

VIII

歯と口の健康づくりマニュアル Ⅷ

成人歯科健診マニュアル

〔はたち歯周病検診・20歳のデンタルケア〕

仙 台 市

歯と口の健康づくりネットワーク会議

はじめに

生涯にわたる生活の質（QOL）を高く維持するためには全身の健康が基本です。そして、この全身の健康を支えているのが口の健康です。歯周病は、成人期において未だに有病者率等が高いこと、基礎疾患や生活習慣との関係が注目されていること、歯周病が全身の疾患の治療成績に関わること、更には口腔機能の低下が高齢者の虚弱の引き金となること等から、より一層の歯周病予防対策の推進が求められています。

仙台市は「歯と口の健康づくり」を 107 万市民の健康づくり基本計画「第 2 期いきいき市民健康プラン」の重点分野に位置づけ、関係諸団体と連携し取り組みをすすめています。

「歯と口の健康」の目標達成にむけた具体的な行動計画の企画、立案、実行に関する検討や進行管理を担う組織である「歯と口の健康づくりネットワーク会議」では、これまで歯周病予防の具体的な方法をマニュアルやリーフレット等の媒体として示し、関係者と取り組みの方向性を共有しながら、広く市民へ啓発してまいりました。

仙台市の成人歯科健診事業の主要事業ともいえる歯周病の節目健診は、平成 12 年度に 40 歳・50 歳を対象に「歯周疾患検診」として開始し、平成 16 年度には、「20 歳（はたち）のデンタルケア」を市単独事業として実施、更に、平成 17 年度には 60 歳・70 歳へと対象年齢を拡大しました。

同年、「歯と口の健康づくりネットワーク会議」は、歯周病予防の基礎的な知識の解説書として、「IV. 歯周疾患予防推進マニュアル」を、歯周疾患検診の場での具体的な歯周病予防の支援の解説を「V. 歯周疾患検診マニュアル」としてまとめました。

更に平成 19 年度、市は健診の対象年齢に 30 歳を加え、20 歳から 70 歳までの全てのライフステージの節目年齢を迎える市民に対する健診体制を整えました。

歯周疾患検診は、平成 20 年度より、健康増進法に基づく事業の一環として実施しているところですが、平成 27 年 6 月、国は新たな指針として「歯周病検診マニュアル 2015」をとりまとめました。

本市においても新たな知見を踏まえ、「IV. 歯周疾患予防推進マニュアル」と「V. 歯周疾患検診マニュアル」を包含し、新たに「歯と口の健康づくりⅧ成人歯科健診〔歯周病検診・20歳のデンタルケア〕マニュアル」として発行いたします。

本書が多くの関係者の皆様に活用されることにより、市民の歯と口の健康増進に大いに役立つことを願っております。

仙台市歯と口の健康づくり ネットワーク会議

(一社)仙台市医師会
(一社)仙台歯科医師会
(一社)仙台市薬剤師会
(一社)宮城県歯科衛生士会
仙台市教育委員会
仙台市私立幼稚園連合会
仙台市PTA協議会
仙台市保育所連合会
東北大学大学院歯学研究科
宮城産業保健総合支援センター
仙台市

VIII 成人歯科健診^{はたち}〔歯周病検診・20歳のデンタルケア〕マニュアル

目次

第1章

成人歯科健診の意義

- (1) 成人歯科健診の基本的考え方と位置付け ……1
- (2) 成人歯科健診において受診者に伝えたいこと …1
 - ①歯周病は知らない間に進行すること
 - ②全身疾患に影響を与えて病気を進めること
 - ③歯周病は全身疾患の治療の妨げとなること
 - ④健康寿命を延ばすには健康な食生活をささえる口腔が必要なