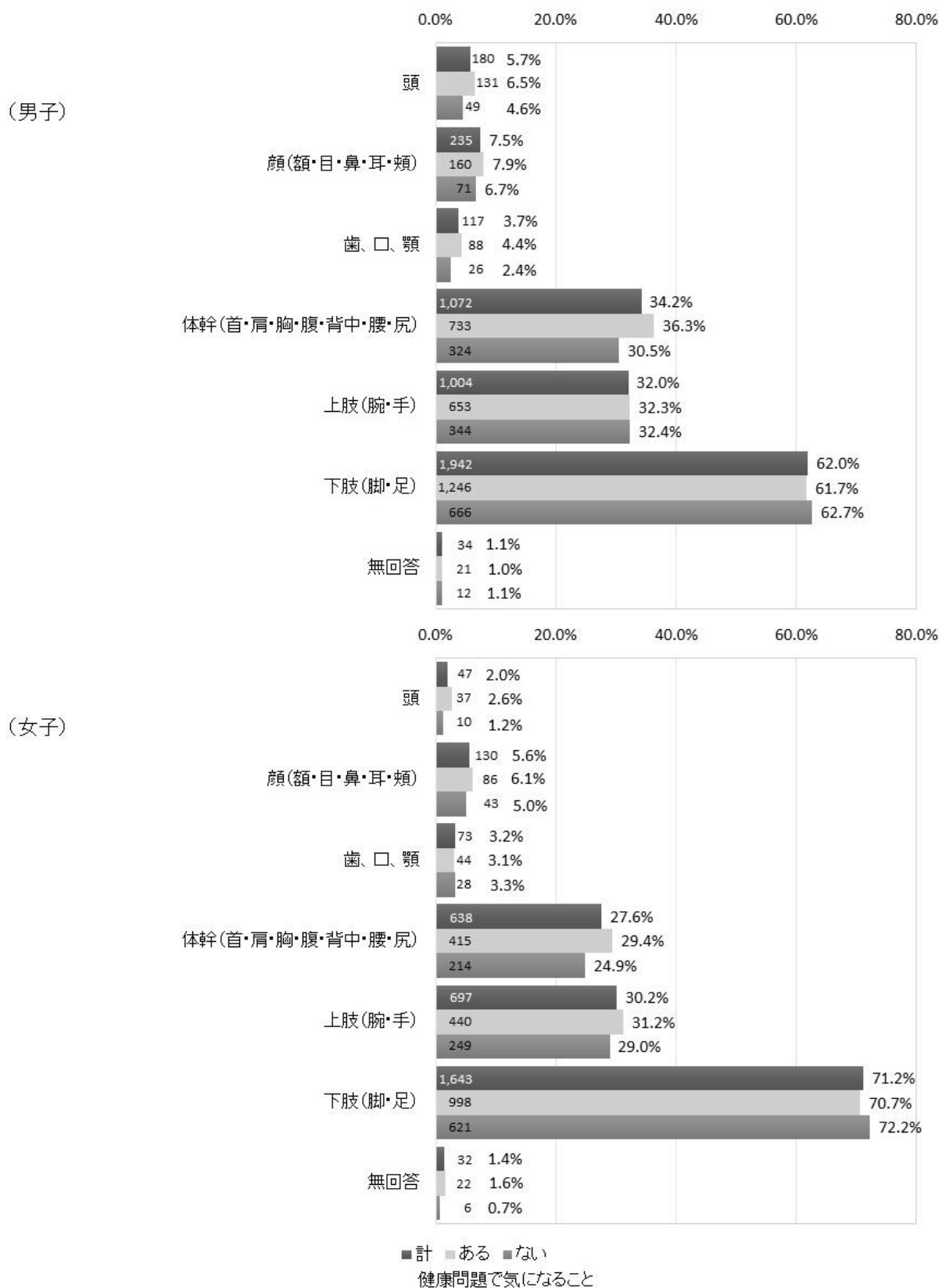
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で「けがをして医療機関を受診したこと」の割合がやや高い傾向が認められた。女子よりも男子で高い傾向が認められた。

29 【質問 26】高等学校に入学してから、運動・スポーツでけがをして医療機関を受診したことはありますか



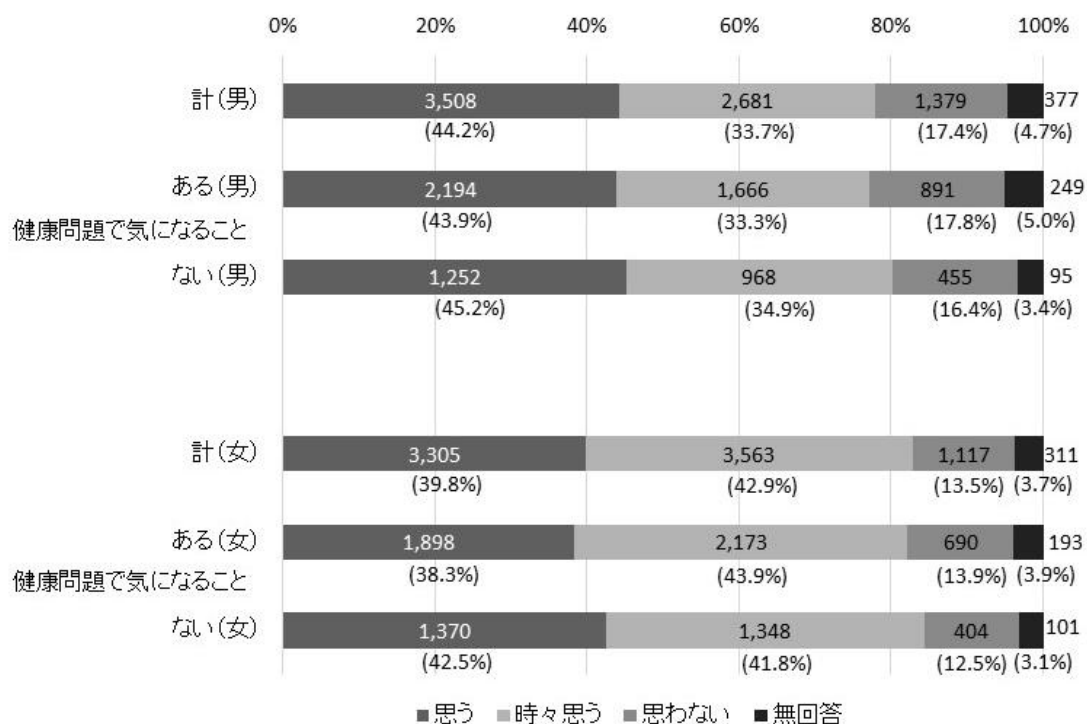
「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で「けがをして医療機関を受診したこと」の割合がやや高い傾向が認められた。女子よりも男子で高い傾向が認められた。

30 【質問 27】 けがをした体の部位はどこですか（複数回答）  
【質問26で「ある」と回答した生徒が集計対象】



「健康問題で気になることがある」と回答した生徒では、男女ともに、「下肢」が最も多く、次いで「上肢」「体幹」であった。「健康問題で気になることがある」と回答した生徒と「ないと回答した生徒間では、男子で「頭」「顔」「歯」「体幹」でやや高い傾向が認められ、女子では「頭」「顔」「体幹」「上肢」でやや高い傾向が認められた。

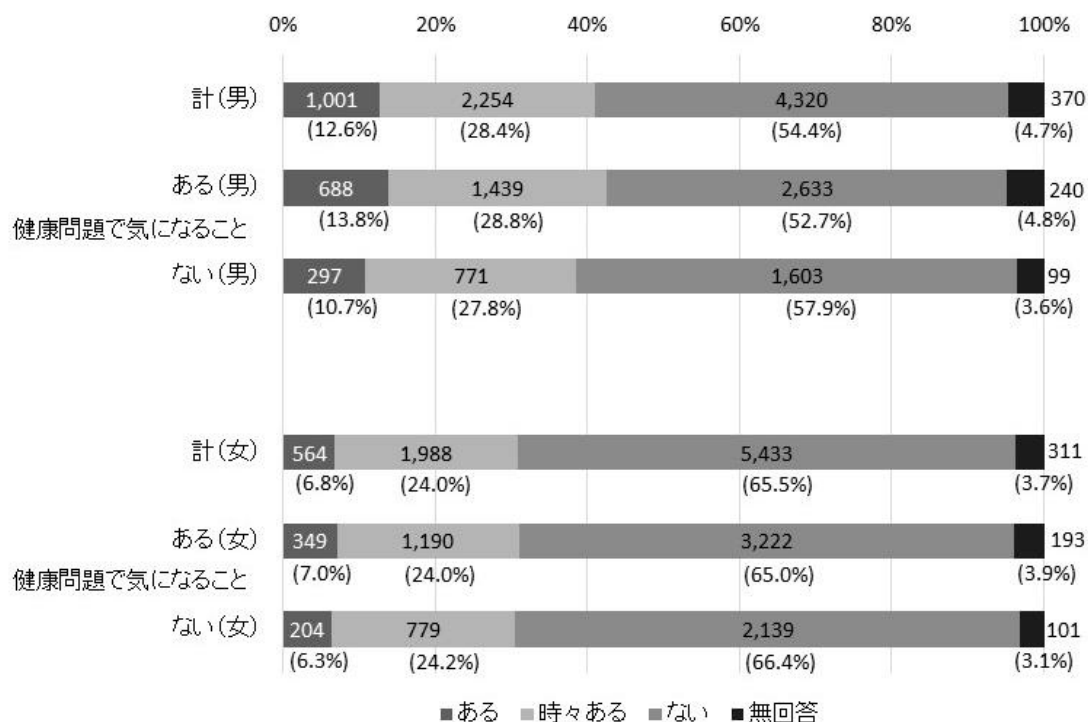
31 【質問 28】あなたは、自分の工夫や努力によってけがを防げると思いますか



「健康問題で気になることがある」と回答した生徒では男女ともに、「思う」「時々思う」と回答した生徒が低い傾向を示した。男子よりも女子でやや高い傾向が認められる。

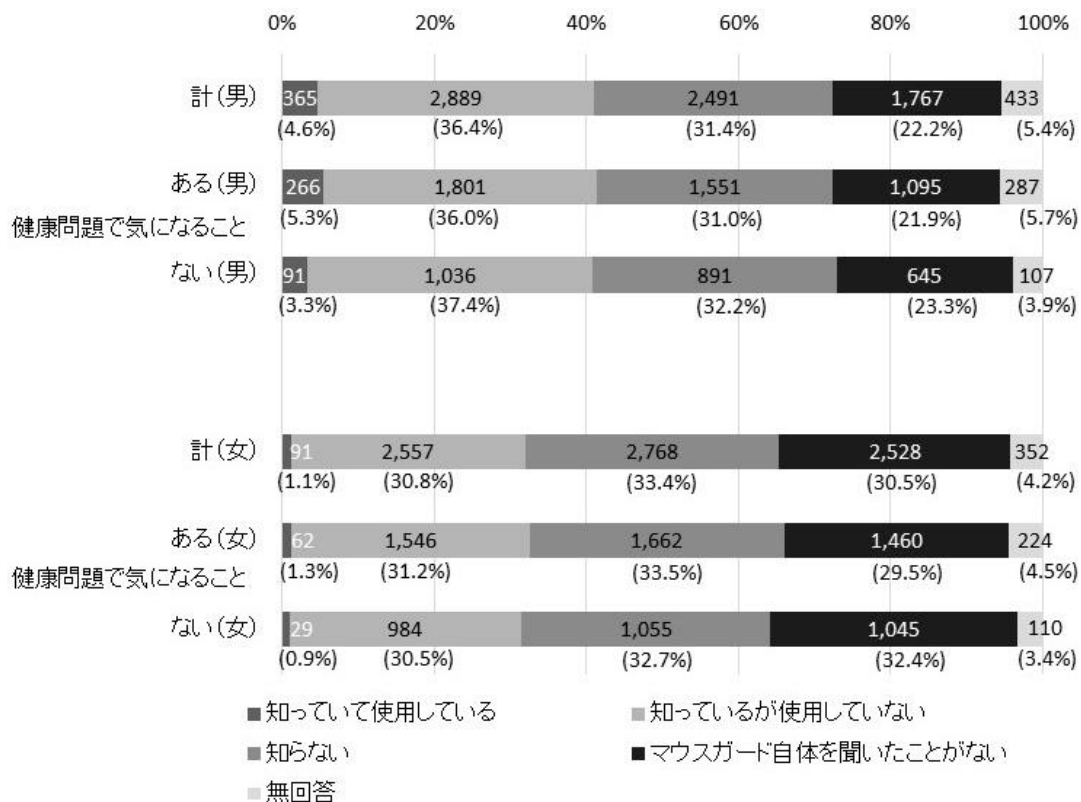


32 【質問 29】あなたは、スポーツをする時、けがの防止について仲間と話し合うことはありますか



「あなたは、スポーツをする時、けがの防止について仲間と話し合うことはありますか」に「ある」「時々ある」と回答した生徒は、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で男子で高い値を示した。

33 【質問 30】スポーツマウスガードは歯・口のけが防止に有効であることを知っていますか



「スポーツマウスガードは歯・口のけが防止に有効であることを知っていますか」に「知っていて使用している」「知っているが使用していない」と回答した生徒は、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒で、男女ともに、僅かに高い値を示した。女子よりも男子で高い傾向が認められた。

## 「健康問題で気になることの有無」による分析の結果から

委員長 安井 利一  
(明海大学学長)

埼玉県の高校生において「健康問題で気になることがある」生徒の分析を実施して次のような結果を得ることができた。

- 1) 「健康問題で気になることがある」生徒は定時制高校でやや多いため19歳以上で多くなる傾向であった。
- 2) 男女の比較では「健康問題で気になることがある」生徒は、男子で62.9%、女子で59.7%であった。
- 3) 午前0時前に就寝する生徒は「健康問題で気になることがない」生徒でやや多く認められ、「すぐに眠れる」割合も高かった。
- 4) 朝食については「健康問題で気になることがない」生徒において毎日食べている生徒が男子75.3%、女子82.0%と高い状態であった。
- 5) 「手洗いやうがい」の習慣については「健康問題で気になることがない」生徒で男子62.5%、女子70.6%と高くなっていた。
- 6) 「健康問題で気になることがある」生徒において、男女ともに健康問題としては「睡眠不足」「不規則な生活習慣」「運動不足」「視力の問題」であり、女子ではさらに「肥満ややせ」も高い値を示した。
- 7) 歯・口の健康への関心については、男女ともに「気になることがある」と回答した生徒でやや高く、自信については反対に「気になることがない」生徒でやや高い値を示した。
- 8) 高校入学後の「けが」については、「健康問題で気になることがある」と回答した生徒が男女ともにやや高い傾向を示した。

~~~~~  
総じて、「健康問題で気になることがない」生徒において、就寝時間、朝食の摂取状況、手洗いやうがいなどの基本的な生活習慣が自立している生徒が多く、一方で、「健康問題で気になることがある」生徒においては、睡眠時間、不規則な生活習慣、運動不足、視力の問題などで高い値を示し、さらに女子においては「肥満ややせ」の問題などの課題があると推察された。

V 「その他の質問（6項目）」による分析

1 「その他の質問（6項目）」の分析について

埼玉県においては、埼玉県学校保健会並びに高等学校関係者の多大な協力を得て、高校生の歯科保健の実態について明らかにしてきたが、さらに、高校生の健康の保持増進を図るための指導あるいは個別の指導に関連すると思われる項目間での対応を検討するために調査分析を行ったので報告する。

2 調査の方法と内容

本調査は、埼玉県が実施した「高等学校等における歯科保健研究」の調査項目のうち、高校生の健康の保持増進を図るための指導あるいは個別の指導に関連すると考えられる下記6項目を挙げ、この6項目と歯・口の健康に関する項目の間で解析を行った。

【質問6】 食事中は、意識してよく噛んでいますか

【質問10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか

【質問11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか

【質問18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか

【質問19】 小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（複数回答）

【質問20】 歯科医院等を受診しましたか

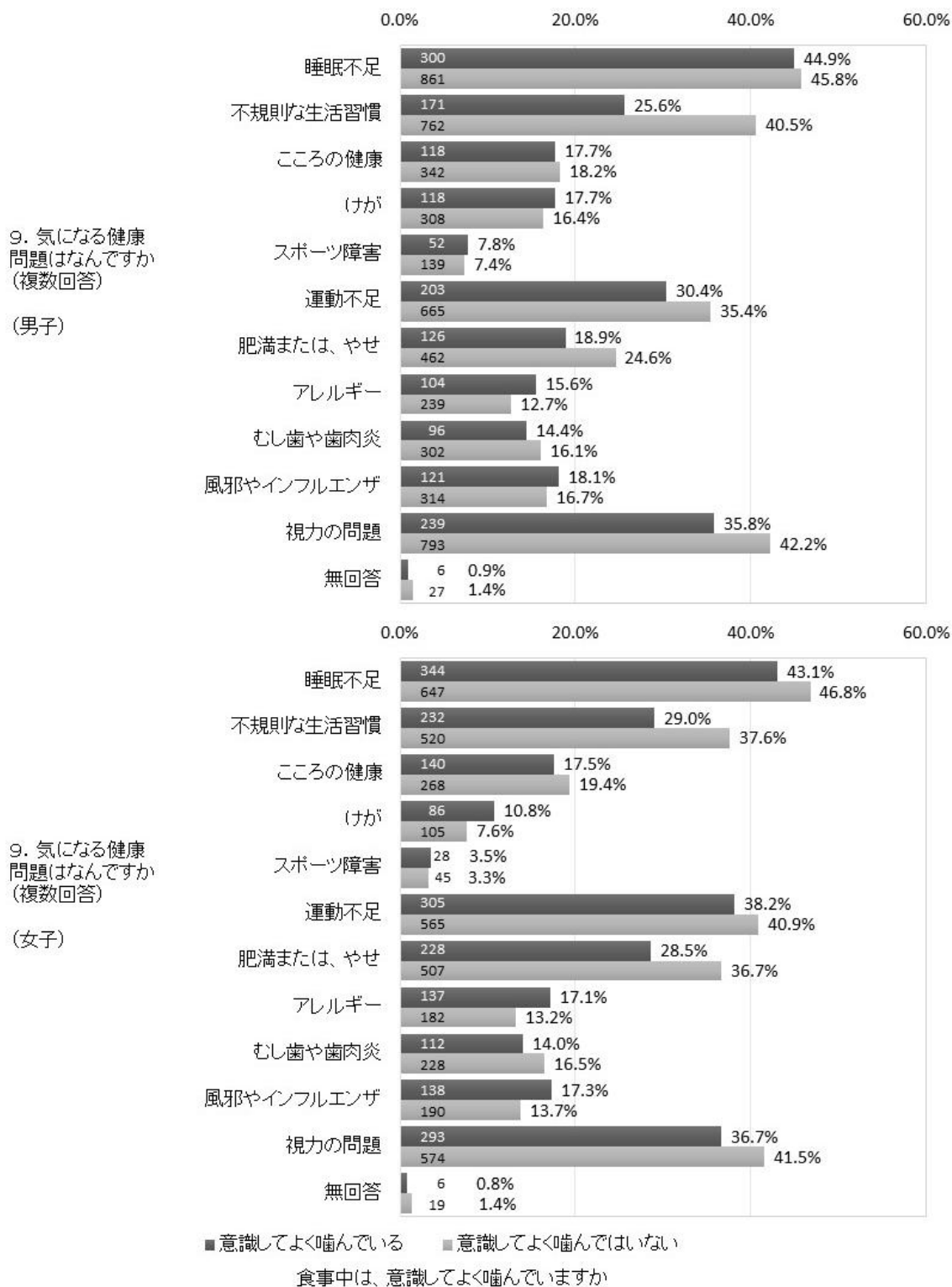
【質問19で「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」と回答した生徒が集計対象】

【質問6】食事中は、意識してよく噛んでいますか（意識してよく噛んでいる・いない別）

VS

【質問9】気になる健康問題はなんですか（複数回答）の出現率

【質問8で「健康問題で気になることがある」と回答した生徒が集計対象】

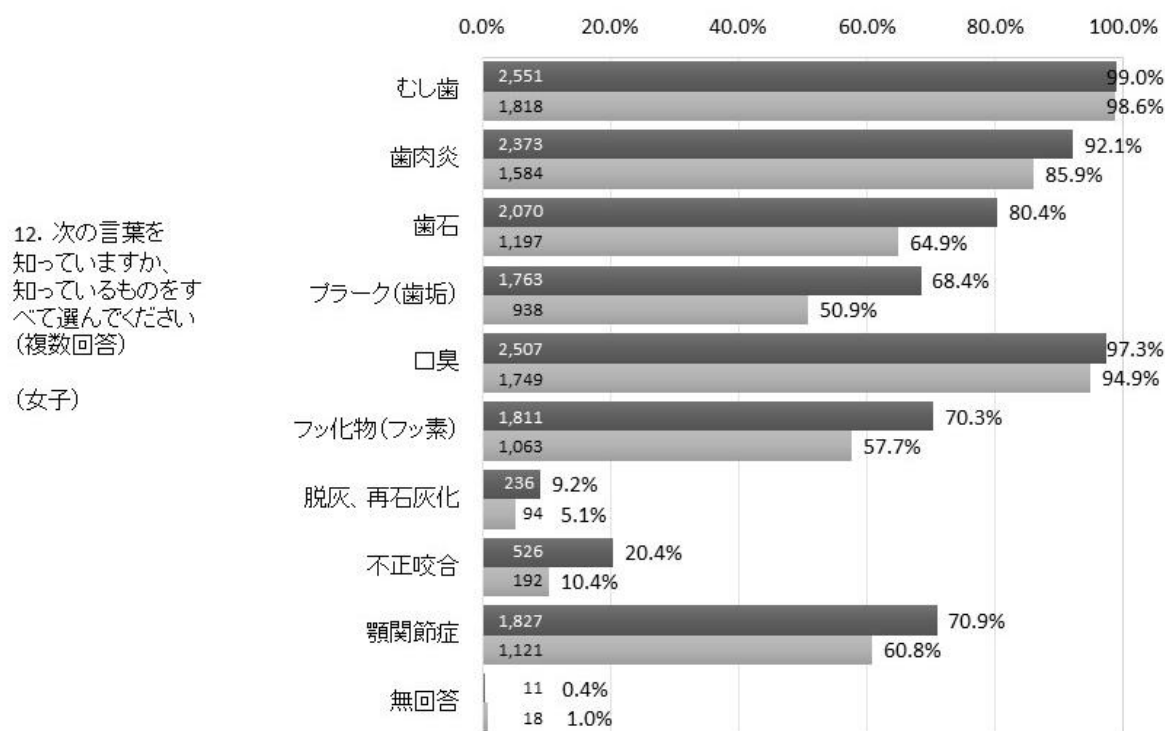
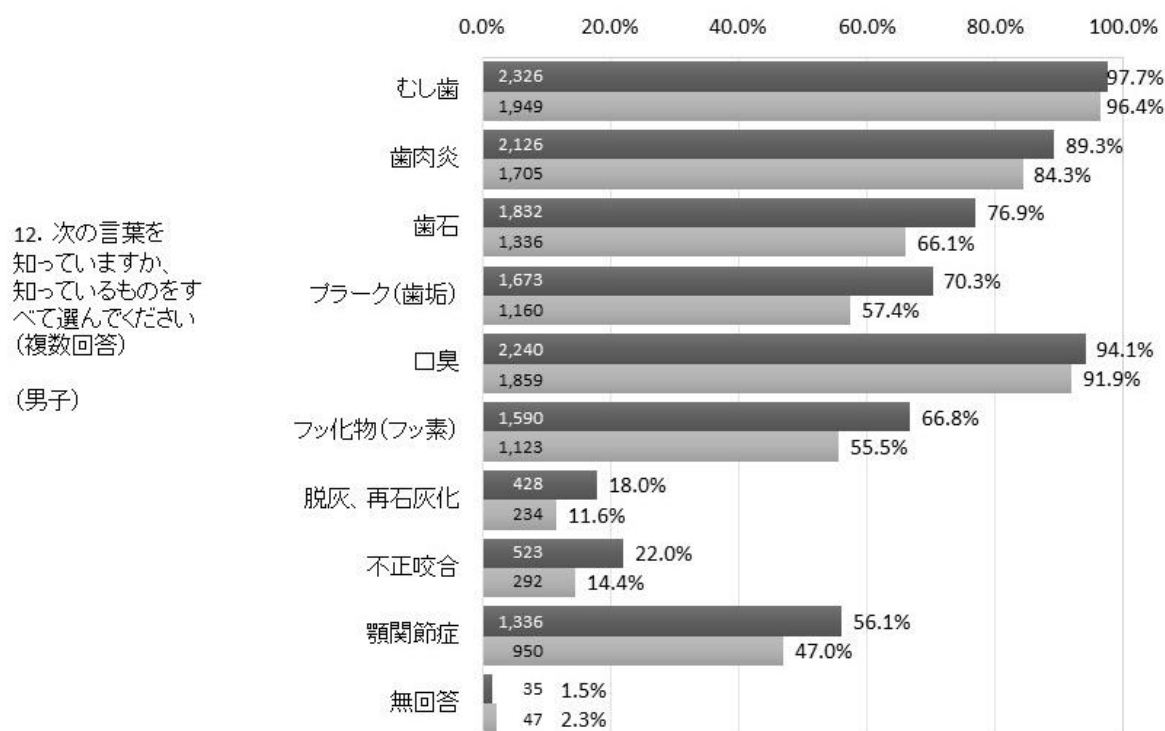


「気になる健康問題はなんですか」に対して「意識してよく噛んでいる」生徒と「意識してよく噛んでいない」生徒との比較では、「不規則な生活習慣」「運動不足」「肥満または、やせ」での差が大きく、特に「肥満」「やせ」と咀嚼との関係について知識の向上を図る必要性が推察された。

【質問 10】自分の歯・口の健康に関心がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 12】次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）の出現率



■ある ■ない

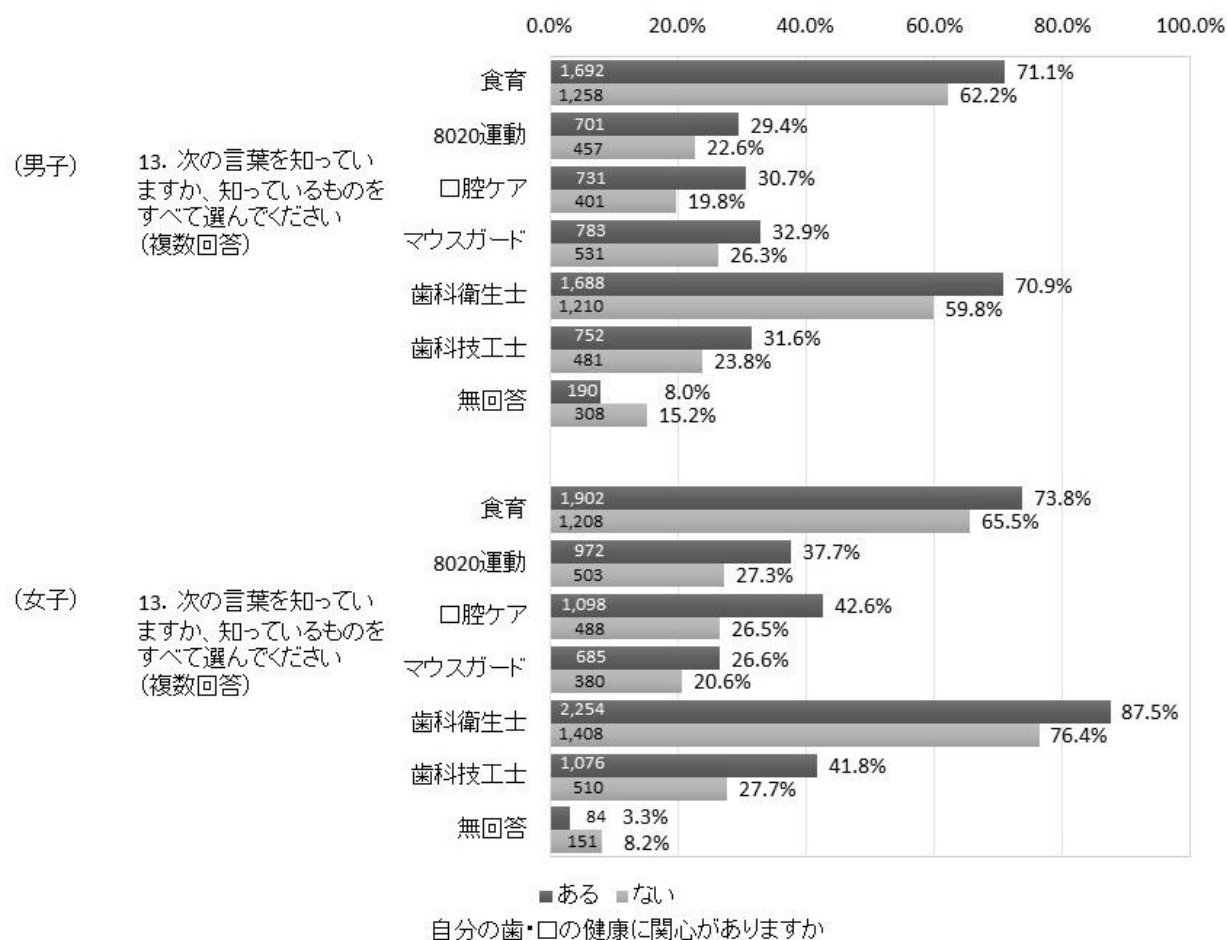
自分の歯・口の健康に関心がありますか

「次の言葉を知っていますか」に対して、「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に「ある」と回答した生徒では、すべての項目を選択する割合が高い傾向を示した。

【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 13】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）の出現率

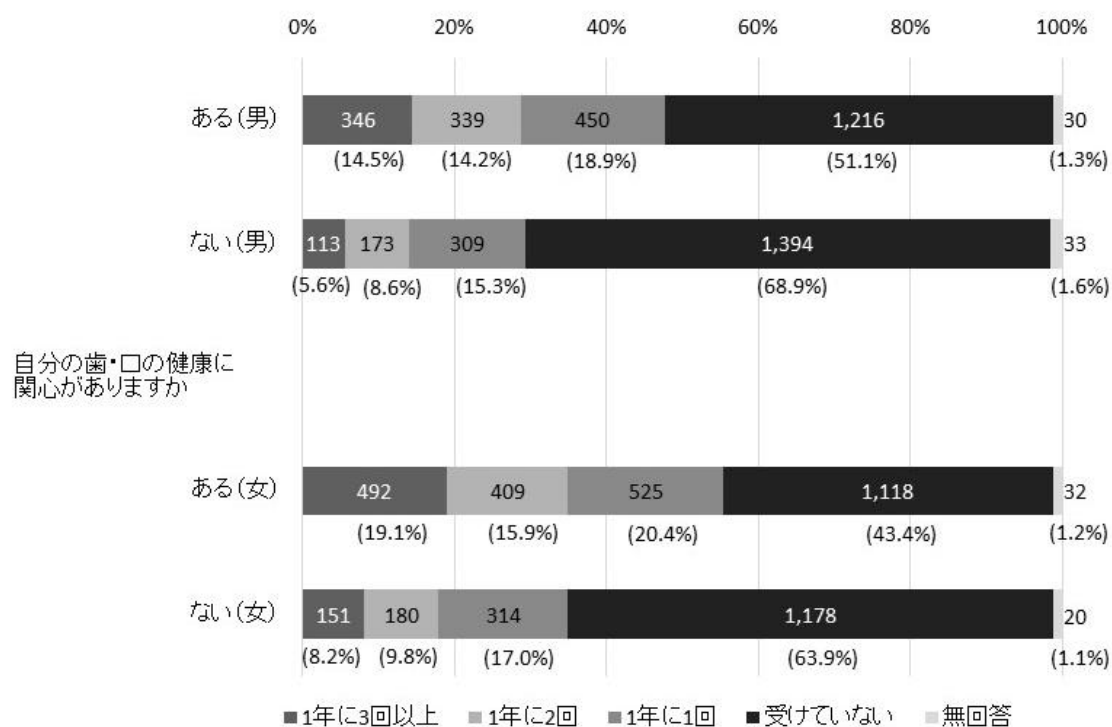


「次の言葉を知っていますか」に対して、「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に「ある」と回答した生徒では、すべての項目で多くの生徒が選択する割合が高い傾向を示した。

【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 14】 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか の出現率



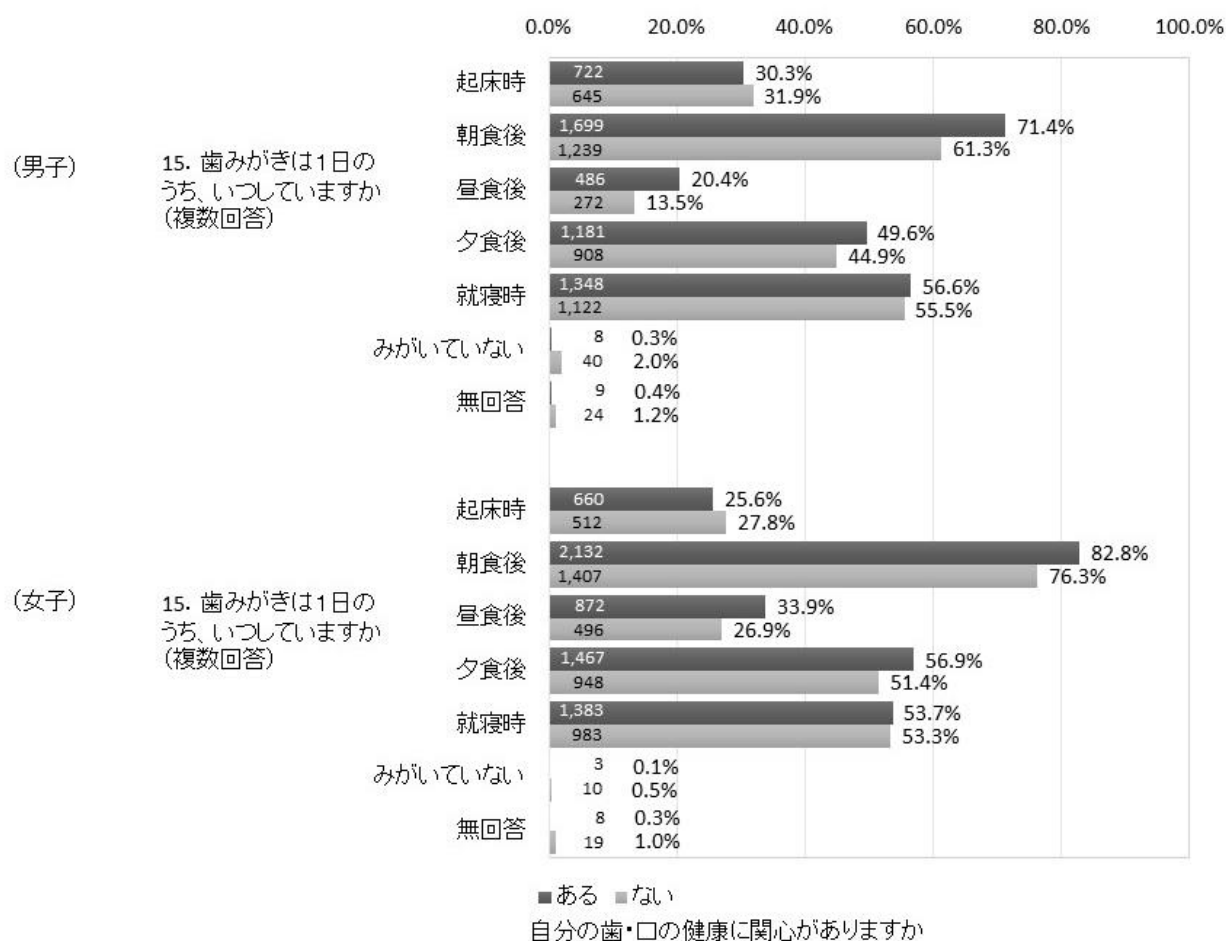
14. 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか

「定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか」に対し、「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に「ある」と回答した生徒で、年に1回以上と回答した生徒は、男子で47.6%、女子で55.4%であり、「ない」と回答した生徒と比較して明らかな差が認められた。

【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 15】 歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）の出現率

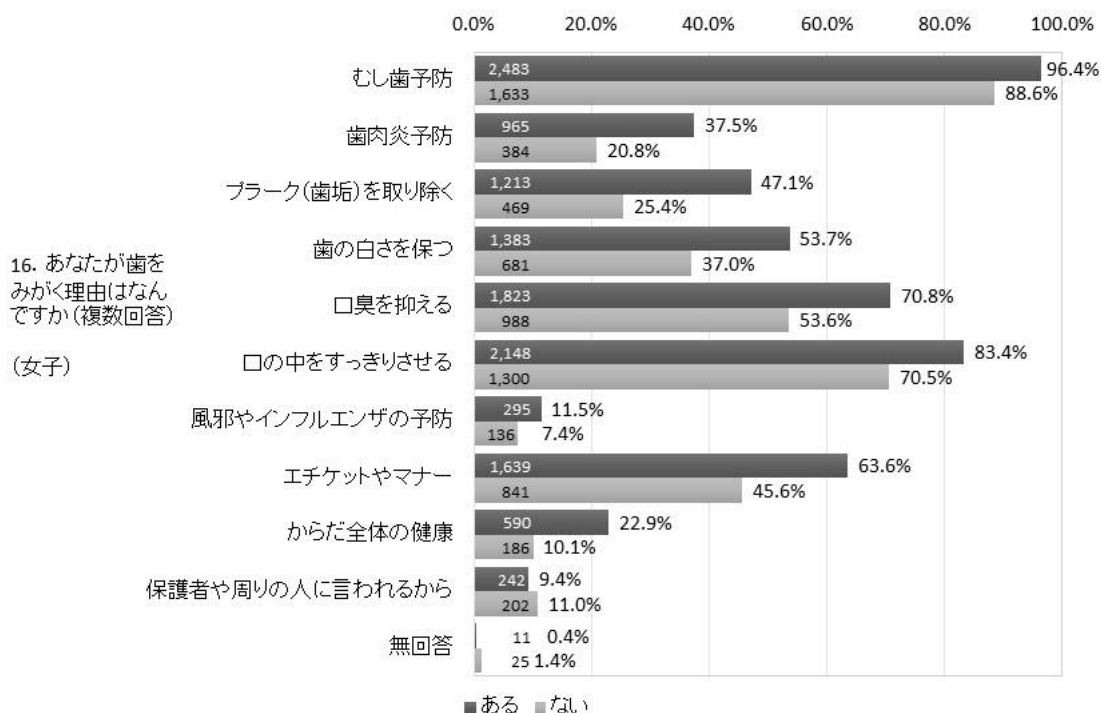
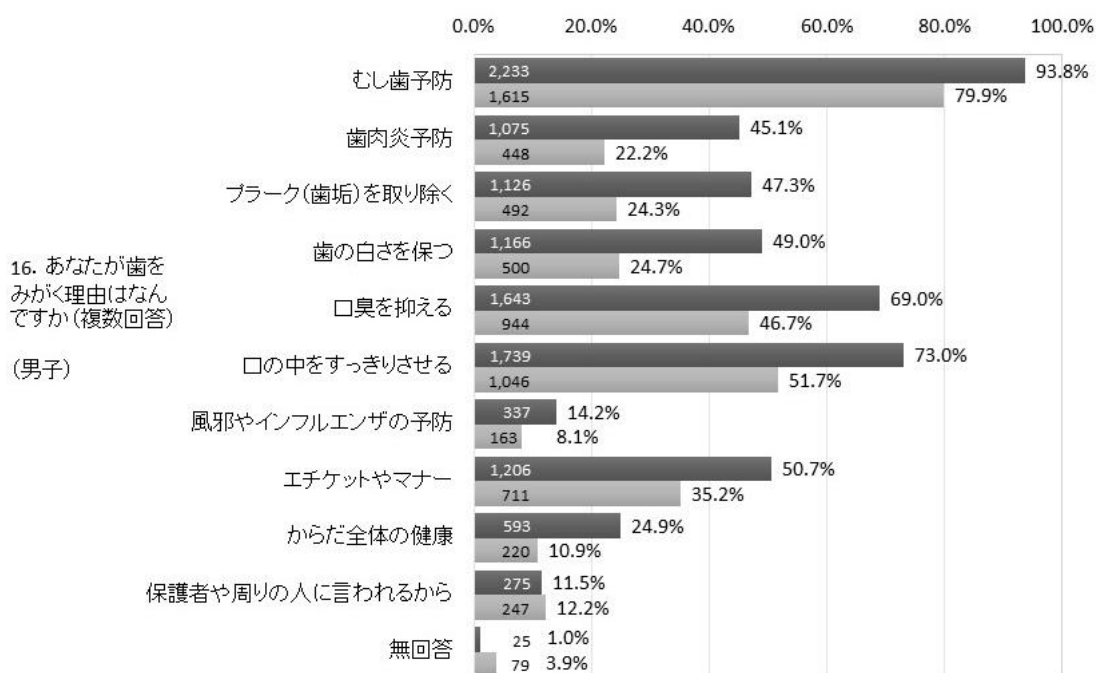


「歯みがきは1日のうち、いつしていますか」に対し、「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに「起床時」以外で高い割合を示し、特に昼食後も含めて食後の行動が高く、関心が知識と連動している可能性も示唆された。

【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 16】 あなたが歯をみがく理由はなんですか（複数回答）の出現率



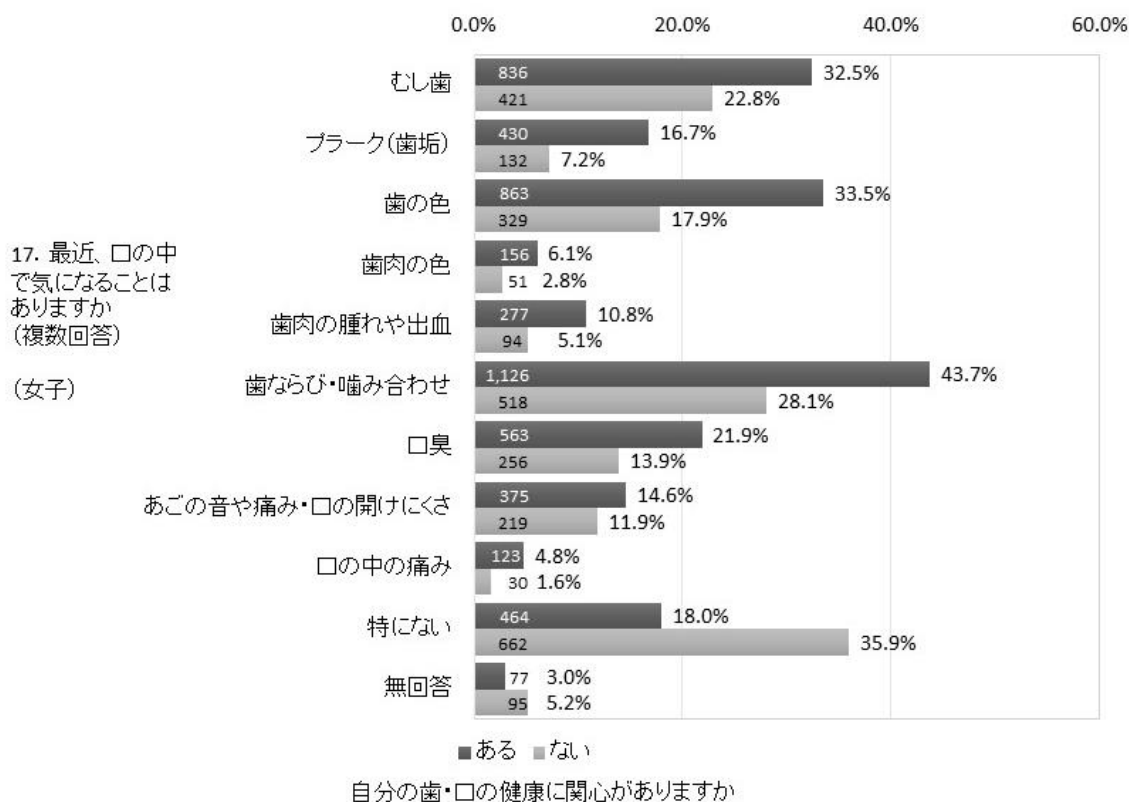
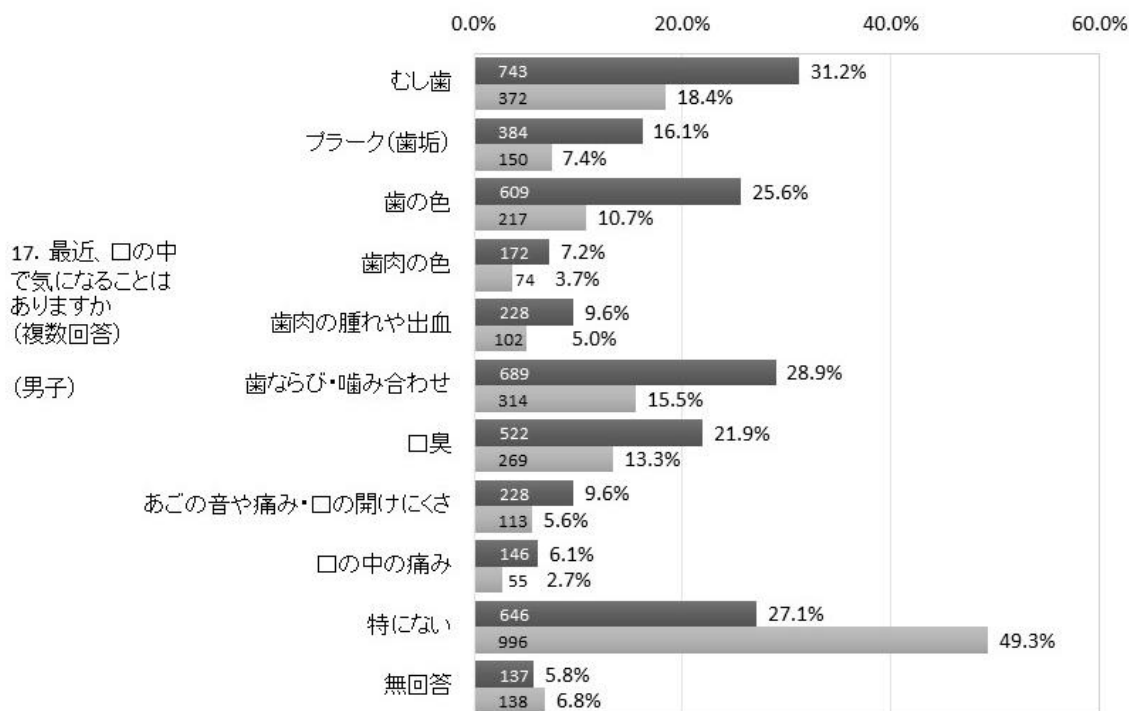
自分の歯・口の健康に関心がありますか

「あなたが歯をみがく理由はなんですか」に対し、「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに「保護者や周りの人に言われるから」以外の項目で高い割合を示し、自律的な歯みがき行動が示唆された。

【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 17】 最近、口の中で気になることはありますか（複数回答）の出現率

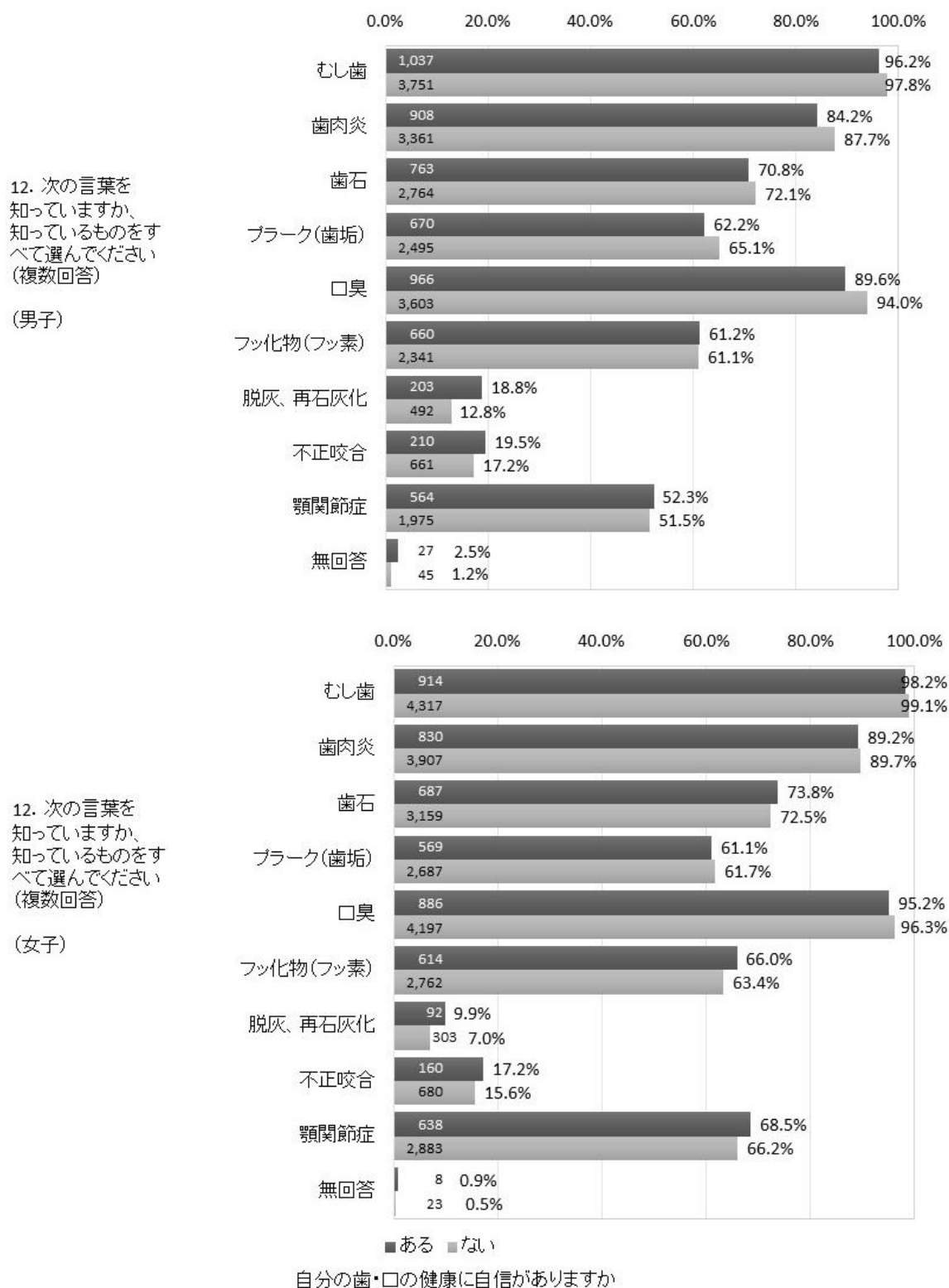


「最近、口の中で気になることはありますか」に対し、「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに「特にない」以外の項目で高い割合を示した。男子では「むし歯」が最も多く、次いで「歯ならび・噛み合わせ」で、女子では「歯ならび・噛み合わせ」が最も多く、次いで「歯の色」「むし歯」であった。

【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 12】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）の出現率

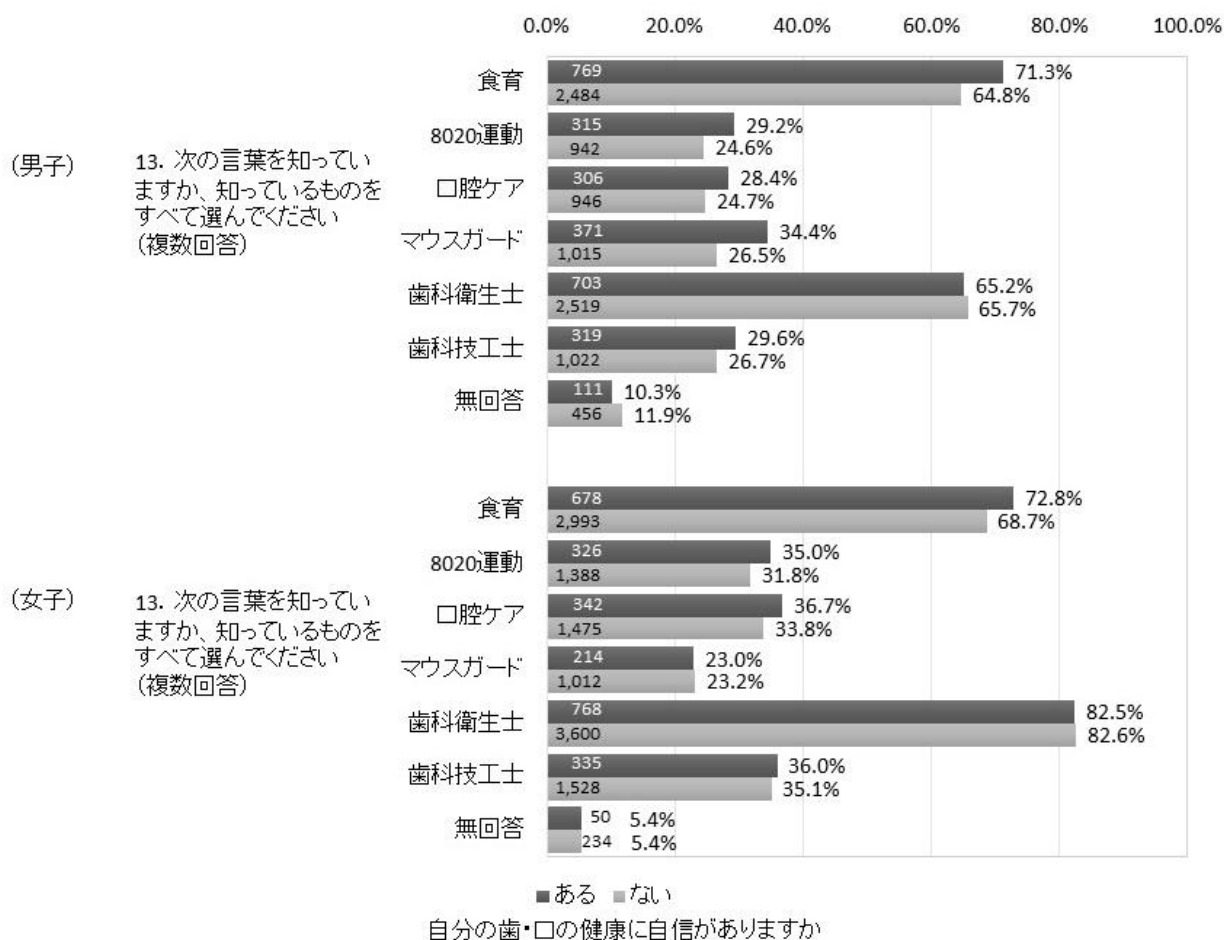


「次の言葉を知っていますか」に対し、「自分の歯・口の健康に自信がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男子では、「脱灰、再石灰化」「不正咬合」で高い割合を示した。女子では、「フッ化物」「脱灰、再石灰化」「不正咬合」で高い割合を示した。

【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 13】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）の出現率

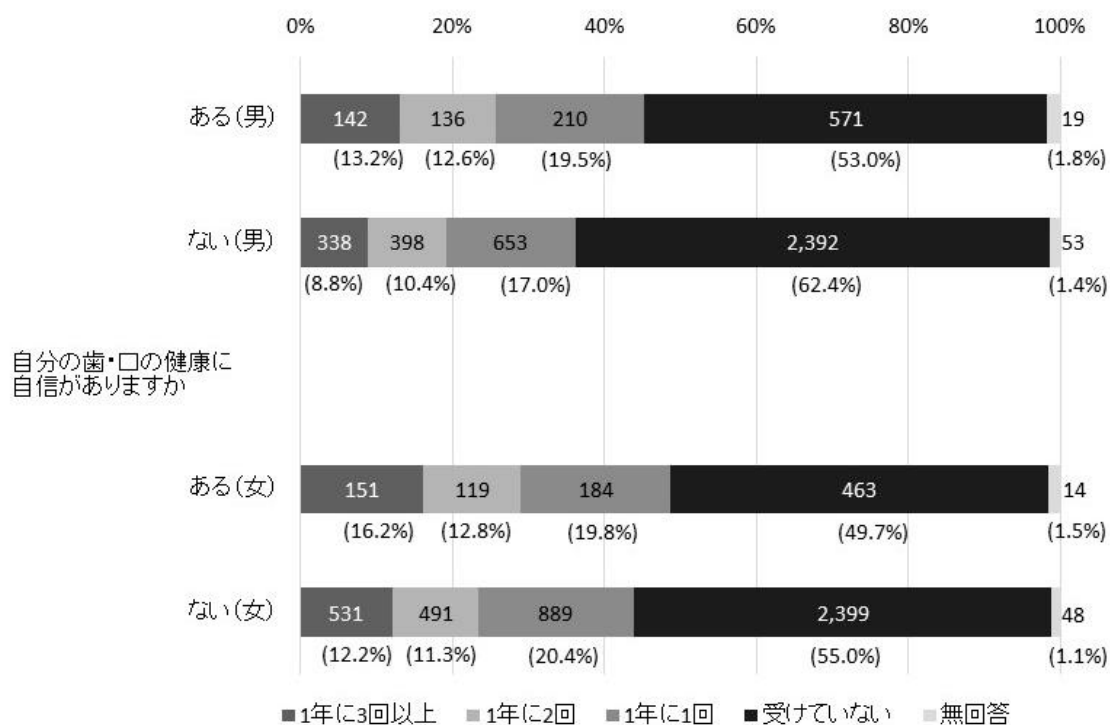


「次の言葉を知っていますか」に対し、「自分の歯・口の健康に自信がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともにほとんどの項目で高い割合の傾向を示し、男子では「食育」が最も多く、次いで「歯科衛生士」「マウスガード」で、女子では「歯科衛生士」が最も多く、次いで「食育」「口腔ケア」であった。

【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 14】 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか の出現率



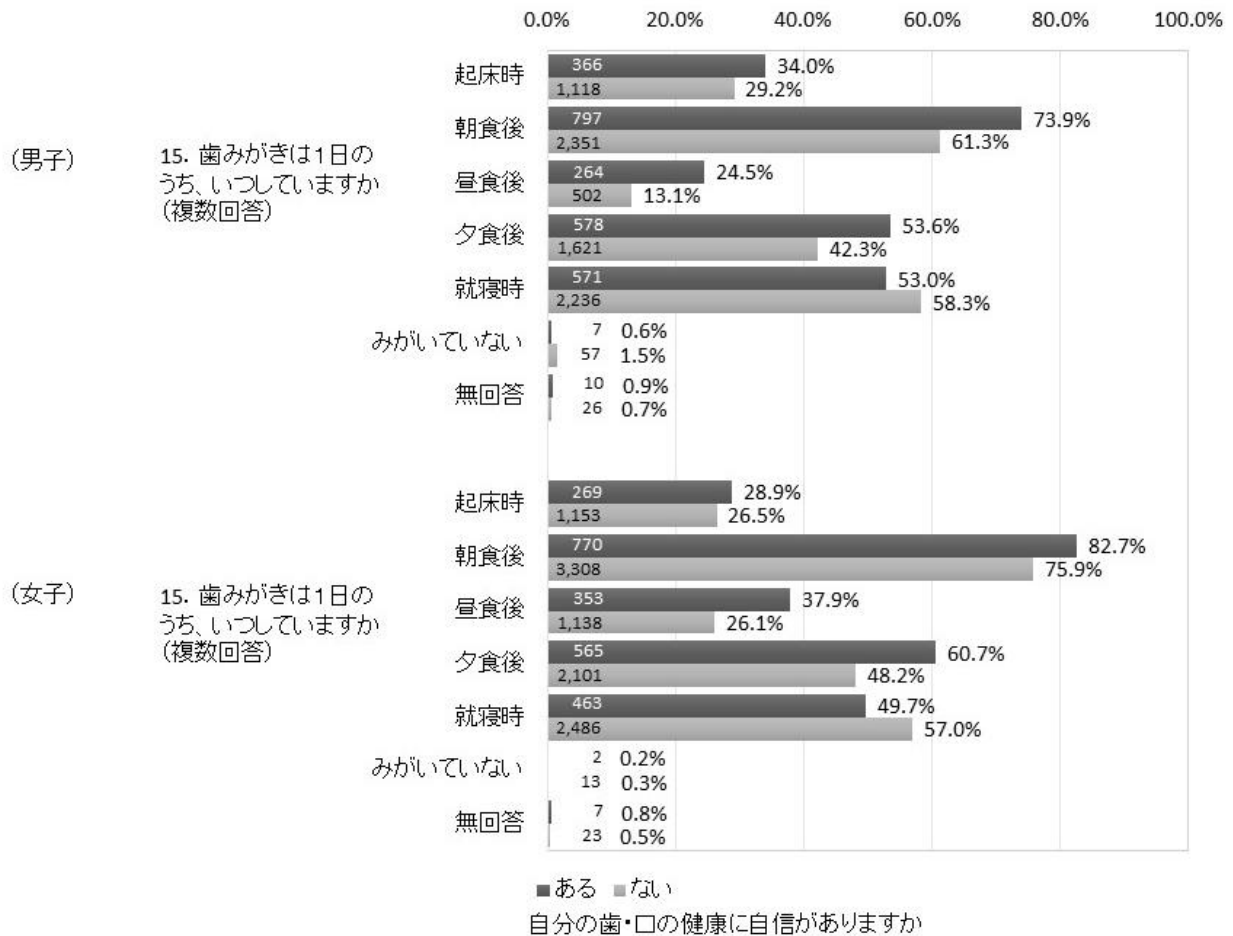
14. 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか

「定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか」に対し、「自分の歯・口の健康に自信がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに年1回以上チェックを受けており、男子では45.3%、女子では48.8%であった。

【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 15】 歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）の出現率

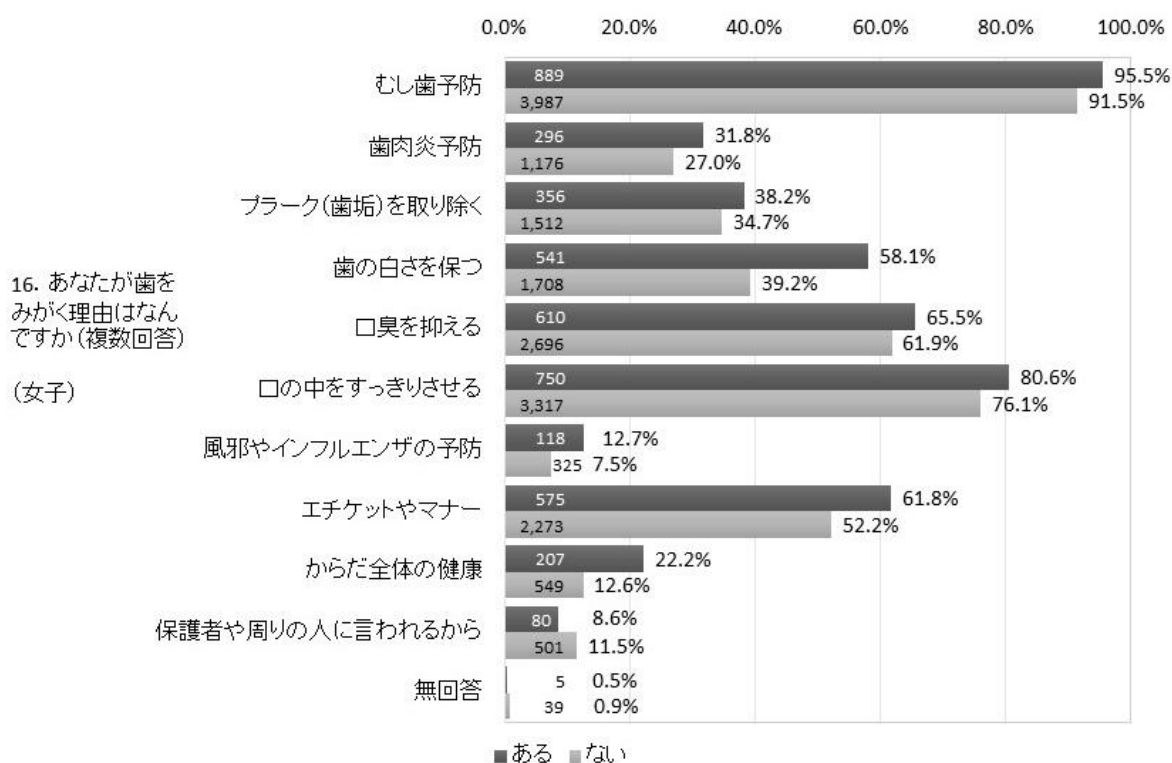
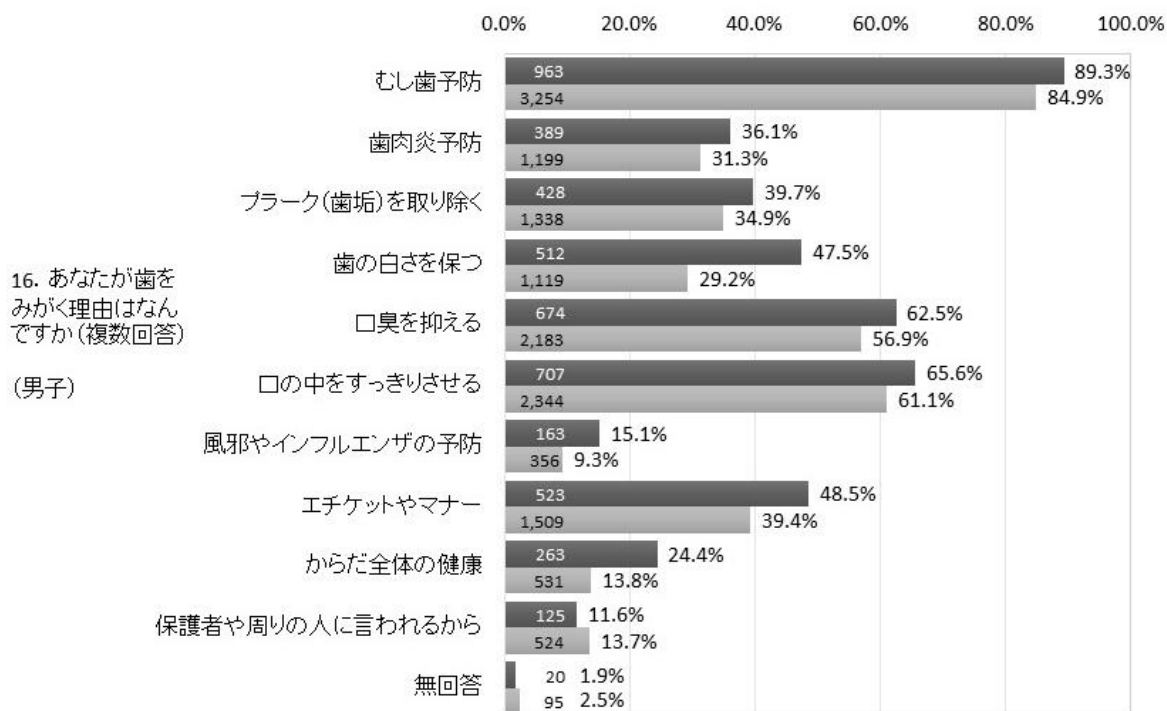


「歯みがきは1日のうち、いつしていますか」に対し、「自分の歯・口の健康に自信がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに食後の歯みがきにおいて差が大きかった。

【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 16】 あなたが歯をみがく理由はなんですか（複数回答）の出現率



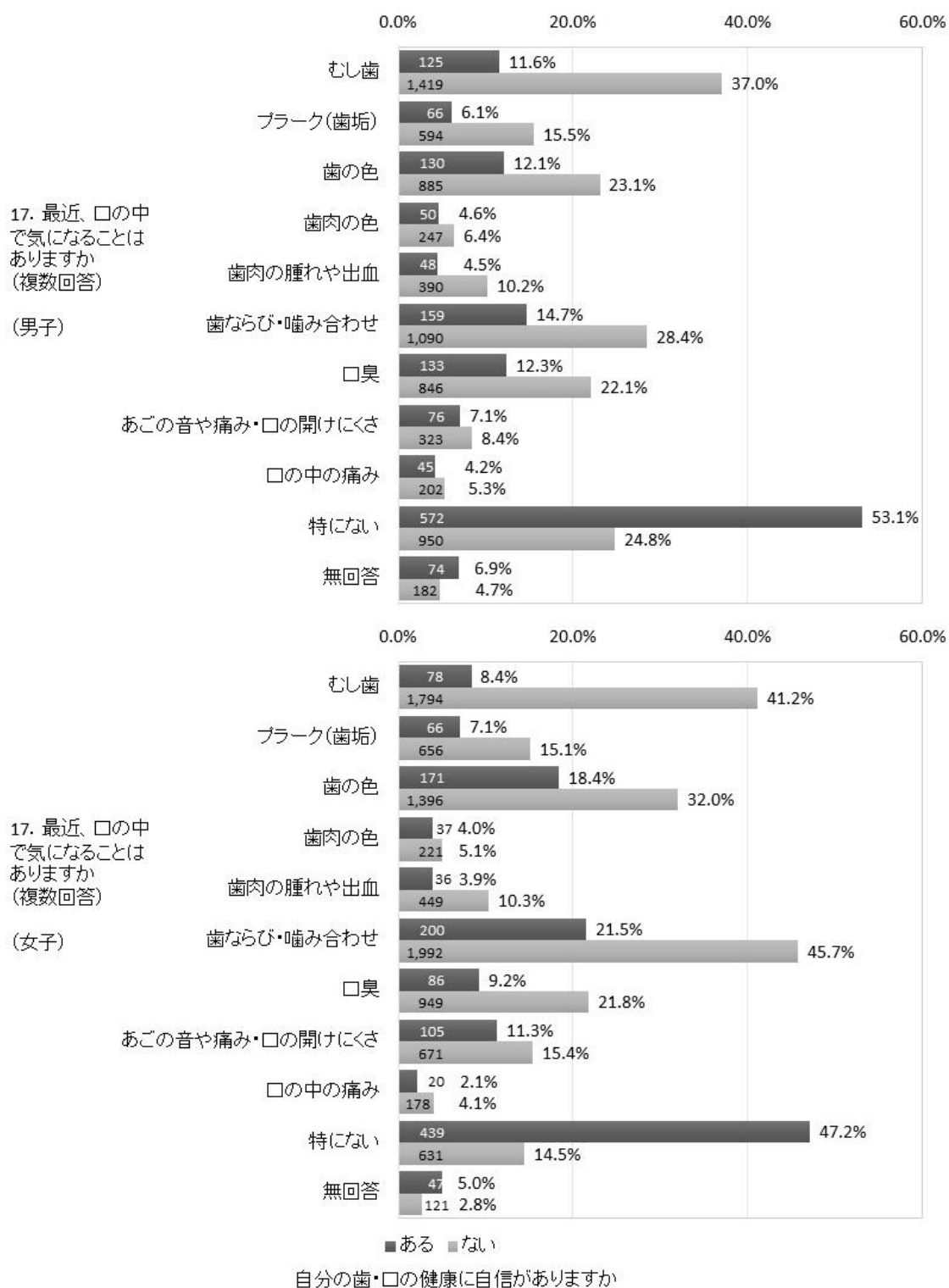
自分の歯・口の健康に自信がありますか

「歯をみがく理由」については、「自信のある」生徒では「自信のない」生徒と比較して全体的に高い傾向を示した。一方、「自信のない」生徒においては「保護者や周りの人に言われるから」が高くなっていた。

【質問 11】 自分の歯・口の健康に自信がありますか（ある・ない別）

VS

【質問 17】 最近、口の中で気になることはありますか（複数回答）の出現率

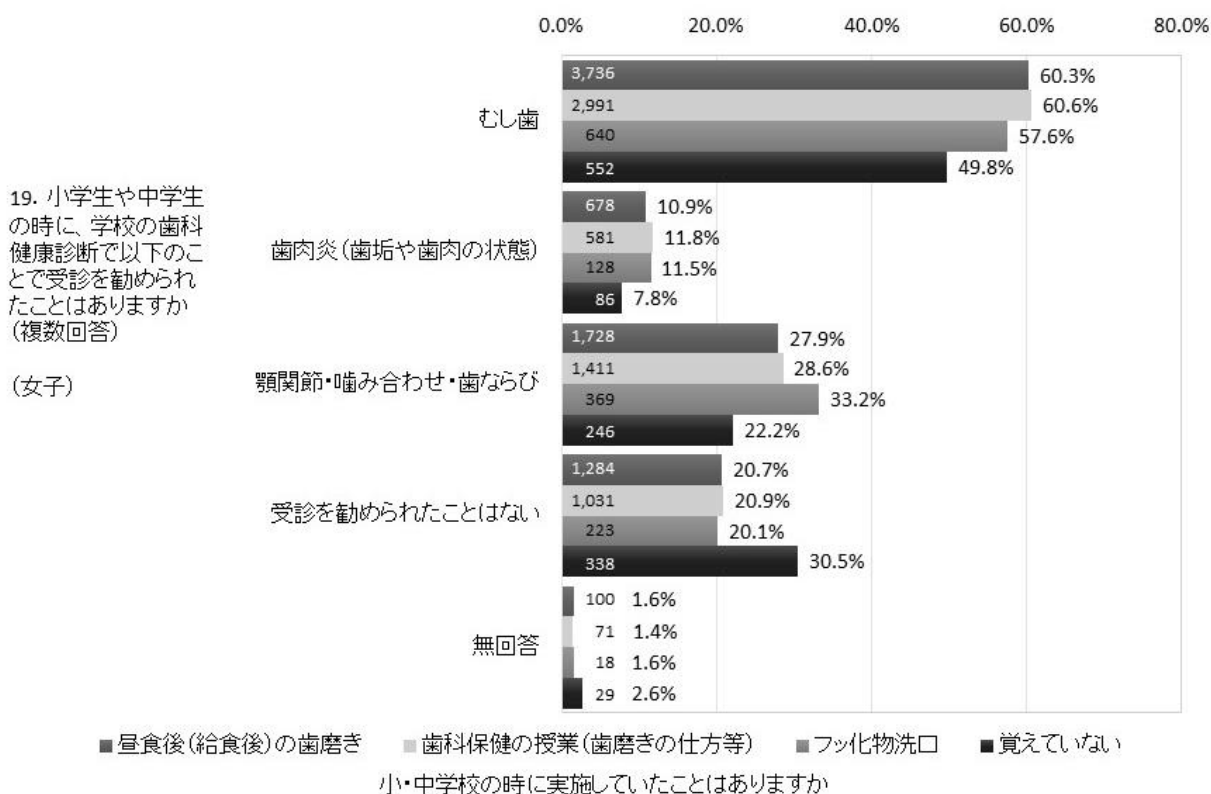
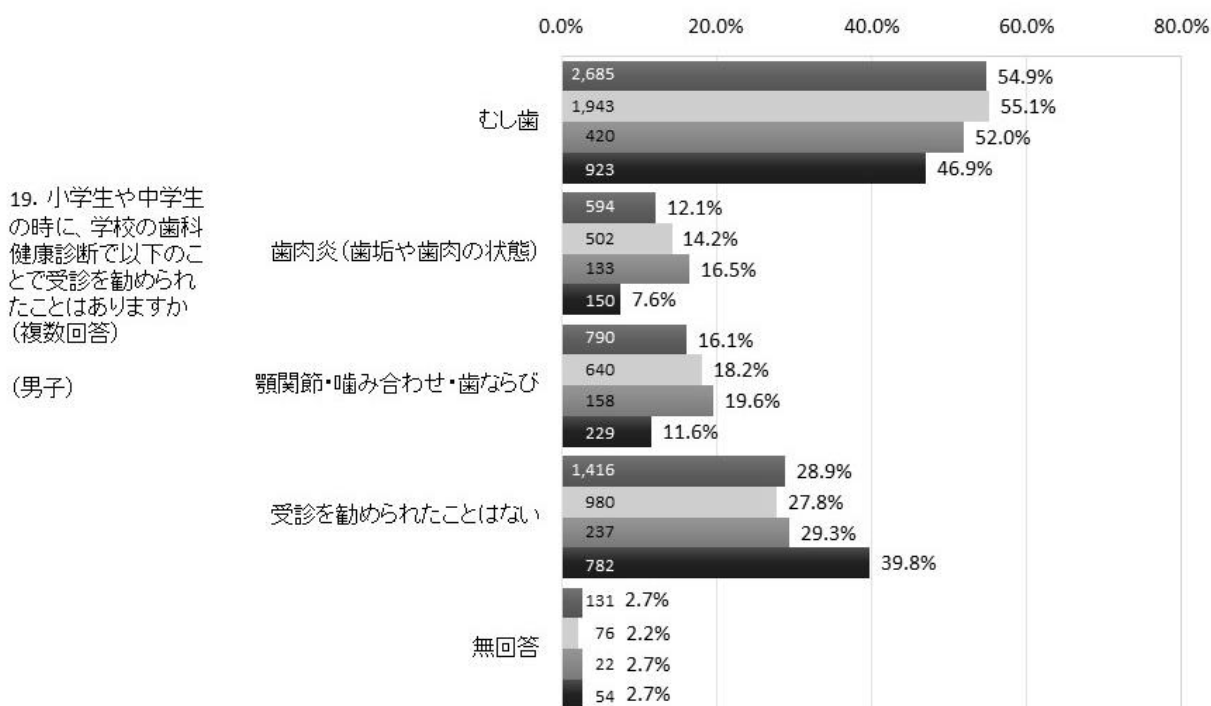


「最近、口の中で気になることはありますか」に対し、「自分の歯・口の健康に自信がありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに「特にない」で最も高い割合を示し、次いで「歯ならび・噛み合わせ」「歯の色」であった。また、「自信ある」「ない」間での差が大きく、半数近くの項目で、割合の差が倍以上であった。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（実施していた項目別）

VS

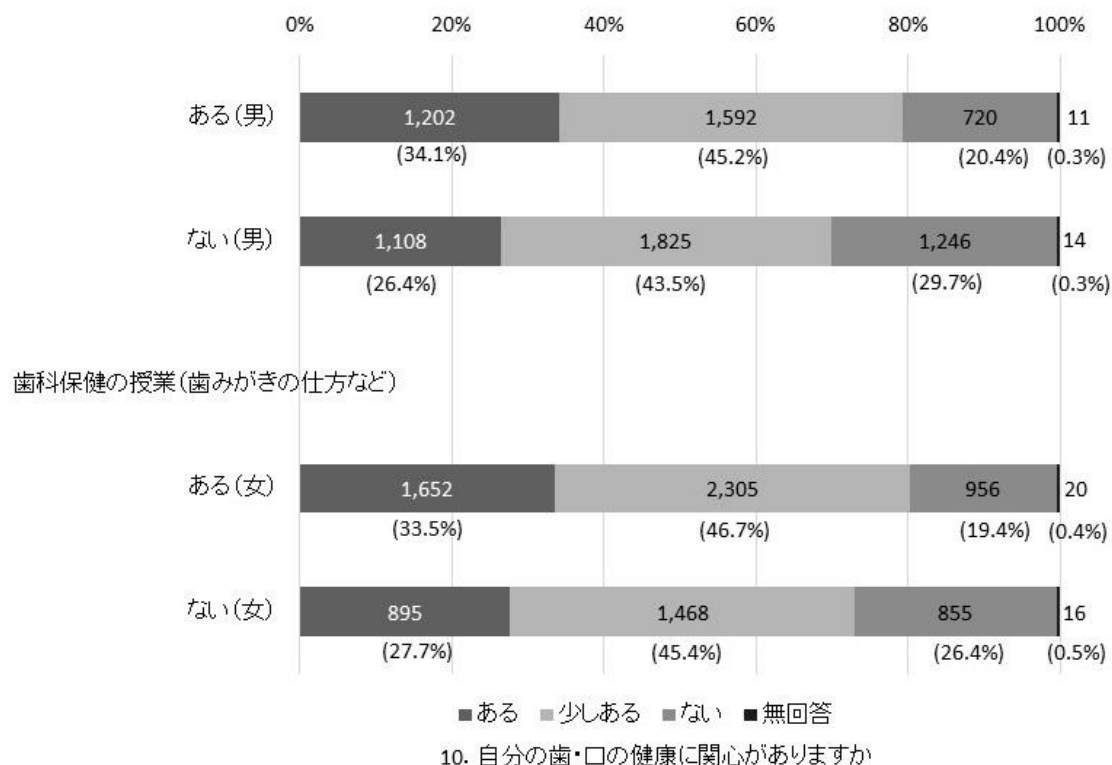
【質問 19】 小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（複数回答）の出現率



「小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか」を「小学校や中学校の時に実施していたことはありますか」の項目別に見たところ、男女ともに「むし歯」が最も高い割合を示し、次いで、男子で「受診を勧められたことはない」「顎関節・歯ならび・噛み合わせ」、女子で「顎関節・歯ならび・噛み合わせ」「受診を勧められたことはない」であった。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（2. 歯科保健の授業ある・ない別）
VS

【質問 10】 自分の歯・口の健康に関心がありますか の出現率

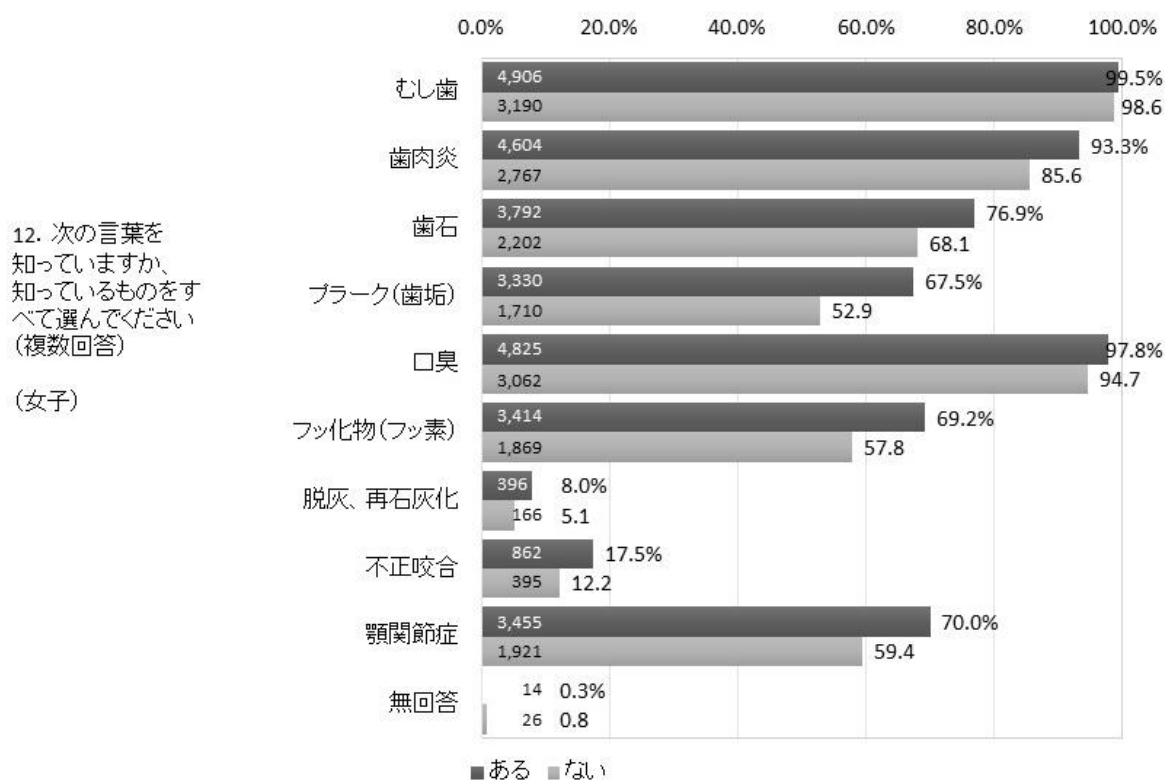
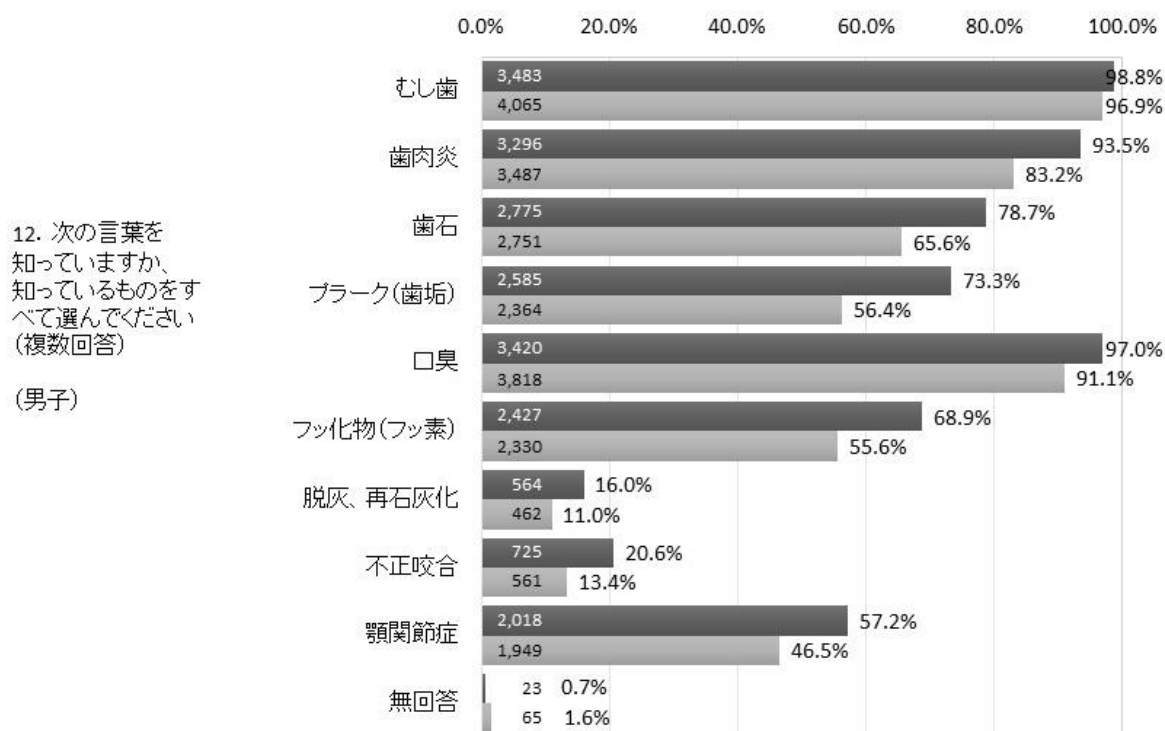


「自分の歯・口の健康に関心がありますか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科保健の授業を実施していたことはありますか」に「ある」と回答した生徒では、「ない」と回答した生徒と比較して「自分の歯・口の健康に関心がある」または「少しある」と回答した生徒の割合は、男子で 79.3%、女子で 80.2%と高い傾向を示した。小学校や中学校での学習が健康への関心度を向上させている傾向が示唆された。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（2. 歯科保健の授業ある・ない別）

VS

【質問 12】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）の出現率



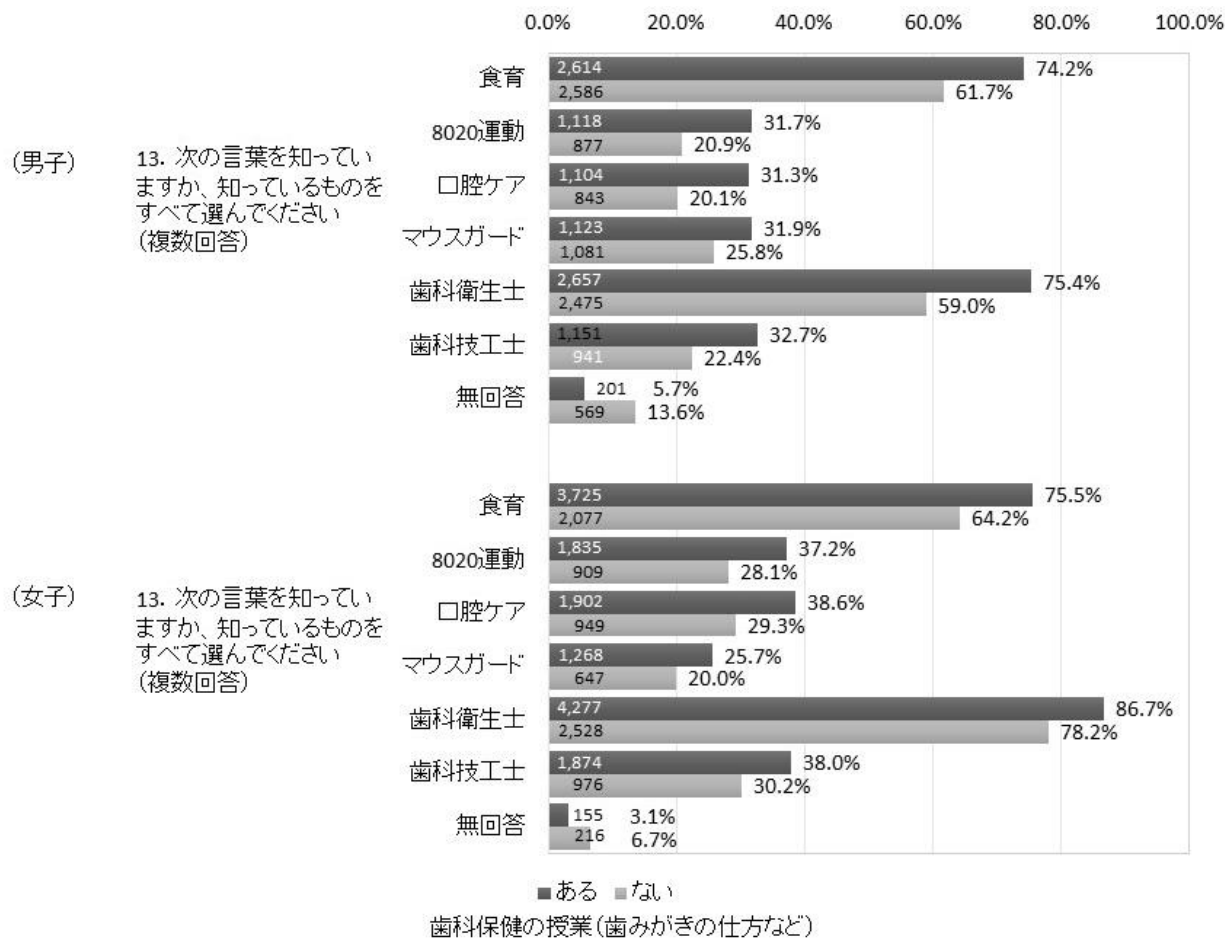
歯科保健の授業(歯みがきの仕方など)

「次の言葉を知っていますか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科保健の授業を実施していたことはありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともすべての項目で高い割合を示し、男子で「歯肉炎」「歯石」「プラーク」「フッ化物」「顎関節症」、女子では、「プラーク」「フッ化物」「顎関節症」で 10%以上の差異が認められた。小学校や中学校での学習が知識を向上させていることが示唆された。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（2. 歯科保健の授業ある・ない別）

VS

【質問 13】 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（複数回答）の出現率

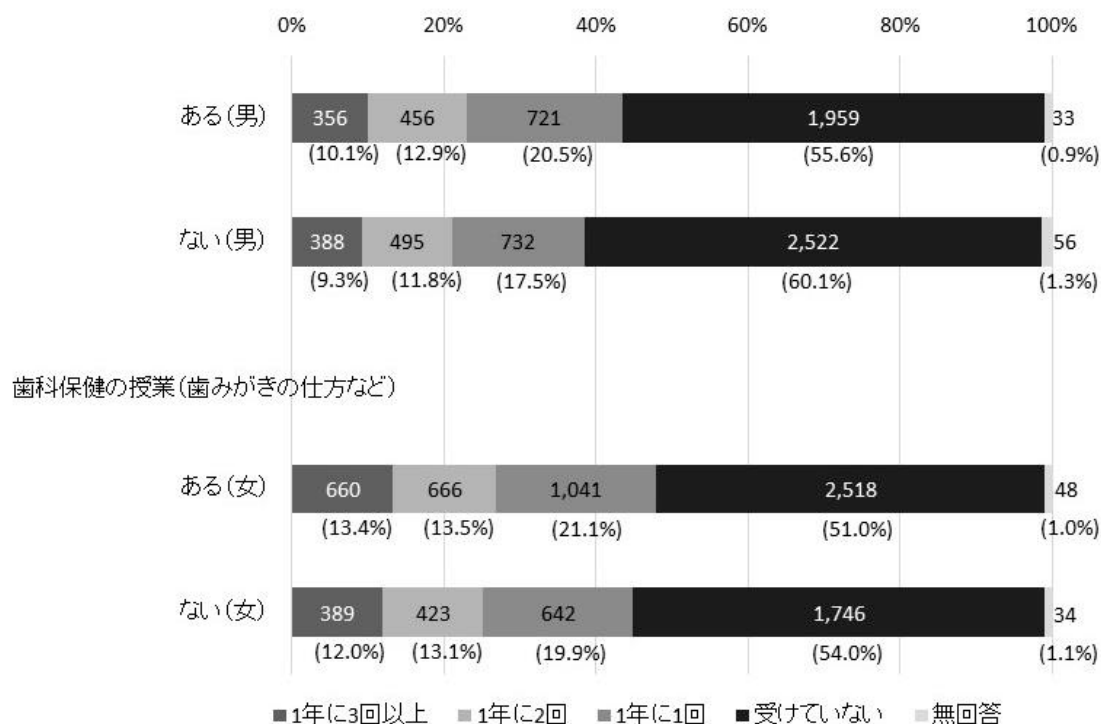


「次の言葉を知っていますか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科保健の授業を実施していたことはありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともすべての項目で高い割合を示し、男子で「マウスガード」以外の項目で、女子では、「食育」で 10%以上の差異が認められた。小学校や中学校での学習が知識を向上させていることが示唆された。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（2. 歯科保健の授業ある・ない別）

VS

【質問 14】 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか の出現率



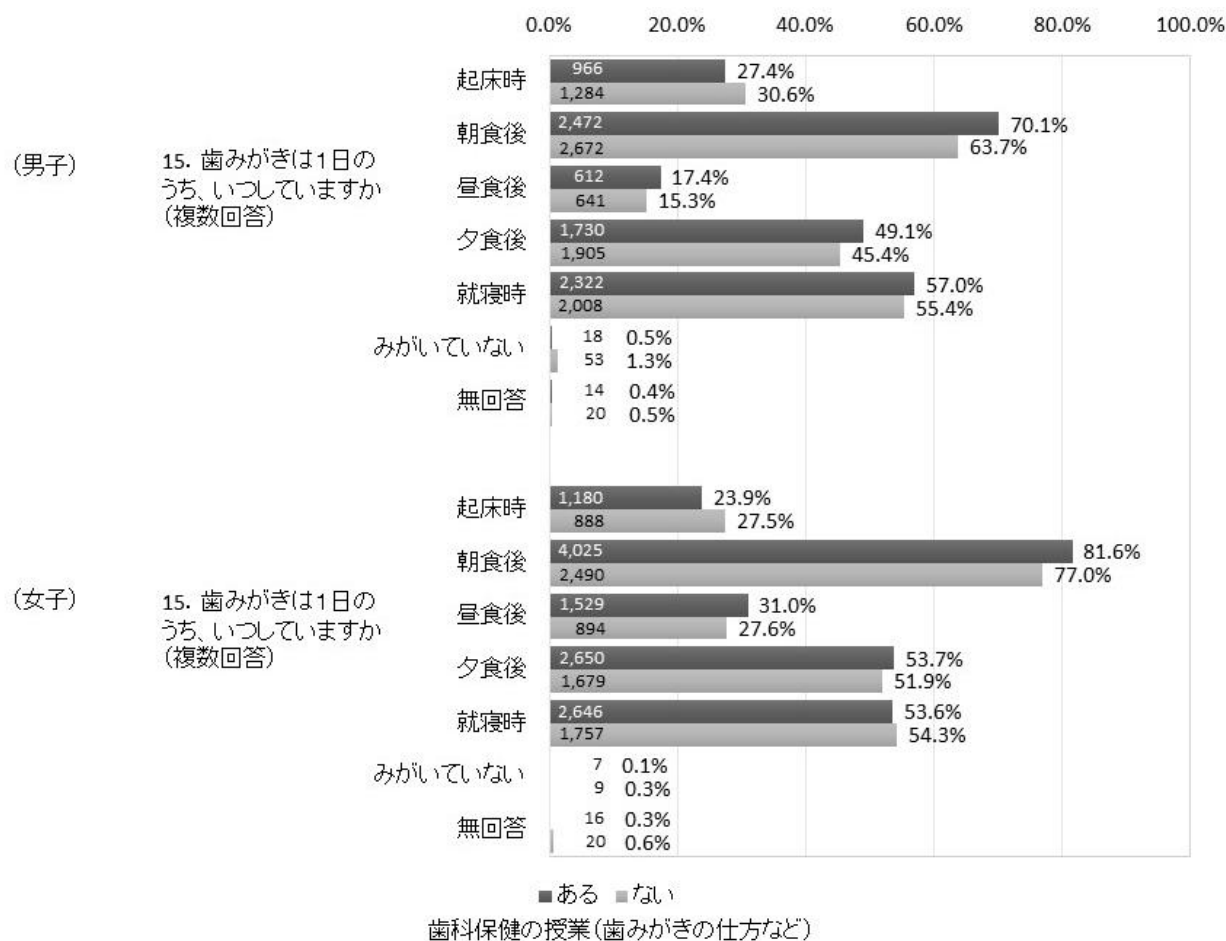
14. 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか

「定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科保健の授業を実施していたことはありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに年に1回以上チェックを受けている生徒の割合が高い傾向を示し、男子で43.5%、女子で48.0%であった。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（2. 歯科保健の授業ある・ない別）

VS

【質問 15】 歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）⑮の出現率

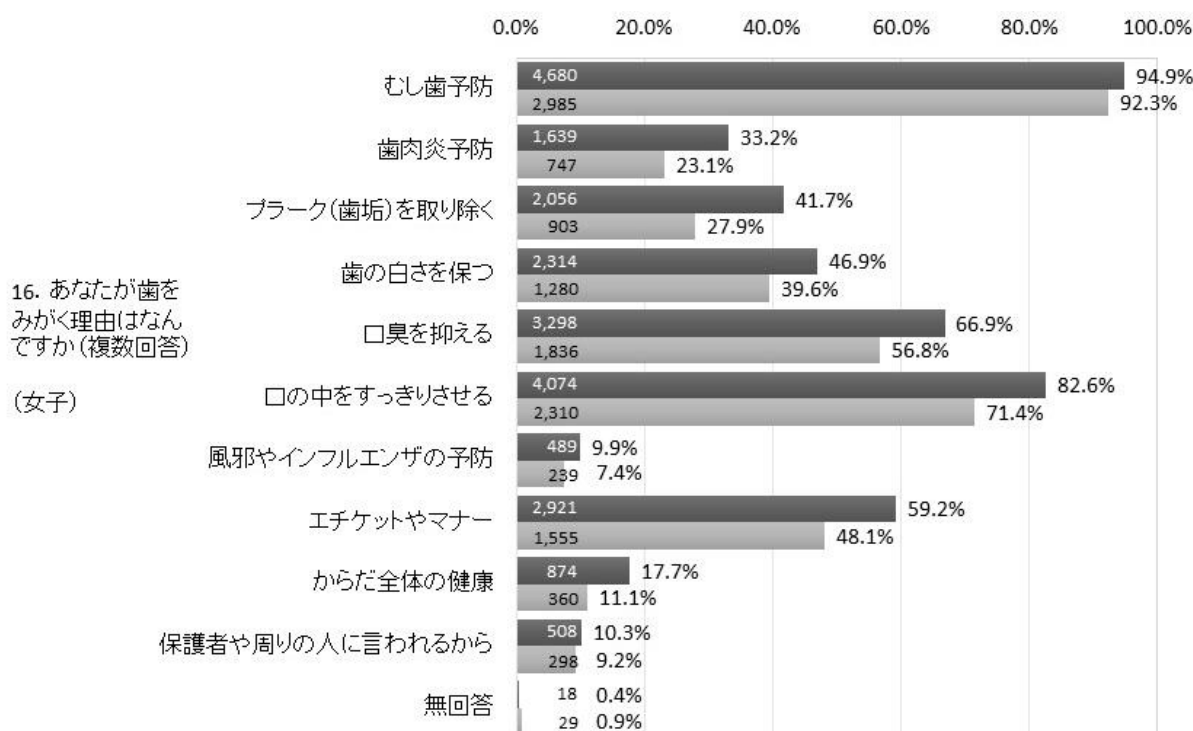
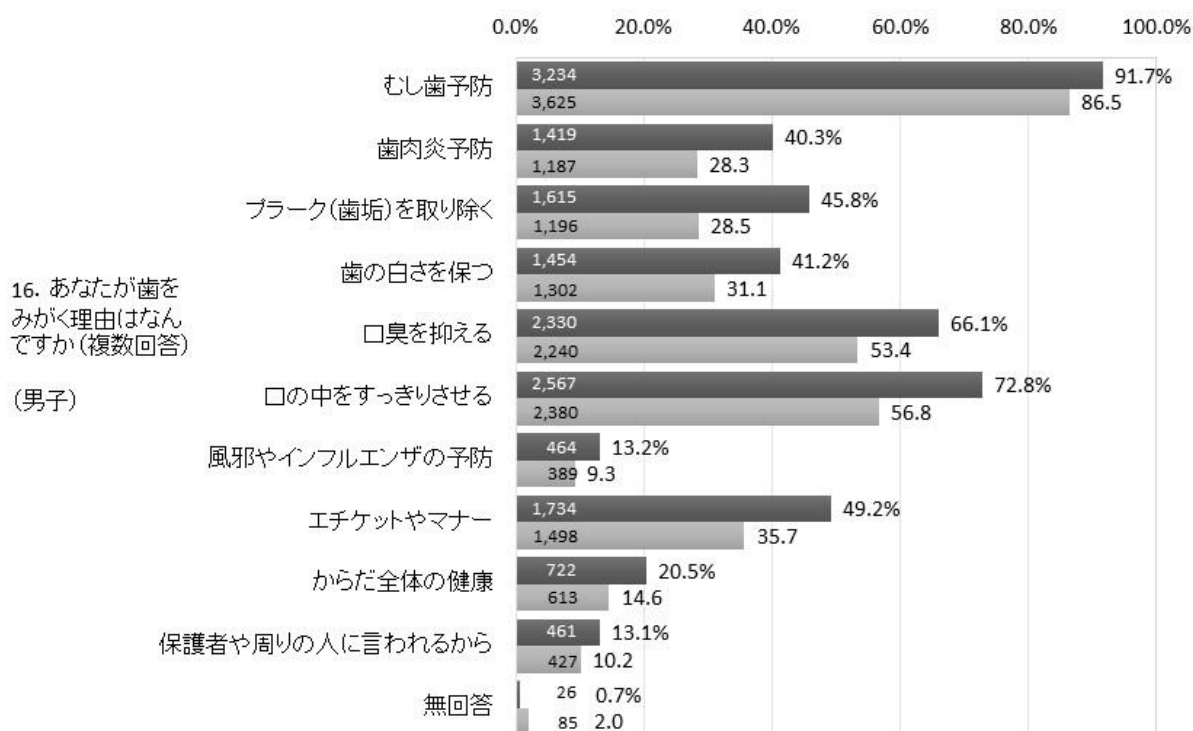


「歯みがきは1日のうち、いつしていますか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科保健の授業を実施していたことはありますか」に「ある」と回答した生徒では、男女ともに食後の歯みがきの行動が高く、有効な歯みがきの時期について理解している傾向が認められた。

【質問 18】 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（2. 歯科保健の授業ある・ない別）

VS

【質問 16】 あなたが歯をみがく理由はなんですか（複数回答）の出現率



■ある ■ない

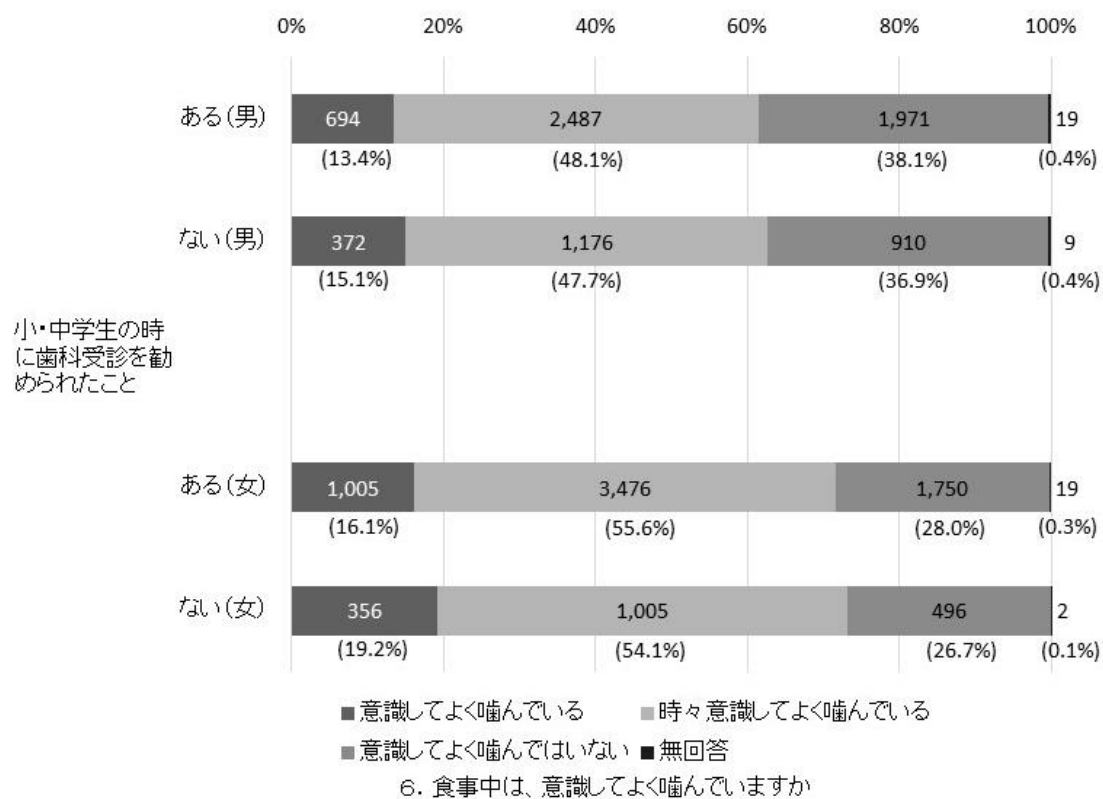
歯科保健の授業(歯みがきの仕方など)

「あなたが歯をみがく理由はなんですか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科保健の授業を実施していたことはありますか」に「ある」と回答した生徒では、すべての項目で高い割合を示した。また、男子で割合の差が大きくなる傾向が認められた。

【質問 19】小学生や中学生の時に、歯科受診を勧められたこと（ある・なし別）

VS

【質問 6】食事中は、意識してよく噛んでいますか の出現率

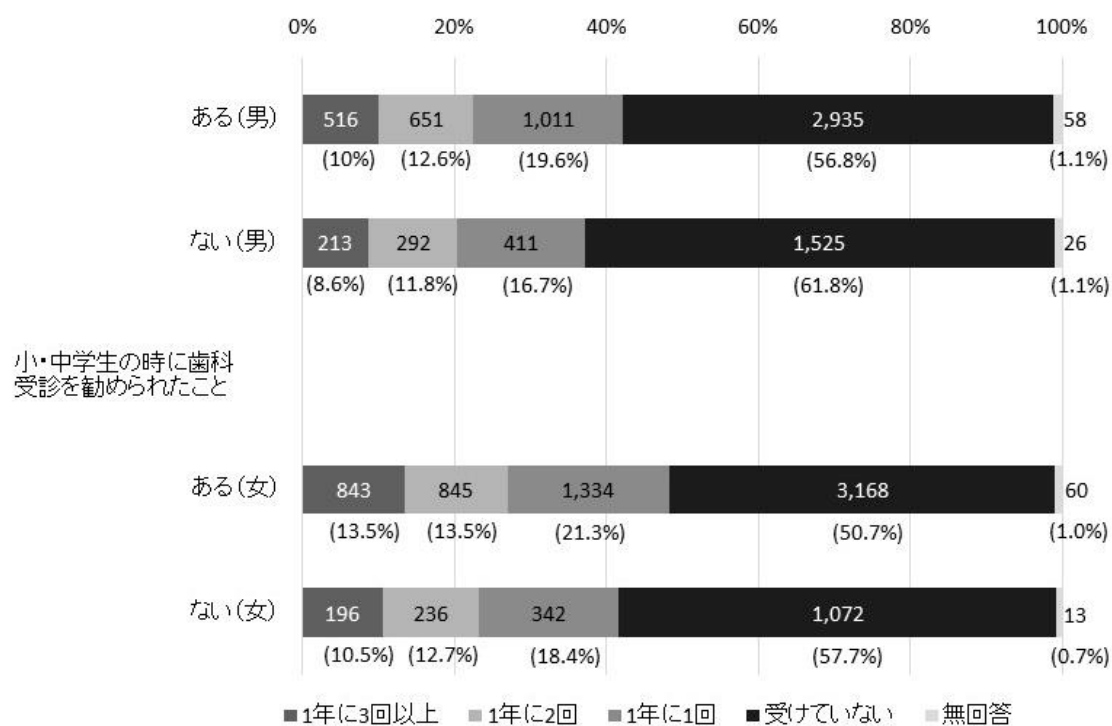


「食事中は、意識してよく噛んでいますか」に対し、「小学生や中学生の時に、歯科受診を勧められたこと」について差は認められなかった。

【質問 19】小学生や中学生の時に、歯科受診を勧められたこと（ある・なし別）

VS

【質問 14】定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか の出現率



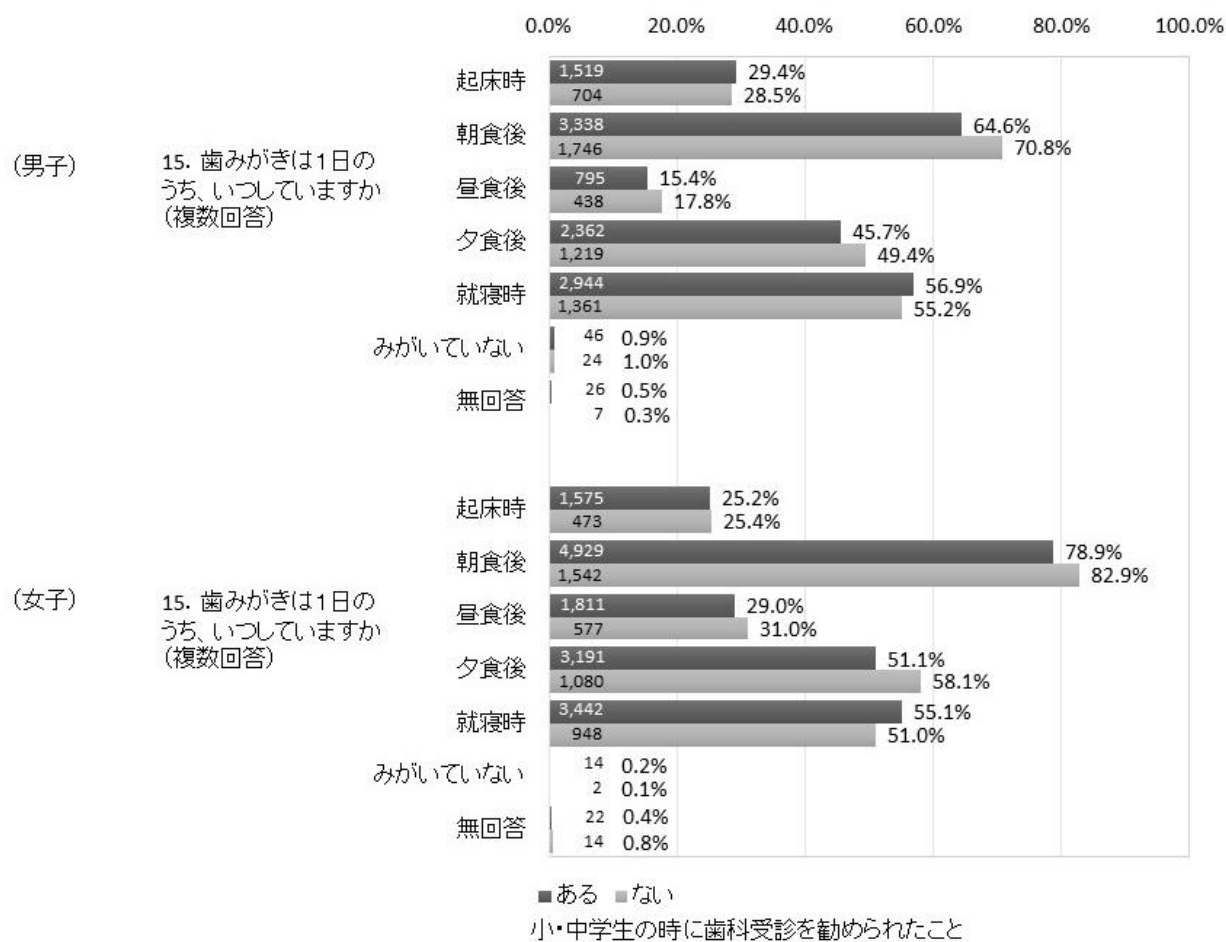
14. 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか

「定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか」に対し、「小学生や中学生の時に、歯科受診を勧められたこと」に「ある」と回答した生徒では、年に1回以上と回答した生徒の割合は高い傾向を示し、男子で42.2%、女子で48.3%であった。

【質問 19】小学生や中学生の時に、歯科受診を勧められたこと（ある・なし別）

VS

【質問 15】歯みがきは1日のうち、いつしていますか（複数回答）の出現率

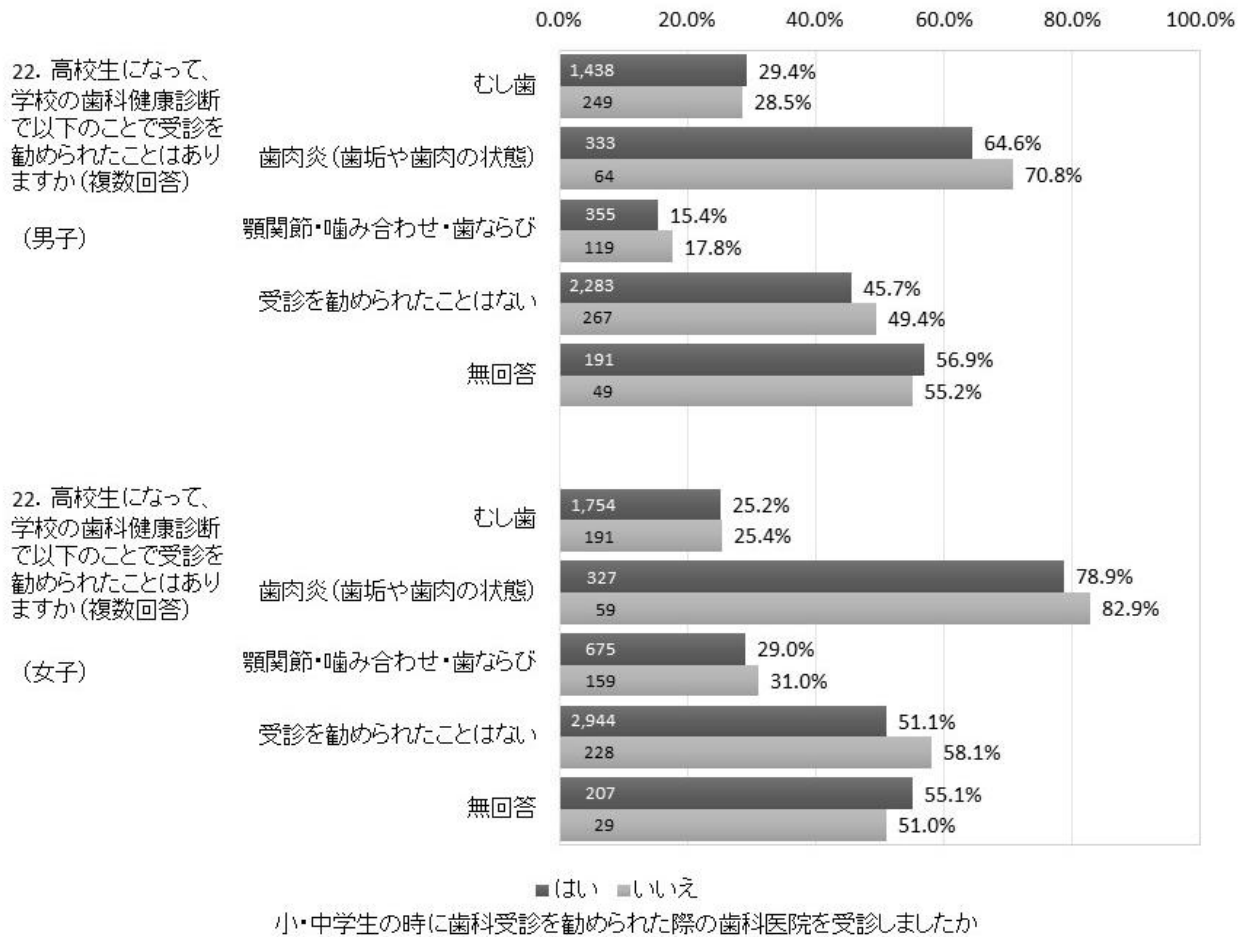


「歯みがきは1日のうち、いつしていますか」に対し、「小学生や中学生の時に、歯科受診を勧められたこと」が「ない」と回答した生徒において食後の歯みがきが定着している傾向が認められた。

【質問 20】小・中学校の時に歯科受診を勧められた際に歯科医院等を受診しましたか【質問 19 で「むし歯」「歯肉炎」「顎関節・噛み合わせ・歯ならび」と回答した生徒が集計対象】（はい・いいえ別）

VS

【質問 22】高校生になって、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（複数回答）の出現率



小・中学生の時に歯科受診を勧められた際の歯科医院を受診しましたか

「高校生になって、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか」に対し、「小学校や中学校の時に歯科受診を勧められた際に歯科医院等を受診しましたか」との関係は特に認められなかった。

「その他の質問（6項目）」による分析の結果から

委員長 安井 利一
(明海大学学長)

埼玉県が実施した「高等学校等における歯科保健研究」の調査項目のうち、高校生の健康の保持増進を図るための指導あるいは個別の指導に関連すると考えられる下記6項目を挙げ、この6項目と歯・口の健康に関する項目の間で解析を行った。その結果についてまとめる。

- 1) 「食事中に意識して噛んでいる」生徒と「意識してはよく噛んでいない」生徒では、「不規則な生活習慣」「運動不足」「肥満または、やせ」での差が大きく、特に「肥満または、やせ」と咀嚼との関係についても知識の向上を図る必要性が認められた。
- 2) 「自分の歯・口の健康に関心がある」生徒では「関心のない」生徒よりも知識がある傾向が示された。
- 3) 「自分の歯・口の健康に関心のある」生徒、また「自分の歯・口の健康に自信のある」生徒においては、定期的に歯科医院でチェックを受けている割合が高かった。
- 4) 「自分の歯・口の健康に関心のある」生徒、また「自分の歯・口の健康に自信のある」生徒においては、食後の歯みがきの実施率が高く、有効性の高い歯みがき行動が行われ、また自律的に行われていると推察された。
- 5) 「自分の歯・口の健康に関心のある」生徒においては歯・口の種々の事項に関心のあることが推察された。
- 6) 歯みがきをする理由について「自分の歯・口の健康に関心のない」生徒においては「保護者や周囲の人に言われるから」がやや高い傾向が示された。
- 7) 小学校や中学校で歯科保健の学習を経験した生徒では、自分の歯・口の健康に関心があり、歯・口に関する知識が高く、定期的に歯科医院でチェックを受けている生徒が多かった。さらに、歯みがきのタイミングも疾病予防に有効な食後に実行されており、その効果に対する理解も高かった。

~~~~~

総じて、食事中に意識してよく噛むことは生活習慣病の抑制に関連することが示唆され、さらに自分の歯・口の健康に関心を持ち自信をもつことは、セルフケアやプロフェッショナルケアに対する自律的行動が向上していることが示唆された。また、小学校や中学校における歯科保健教育活動は、高校生における歯・口の健康への関心度が向上につながり、かつ健康維持に必要な知識も豊富で、歯みがき行動も有効な時期に行われているということが示唆された。小学校から中学校そして高等学校への学校歯科保健活動が、生涯にわたる健康行動獲得の一つの手段として重要な要素であると思慮された。

## VI 各委員から -生徒アンケートの結果から考える-

本調査は高校生の日常生活の様子や歯・口の健康、歯・口、全身のけがについて調査を行って生徒の意識や実態を把握し、生徒の自律的健康づくりの一助とすることを目的とした全国でも稀に見る調査である。調査結果では、男女の性差や思春期特有の意識差によって健康課題が異なることや、小学校・中学校・高等学校を通しての歯科保健教育の重要性を示唆している。思春期に自分の身体や健康に関心をもち、進んで自律的に生涯にわたる健康観や実践力を養うことが大切である。

各学校におかれましては、このたびの調査結果を、自校の生徒と比較し分析していただき、歯・口の健康づくりの一層の充実のために御活用いただきたい。

副委員長 駒崎 弘匡

(埼玉県教育局県立学校部保健体育課主席指導主事)

この度の、高等学校等における思春期の歯科保健状況の調査によって、高等学校の生徒の多様化した思春期に現れる特性を、どの様に歯の健康、更には身体の健康と結びつけていくのかが解明されることはとても素晴らしいことである。

思春期は医学的には第二次性徴期の心身共に子供から大人に変化し、自らの行動にも責任を持たされ、それまでの甘えが許されなくなるなど、本人を取り巻く社会の対応も大きく変化し、精神的にも不安定になりやすい時期といえる。そのような状況の中で、生涯にわたる健康づくりを一層充実させていくためには、小中学校で受けてきた歯科保健教育を、高等学校では思春期に合わせた歯科保健教育にシフトしていく必要がある。むし歯や歯肉炎の予防に加え、ライフスタイルの変化による生活習慣病を踏まえた健康に対する考え方を持って、自ら自分の健康を管理していけるような保健教育をしていかなければならない。この度の調査はその解明の糸口として重要な調査である。

特に本年はラグビーワールドカップ2019<sup>TM</sup>が日本で開催され、テレビに映る選手の口元に目がいった視聴者も多いと思います。調査の中のマウスガードを全く知らないという生徒が男子で2割強、女子で3割おり、口腔領域の怪我の経験が少ないこともありその有効性についてもあまり理解されていない。この機会にもっとマウスガードの必要性について理解を広められるよう努力していかなければならない。

委員 伊藤 雄介

(埼玉県歯科医師会学校歯科部長)

まず初めに、高等学校等生徒歯科保健アンケートの分析結果で大きなデータを得ることになったことは、関係者各位の御尽力の賜物である。このことは、歯科医療に携わるものとして大きな喜びである。関係者に心より御礼を申し上げたい。

人生 100 年時代を背負う埼玉県内の高校生の健康情報に関するデータを得た意義は大きい。人の健康情報の記録を考えると、歯科においては、学校歯科健康診断は、大変重要な位置にある。特に高校生の詳細の解析については、例を見ない。今後様々な機会に生徒らの健康増進に寄与するであろう。

思春期の生徒の健康観について、生徒からの結果を得られたことは、大きな成果である。

アンケートから、現在の高校生は概ね健康に関しての大きな不安は少なく、青年期に入る事が予想できる状況である。思春期レベルを考えると、不規則な生活や、心の問題、肥満やせなどの課題また歯・口の疾病についても思春期レベルの高い生徒の関心がある事なども興味深い。健康観と体の清潔とは大きくかわる事も感じられる。学校歯科保健では、小学生・中学生を通して、歯・口の健康づくりから生きる力の充実を普及啓発しているが、高校生になり、成人への入口において、いかに習慣化できているかが課題とされていた。今回の分析により、小・中学校からの継続は、意義ある事でそのころの想

いが、基盤になりうるものがうかがえた。高校受験というハードルを越えても、なお学校歯科保健の充実を図ることが、生徒の成人としての健康観を養う上で必要であろう。

う蝕の減少は、平成時代の学校歯科保健の大きな成果である。今後、う蝕・歯肉炎の減少や、疾病の二極化の課題に取り組むためには、小・中・高等学校を通しての歯科保健教育の継続が大変重要である。また、学校安全教育の中にスポーツ外傷の概念を組み込むことの必要性を強く感じている。埼玉県歯科医師会においては、中学生へのマウスガードの普及啓発事業を6年ほど継続しているが、まだまだ今後の課題であることがその認知度から伺えた。

高校生の半数近くが、何らかの歯・口の疾病を抱えている現状をふまえて、成人への法制化された歯科健診がない現状の中で、大学生以降の歯・口の健康管理にいかに取り組むかが課題である。健康寿命の更なる延伸のためには、今まで以上に児童生徒への継続した歯科保健教育が重要である。それにより、今後成人となる生徒の健康観の確立がなされることが期待される。

委員 齋藤 秀子

(埼玉県歯科医師会(前) 学校歯科部長)

この度の埼玉県全県にわたる大規模な高等学校等における歯科保健調査の実施について、大変貴重なデータが得られたことにまずは敬意を表したい。

さて、私が注目したのは小中学校における歯科保健教育の重要性である。歯科保健に関する様々な文言の知識、それに関する意識の高さと日常においての実践習慣など、歯科保健全般において明らかに授業経験の有無の差が見られている。繰り返しの「刷り込み」は、特に幼少期から青年期への意識醸成に有効と思われ、「歯・口の健康教育」は、そこから展開されるその後の全身への自律的健康観の育成に極めて有効と思われる。

また、特別支援校等でも各人の状況に応じた様々な歯科保健教育の工夫がなされており、同じく小中学校からのさらなる充実を図られる必要性を感じた。

しかしながら、現在児童生徒の口腔内状況の二極化が問題視されており、一部そのような状況を裏付けるような無関心や無知と思われるような結果や回答が見受けられている。この層にいかにしてアプローチするのは、色々な意味でとても難しい課題である。

ところで、今日学校安全において外傷予防の観点からのマウスガードの使用が推奨されているが、知識やコストの面等、普及にはそれなりの時間がかかると思われる。しかし、たとえば運動部に参加している生徒達を起点に、マウスガードをきっかけとした外傷予防及び歯科保健全般に関する教育が展開できたらより有効ではないだろうか。もちろん運動部に属さない生徒に対しても、たとえばラグビーワールドカップ2019<sup>TM</sup>などでその認知度が上がったこともあり、まったく同じ視点からの歯科保健教育の展開に結び付けられたらと思われる。

高等学校は様々な意味で、まさに大人への入り口でありこの時期における健康観の確立は生涯にわたり大変重要な意味を持つ。時間の確保に様々な工夫は必要ではあると思うが、歯科保健教育は高等学校においても身近なテーマで取り組みやすい分野でもあり、さらなる充実を図られたい。

委員 新井 豊

(埼玉県歯科医師会学校歯科部)

埼玉県全県下の高等学校等で歯科保健状況調査および生徒アンケートを実施し、様々な分析を得られたことに、学校保健関係者ならびに生徒の皆様に深く感謝する。

生徒アンケートから、高等学校における通学時間の増加、遅い就寝時間などから、睡眠不足、生活習慣の乱れが気になっていることがわかった。その一方で、朝食は摂り、歯みがきをしてから通学すると

いう習慣をもっていることに感心している。しかしながら、歯・口の健康に関心をもっているが自信はない生徒も多くみられる。

我々学校歯科医は学校の先生方と密接な連携を取り、小中学校から高等学校、そして成人まで歯・口の健康に関心をもち続け、良好な状態を保っていけるように取り組んでいく必要がある。

委員 苗代 明  
(埼玉県歯科医師会学校歯科部)

埼玉県学校保健会並び埼玉県歯科医師会、高等学校等関係者の多大な協力を得て、高校生の歯科保健の実態や思春期意識、その他健康問題についての調査分析に取り組んでいただいたことに対して、この場をお借りして感謝する。

各総括にもあるとおり、県内高校生の多くは、自らの歯・口の健康に関心が高く、基本的な生活習慣が自立している。これは、本県における、小学校・中学校での歯科保健教育活動の大きな成果によるものである。新たな学習指導要領が小・中・高と順次実施となり、「生きる力」の実現のため各校種間の「継続性」も一層重要とされている。急速な社会変化の中でも、児童生徒自らの健康課題に目を向け、歯科保健活動等の健康行動に取り組むことが求められる。そのためには、学校教育に携わる多くの関係者の協力が不可欠である。どうか、本調査結果を参考にいただき、次代を担う子どもたちの健やかな成長の一助としていただければ幸いである。

委員 上條 岳  
(埼玉県立和光南特別支援学校校長)

高校生における歯科保健の課題は、必要な知識・技能を身につけ習慣化し、自己管理（セルフケア）を自ら行う資質と能力を育成することである。それは、社会に出る最後の砦としての高校教育において、生涯にわたって健康を保持増進できる基礎を培うことでもある。

今回の調査結果では、小・中学校における系統的な保健教育の実践（衛生習慣の確立）の成果や思春期における歯科保健の課題等が明らかになり、本調査の意義は大きい。

今後、思春期の特性（性ホルモンの影響で歯肉炎の発生しやすさ・歯肉炎発症からの歯肉出血・口臭出現等）を踏まえ、従来の保健管理から、養護教諭の視点からの一歩進んだ「保健教育」につなげていくことが求められている。

委員 三谷 和子  
(埼玉県立浦和商业高等学校養護教諭)

本調査は、思春期に発現すると考えられる特性を項目とし、このうち選択した項目数を意識特性としてランク別に3分類し集計、分析した。結果として、思春期意識の特性について、女子は学年進行に従って項目数は減少し、既に思春期を脱していると考えられ、男子は学年進行と共に増加していることが明らかとなった。このことから、対象生徒の発達過程が、思春期にいるのか、あるいは大人により近づいているのかによって、アプローチの方法を工夫して保健教育を行う必要が示唆された。さらに調査結果にある「歯・口の健康に関心はあるが自信はない」という高校生の意識を把握できたことは、高等学校等における全国初の調査実施により得られた知見と考える。

委員 久保田 かおる  
(さいたま市立浦和高等学校養護教諭)



## 第5章 総括

委員 戸田 芳雄  
(明海大学 客員教授)

歯科保健を含めた全ての健康教育を充実するに当たっては、実態の把握が基盤となる。実態を把握することによって集団や個人の課題が明らかとなり、解決のための具体的な取組の内容や方法を考え、実践に移すことが可能となるからである。

しかしながら、高等学校や特別支援学校の歯科保健の実態調査は、余り行われていない。ましてや、本調査のような都道府県単位での詳細な実態調査は、寡聞にして知らない。そのようなことから、今回、埼玉県教育委員会が「高等学校等における歯科保健研究」の一環として実施した本調査は、全国的にも大変貴重なものである。

高等学校等における歯科保健状況調査（学校調査）をみると、高等学校（全日制）ではほぼ学校保健統計で見る高等学校の全国的なレベルよりも健全歯のみの生徒の割合が高く、むし歯が制御されており、その他の状況もほぼ遜色のない状況を示している。埼玉県高等学校（全日制）全体の集団の歯科保健の状況は良好であると評価でき、それらを維持または一層向上させるための取組をどう展開していくかが今後の課題と言える。各学年全てで健全歯のみの生徒が50%を超えているなどむし歯が制御されている特別支援学校全体の集団としての歯科保健状況も良好であると評価でき、高等学校（全日制）と同様に、それらを維持または一層向上させるための取組をどう展開していくかが今後の課題と言える。

一方で、高等学校（定時制）の歯科保健の状況は、全日制に比べて、健全歯のみの者の割合が低く、未処置歯のある生徒の割合が高いなどむし歯の制御に課題があることから、集団を対象とした取組とハイリスクの者への対応を同時にかつ緊急に進める必要があるものと考えられる。

とりわけ、全体を通じて、各校種ともに要観察歯（CO）のある者の割合が1割から2割おり、8歯以上の未処置歯のある者が少なからず存在することなどから、各学校においてハイリスク者への対応が緊急に求められているものと言える。

前段で述べた歯科保健状況に加えて、生徒アンケート結果（生徒の意識及び生活習慣等）及びクロス集計を行って分析・考察すると、以下のようなことが明らかとなった。

その結果、埼玉県の高校生では午前0時までには約72%の生徒が就寝し、約76%の生徒が毎日朝食を食べ、手洗い・うがいの励行も64.4%と、おおむね70%の生徒は基本的な生活習慣の自立がなされていることが示された。半面約30%の生徒が自立できていないことになり、基本的な生活習慣の形成が重要であることが分かった。歯・口に対する関心は75%の生徒が持っており、約40%の生徒が年に1回以上定期的に歯科医院を訪れていた。歯みがきも朝食後が73%と基本的な生活習慣の自立者とほぼ同様の数値であるが、昼食後は23%と少なかった。歯みがきの動機も高校生になると「口の中をすっきりさせる」「口臭を抑える」「エチケットやマナー」との回答率が高くなる傾向を示した。埼玉県では小学校・中学校での歯・口の健康づくりが活発に行われているが、受診勧奨に対して受診しない生徒が3割弱おり、健康のリスクがある生徒ではないか他の項目も含めて検討する必要がある。歯・口の安全やマウスガードについては、特に部活動等での障害事故が多い現状でも理解が進んでいるとは言えない状況にあり、安全はすべての教育活動の前提条件として重要なものであり、安全教育の基本としてさらに啓発が必要である。

なお、思春期意識ランク別、健康問題で気になることの有無及びその他の質問（6項目）の3つの視点からクロス集計を行い、高校生の有効な個別指導や保健指導の手がかりを探ったところ以下のようなことが分かったことは、収穫である。

歯・口の健康づくりに対する健康教育において有効性を高めるためには、むし歯や歯周病など

の疾病予防と同時に「歯の白さ」「口臭」など対人関係を意識した内容が高校生の関心が高く指導の際に導入などで課題とすることも効果があるのではないかと示唆された。

加えて、「健康問題で気になることがない」生徒において、就寝時間、朝食の摂取状況、手洗いやうがいなどの基本的な生活習慣が自立している生徒が多く、一方で、「健康問題で気になることがある」生徒においては、睡眠時間、不規則な生活習慣、運動不足、視力の問題などで高い値を示し、さらに女子においては「肥満ややせ」の問題などの課題があることが推察された。

また、食事中に意識してよく噛むことは生活習慣病の抑制に関連し、自分の歯・口の健康に関心を持ち自信をもつことは、セルフケアやプロフェッショナルケアに対する自律的行動が向上していることが示唆された。

さらに、小学校や中学校における歯科保健教育活動は、高校生における歯・口の健康への関心度が向上につながり、かつ健康維持に必要な知識も豊富で、歯みがき行動も有効な時期に行われているということが示唆された。小学校から中学校そして高等学校への学校歯科保健活動が、生涯にわたる健康行動獲得の一つの手段として重要な要素であると思慮された。

これらの調査結果を自校の実態と比較検証し、生徒の生活習慣の状況なども参考として、各校での改善のための取組に生かすことが、本調査の目的である生徒の自律的な健康づくりに資することになるものと考えられる。

各学校の対応事例をみると、養護教諭等による個別指導や保健だより、掲示等での情報発信、学校行事での生徒保健委員会の展示発表、学校歯科医によるブラッシング指導や講話など工夫した取組が見られる一方で、部活動で治療の時間がとれない等の課題も見えるため、各学校でどのような対策ができるか一層の工夫、検討が必要である。

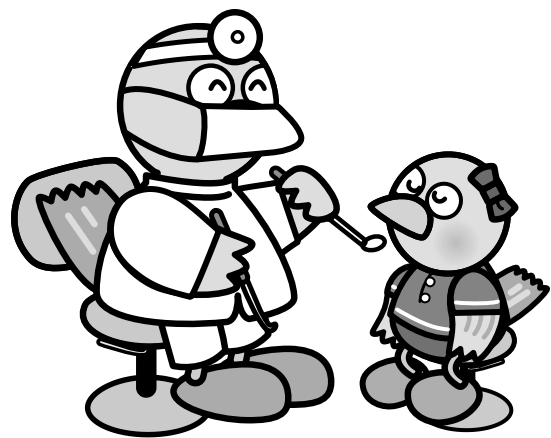
子供が心身ともに健やかに育つことは、私たち国民の願いであり、わが国の将来にとって、重要である。健康は、人が自己実現を図るための資源であるとともに、社会全体の活力を生み出す資源でもある。学校では、歯科保健の取組の中でも教職員等が協力し、むし歯の治療など歯科保健管理の取組に留まらず、心身の発育・発達の段階にある子どもが、教育（学習）や体験を通じて人格形成を図るとともに健康づくりの基礎的な素養を培う場でもあるということを忘れてはいけない。

高等学校等では、卒業後には社会へ巣立つ者もあり、職場や大学等では自立した意識や生活行動が求められ、近い将来親となることなども予想されることなどから、自分や家族などを含めた生涯にわたる健康の保持増進が自律的に実践できるようにする完成の時期という観点からも歯科保健の大切さを理解させ、実践できるようにすることが必要であり、障害のある子どもの障害の種類や程度と発育・発達段階に即しながら、歯・口の健康づくりの活動を通じて、健康意識や健康行動の変容を促し、自らの力を最大限に発揮させ、自立に向けた態度や習慣を身に付けることができるようにするという視点も重要である。

高等学校等における歯・口の健康づくりでは、むし歯や歯周病などの疾病予防と同時に、食と健康との関係、生涯にわたって食べる機能の保持、スポーツによる歯・口の外傷の発生について理解し予防しようとする態度を育成し、歯や口の健康課題を自ら発見し解決して、生涯にわたって進んで健康によい生活行動が実践できるようにする必要がある。そのためには、各校において、学年・学級や学校全体など集団やハイリスクの者など対象に応じてどのような取組が必要であろうか、保護者や学校医との連携はどうしたらよいか、生徒の主体的な取り組みなどを促すにはどうしたらよいかなど関係者が一丸（ONE TEAM）となった取り組みが望まれる。

埼玉県高等学校等において、歯科保健を通して生徒の自立的健康づくりの一層の充実を目指すために、本調査結果が活用されることを期待したい。

## 資料編





## 高等学校における歯科保健状況調査アンケートのお願い



埼玉県マスコット「コバトン・さいたまっち」

このアンケートは、埼玉県内の高等学校の生徒の皆さんに行うものです。  
高校生の日常生活の様子や歯・口の健康、歯・口、全身のけがについての調査を行い、  
高等学校での歯科保健活動に役立てるものです。

率直なご回答、ご協力をお願いします。

○このアンケートは自由意志で実施します。

○答えたくない質問には答えなくてかまいませんが、できるだけ回答していただくように  
お願いします。

○質問の項目は、以下の内容となっています。

①～⑨「生活全体について」

⑩～⑭「歯・口の健康について」

⑮～⑳「歯・口、全身のけがについて」

○この調査で個人が特定されることはありません。

○この調査票は適切に管理し、統計処理後は破棄します。

埼玉県学校保健会

埼玉県教育委員会

|     |   |
|-----|---|
| 学 年 | 年 |
|-----|---|

|     |   |
|-----|---|
| 年 齢 | 歳 |
|-----|---|

|       |
|-------|
| 男 ・ 女 |
|-------|

## ★「生活全体について」

① 部活動に入っていますか（同好会、愛好会は除きます）（○印は1つ）

|          |           |                      |
|----------|-----------|----------------------|
| 1. 入っている | 2. 入っていない | 3. 入っていた（3年生で引退した場合） |
|----------|-----------|----------------------|

【質問①で「1. 入っている」または「3. 入っていた」をお答えの方にお尋ねします】

①一補問：入っている（た）部活動を具体的に記入下さい（複数の場合は全て記入下さい）

|  |   |
|--|---|
|  | 部 |
|--|---|

② 通学時間はどのくらいですか（片道）

|    |   |
|----|---|
| 時間 | 分 |
|----|---|

③ 平日（試験前は除く）に寝るのは何時ごろですか（○印は1つ）

|             |            |            |             |
|-------------|------------|------------|-------------|
| 1. 午後 11 時前 | 2. 午前 0 時前 | 3. 午前 2 時前 | 4. 午前 2 時以降 |
|-------------|------------|------------|-------------|

④ 夜はすぐに眠れますか（○印は1つ）

|           |            |            |
|-----------|------------|------------|
| 1. すぐに眠れる | 2. まあまあ眠れる | 3. あまり眠れない |
|-----------|------------|------------|

⑤ 平日に朝食は食べていますか（○印は1つ）

|            |            |         |
|------------|------------|---------|
| 1. 毎日食べている | 2. 時々食べている | 3. 食べない |
|------------|------------|---------|

⑥ 食事中は、意識してよく噛んでいますか（○印は1つ）

|                |                  |                 |
|----------------|------------------|-----------------|
| 1. 意識してよく噛んでいる | 2. 時々意識してよく噛んでいる | 3. 意識してよく噛んではない |
|----------------|------------------|-----------------|

⑦ 帰宅時に手洗いやうがいしていますか（○印は1つ）

|           |           |          |
|-----------|-----------|----------|
| 1. 毎回している | 2. 時々している | 3. していない |
|-----------|-----------|----------|

⑧ 次のうち、あてはまるものはどれですか（あてはまるもの全てに○印）

|                                  |                             |                  |
|----------------------------------|-----------------------------|------------------|
| 1. 異性の存在が気になる                    | 2. 性に興味がある                  | 3. 自分の髪形や服装が気になる |
| 4. 健康問題で気になることがある                | 5. 自分が周りからどのように見られているのか気になる |                  |
| 6. 特定の異性の友人がいる                   | 7. 保護者と一緒に行動したくない           |                  |
| 8. 「自分は子どもでもないし、大人でもない」と感じることもある |                             |                  |
| 9. 仲のよい友人がいる                     | 10. あてはまるものはない              |                  |

【質問⑧で「4. 健康問題で気になることがある」とお答えの方にお尋ねします】

⑨ 気になる健康問題はなんですか（あてはまるもの全てに○印）

|            |                |             |          |
|------------|----------------|-------------|----------|
| 1. 睡眠不足    | 2. 不規則な生活習慣    | 3. こころの健康   | 4. けが    |
| 5. スポーツ障害  | 6. 運動不足        | 7. 肥満または、やせ | 8. アレルギー |
| 9. むし歯や歯肉炎 | 10. 風邪やインフルエンザ | 11. 視力の問題   |          |

★「歯・口の健康について」

⑩ 自分の歯・口の健康に関心がありますか（○印は1つ）

- |       |         |       |
|-------|---------|-------|
| 1. ある | 2. 少しある | 3. ない |
|-------|---------|-------|

⑪ 自分の歯・口の健康に自信がありますか（○印は1つ）

- |       |         |       |
|-------|---------|-------|
| 1. ある | 2. 少しある | 3. ない |
|-------|---------|-------|

⑫ 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（あてはまるもの全てに○印）

- |        |              |                                           |                                     |
|--------|--------------|-------------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. むし歯 | 2. 歯肉炎       | 3. 歯石                                     | 4. プラーク（ <small>しこう</small> 歯垢）     |
| 5. 口臭  | 6. フッ化物（フッ素） | 7. 脱灰、再石灰化<br><small>だっかい さいせつかいか</small> | 8. 不正咬合<br><small>ふせいこうごう</small>   |
|        |              |                                           | 9. 顎関節症<br><small>かくかんせつしょう</small> |

⑬ 次の言葉を知っていますか、知っているものをすべて選んでください（あてはまるもの全てに○印）

- |       |            |         |           |          |          |
|-------|------------|---------|-----------|----------|----------|
| 1. 食育 | 2. 8020 運動 | 3. 口腔ケア | 4. マウスガード | 5. 歯科衛生士 | 6. 歯科技工士 |
|-------|------------|---------|-----------|----------|----------|

⑭ 定期的に歯科医院でお口のチェックを受けていますか（○印は1つ）

- |            |          |          |           |
|------------|----------|----------|-----------|
| 1. 1年に3回以上 | 2. 1年に2回 | 3. 1年に1回 | 4. 受けていない |
|------------|----------|----------|-----------|

⑮ 歯みがきは1日のうち、いつしていますか（あてはまるもの全てに○印）

- |        |        |        |        |        |         |
|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
| 1. 起床時 | 2. 朝食後 | 3. 昼食後 | 4. 夕食後 | 5. 就寝時 | 6. みがない |
|--------|--------|--------|--------|--------|---------|

⑯ あなたが歯をみがく理由はなんですか（あてはまるもの全てに○印）

- |                     |              |                  |
|---------------------|--------------|------------------|
| 1. むし歯予防            | 2. 歯肉炎予防     | 3. プラーク（歯垢）を取り除く |
| 4. 歯の白さを保つ          | 5. 口臭を抑える    | 6. 口の中をすっきりさせる   |
| 7. 風邪やインフルエンザの予防    | 8. エチケットやマナー | 9. からだ全体の健康      |
| 10. 保護者や周りの人に言われるから |              |                  |

⑰ 最近、口の中で気になることはありますか（あてはまるもの全てに○印）

- |                    |               |          |         |
|--------------------|---------------|----------|---------|
| 1. むし歯             | 2. プラーク（歯垢）   | 3. 歯の色   | 4. 歯肉の色 |
| 5. 歯肉の腫れや出血        | 6. 歯ならび・咬み合わせ | 7. 口臭    |         |
| 8. あごの音や痛み・口の開けにくさ | 9. 口の中の痛み     | 10. 特にない |         |

⑱ 小学校や中学校の時に実施していたことはありますか（あてはまるもの全てに○印）

- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| 1. 昼食後（給食後）の歯みがき | 2. 歯科保健の授業（歯みがきの仕方など） |
| 3. フッ化物洗口        | 4. 覚えていない             |

⑲ 小学生や中学生の時に、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか（あてはまるもの全てに○印）

- |                   |                  |
|-------------------|------------------|
| 1. むし歯            | 2. 歯肉炎（歯垢や歯肉の状態） |
| 3. 顎関節・噛み合わせ・歯ならび | 4. 受診を勧められたことはない |

【質問⑲で「1」「2」「3」の受診を勧められたことがあるとお答えの方にお尋ねします】

⑳ 歯科医院等を受診しましたか（○印は1つ）

- |       |        |
|-------|--------|
| 1. はい | 2. いいえ |
|-------|--------|

- ②① 小学生の時に、家庭で仕上げみがきをしてもらったことがありますか（○印は1つ）

1. はい 2. いいえ

- ②② 高校生になって、学校の歯科健康診断で以下のことで受診を勧められたことはありますか  
（あてはまるもの全てに○印）

1. むし歯 2. 歯肉炎（歯垢や歯肉の状態）  
3. 顎関節・噛み合わせ・歯ならび 4. 受診を勧められたことはない

【質問②②で「1」「2」「3」の受診を勧められたことがあるとお答えの方にお尋ねします】

- ②③ 歯科医院等を受診しましたか（○印は1つ）

1. はい 2. いいえ 3. これから受診する予定である

【質問②③で「2. いいえ」とお答えの方にお尋ねします】

- ②④ 歯科医院等を受診しない理由はなんですか（あてはまるもの全てに○印）

1. 勉強や塾で通う時間がない 2. 部活動やスポーツで通う時間がない  
3. お金がかかるから 4. 面倒である  
5. 痛いから 6. 自覚症状がない 7. なんとなく

### ★「歯・口、全身のけがについて」

- ②⑤ 高等学校に入学してから、けがをして医療機関を受診したことはありますか（○印は1つ）

※学校以外やスポーツ以外も含む全般で

1. ある 2. ない

- ②⑥ 高等学校に入学してから、運動・スポーツでけがをして医療機関を受診したことはありますか（○印は1つ）

1. ある 2. ない

【質問②⑥で「1. ある」とお答えの方にお尋ねします】

- ②⑦ けがをした体の部位はどこですか（あてはまるもの全てに○印）

1. 頭 2. 顔（額・目・鼻・耳・頬） 3. 歯、口、顎  
4. 体幹（首・肩・胸・腹・背中・腰・尻） 5. 上肢（腕・手） 6. 下肢（脚・足）

★以下の質問は、けがをしたことの有無にかかわらず、お答えください

- ②⑧ あなたは、自分の工夫や努力によってけがを防げると感じますか（○印は1つ）

1. 思う 2. 時々思う 3. 思わない

- ②⑨ あなたは、スポーツをする時、けがの防止について仲間と話し合うことはありますか（○印は1つ）

1. ある 2. 時々ある 3. ない

- ③⑩ スポーツマウスガードは歯・口のけが防止に有効であることを知っていますか（○印は1つ）

1. 知っていて使用している 2. 知っているが使用していない 3. 知らない  
4. マウスガード自体を聞いたことがない

～ ご協力ありがとうございました ～



## 高等学校等における歯科保健研究委員会設置要綱

### (趣旨)

第 1 条 この要綱は、高等学校等の歯科保健状況について調査・研究するため、高等学校等における歯科保健研究委員会（以下「委員会」という。）の設置について必要な事項を定めることを目的とする。

### (所掌事務)

第 2 条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 高等学校及び特別支援学校高等部における歯科保健研究における調査・情報収集に関すること。
- (2) 情報収集結果の研究・まとめに関すること。
- (3) その他高等学校等における歯科保健の課題解決に関すること。

### (組織)

第 3 条 委員会は、別表に掲げる委員をもって構成する。

2 委員会に委員長を置き、委員の互選とする。

3 委員会に副委員長を置き、埼玉県教育局県立学校部保健体育課主席指導主事をもって充てる。

### (運営)

第 4 条 委員長は、委員会を総括する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

### (任期)

第 5 条 委員の任期は、平成 31 年 3 月 30 日までとする。

### (会議)

第 6 条 委員会は、委員長が招集し、その議長となる。

2 委員会は、必要があるときは、関係者の出席を求めて、意見を聞くことができる。

### (庶務)

第 7 条 委員会の庶務は、埼玉県学校保健会幹事において処理する。

### (その他)

第 8 条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営について必要な事項は、委員長が別に定める。

### 附 則

この要綱は、平成 29 年 7 月 21 日から施行する。

別表（第3条関係） 委員

|               |        |            |
|---------------|--------|------------|
| 埼玉県学校保健会      | 齋藤 秀子  | 県学校保健会常任理事 |
| 東京女子体育大学      | 戸田 芳雄  | 学識経験者      |
| 明海大学（学長）      | 安井 利一  | 学識経験者      |
| 埼玉県歯科医師会学校歯科部 | 吉田 明弘  | 学校歯科保健関係者  |
| 県立越谷西高等学校     | 井上 寿枝  | 高等学校長協会代表  |
| 県立浦和商业高校      | 三谷 和子  | 養護教諭       |
| さいたま市立浦和高校    | 久保田かおる | 養護教諭       |
| 県立学校部保健体育課    | 石川 泰成  | 教育局        |

（順不同・敬称略）

## 高等学校等における歯科保健研究委員会設置要綱

### (趣旨)

第 1 条 この要綱は、高等学校等の歯科保健状況について調査・研究するため、高等学校等における歯科保健研究委員会（以下「委員会」という。）の設置について必要な事項を定めることを目的とする。

### (所掌事務)

第 2 条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 高等学校及び特別支援学校高等部における歯科保健研究における調査・情報収集に関すること。
- (2) 情報収集結果の研究・まとめに関すること。
- (3) その他高等学校等における歯科保健の課題解決に関すること。

### (組織)

第 3 条 委員会は、別表に掲げる委員をもって構成する。

- 2 委員会に委員長を置き、委員の互選とする。
- 3 委員会に副委員長を置き、埼玉県教育局県立学校部保健体育課主席指導主事をもって充てる。

### (運営)

第 4 条 委員長は、委員会を総括する。

- 2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

### (任期)

第 5 条 委員の任期は、平成 31 年 3 月 30 日までとする。

### (会議)

第 6 条 委員会は、委員長が招集し、その議長となる。

- 2 委員会は、必要があるときは、関係者の出席を求めて、意見を聞くことができる。

### (庶務)

第 7 条 委員会の庶務は、埼玉県学校保健会幹事において処理する。

### (その他)

第 8 条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営について必要な事項は、委員長が別に定める。

### 附 則

この要綱は、平成 29 年 7 月 21 日から施行する。

この要綱は、平成 30 年 6 月 15 日から施行する。

別表（第3条関係） 委員

|             |        |            |
|-------------|--------|------------|
| 埼玉県学校保健会    | 齋藤 秀子  | 県学校保健会常任理事 |
| 東京女子体育大学    | 戸田 芳雄  | 学識経験者      |
| 明海大学（学長）    | 安井 利一  | 学識経験者      |
| 県歯科医師会学校歯科部 | 吉田 明弘  | 学校歯科保健関係者  |
| 県立和光南特別支援学校 | 上條 岳   | 高等学校長協会代表  |
| 県立浦和商业高校    | 三谷 和子  | 養護教諭       |
| さいたま市立浦和高校  | 久保田かおる | 養護教諭       |
| 県立学校部保健体育課  | 駒崎 弘匡  | 教育局        |

（順不同・敬称略）

## 高等学校等における歯科保健研究委員会設置要綱

### (趣旨)

第1条 この要綱は、高等学校の歯科保健状況について調査・研究するため、高等学校における歯科保健研究委員会（以下「委員会」という。）の設置について必要な事項を定めることを目的とする。

### (所掌事務)

第2条 委員会は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 高等学校における歯科保健研究における調査・情報収集に関すること。
- (2) 情報収集結果の研究・まとめに関すること。
- (3) その他高等学校における歯科保健の課題解決に関すること。

### (組織)

第3条 委員会は、別表に掲げる委員をもって構成する。

2 委員会に委員長を置き、委員の互選とする。

3 委員会に副委員長を置き、埼玉県教育局県立学校部保健体育課主席指導主事をもって充てる。

### (運営)

第4条 委員長は、委員会を総括する。

2 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故あるときは、その職務を代理する。

### (任期)

第5条 委員の任期は、令和2年3月31日までとする。

### (会議)

第6条 委員会は、委員長が招集し、その議長となる。

2 委員会は、必要があるときは、関係者の出席を求めて、意見を聞くことができる。

### (庶務)

第7条 委員会の庶務は、埼玉県学校保健会幹事において処理する。

### (その他)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営について必要な事項は、委員長が別に定める。

### 附 則

この要綱は、平成31年4月1日から施行する。

この要綱は、令和元年9月5日から施行する。

|             |        |            |
|-------------|--------|------------|
| 埼玉県学校保健会    | 齋藤 秀子  | 県学校保健会常任理事 |
| 明海大学（学長）    | 安井 利一  | 学識経験者      |
| 明海大学（客員教授）  | 戸田 芳雄  | 学識経験者      |
| 県歯科医師会学校歯科部 | 吉田 明弘  | 学校歯科保健関係者  |
| 県歯科医師会学校歯科部 | 苗代 明   | 学校歯科保健関係者  |
| 県立和光南特別支援学校 | 上條 岳   | 高等学校長協会代表  |
| 県立浦和商业高校    | 三谷 和子  | 養護教諭       |
| さいたま市立浦和高校  | 久保田かおる | 養護教諭       |
| 県立学校部保健体育課  | 駒崎 弘匡  | 教育局        |

(順不同・敬称略)

|               |        |            |
|---------------|--------|------------|
| 埼玉県学校保健会      | 伊藤 雄介  | 県学校保健会常任理事 |
| 明海大学（学長）      | 安井 利一  | 学識経験者      |
| 明海大学（客員教授）    | 戸田 芳雄  | 学識経験者      |
| 埼玉県歯科医師会      | 齋藤 秀子  | 学校歯科保健関係者  |
| 埼玉県歯科医師会学校歯科部 | 新井 豊   | 学校歯科保健関係者  |
| 埼玉県歯科医師会学校歯科部 | 苗代 明   | 学校歯科保健関係者  |
| 埼玉県立和光南特別支援学校 | 上條 岳   | 高等学校長協会代表  |
| 埼玉県立浦和商业高校    | 三谷 和子  | 養護教諭       |
| さいたま市立浦和高校    | 久保田かおる | 養護教諭       |
| 県立学校部保健体育課    | 駒崎 弘匡  | 教育局        |

(順不同・敬称略)

高等学校等における歯科保健研究委員会 調査報告書

発行日 令和2年2月

発行者 埼玉県教育委員会・埼玉県学校保健会

担 当 埼玉県教育局県立学校部保健体育課

課長 伊藤 治也

主席指導主事 駒崎 弘匡

主幹 増田 博成

指導主事 芦川 恵美

埼玉県学校保健会

書記 上兼 恵美子

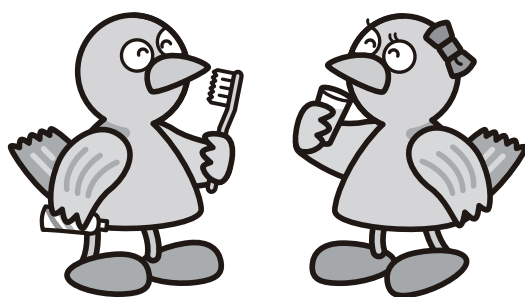
所在地 埼玉県さいたま市浦和区高砂3-15-1

電話 048-830-6963

印刷所 株式会社 信勝堂

埼玉県さいたま市中央区八王子2-4-2

電話 048-637-3393



埼玉県のマスコット  
「コバトン」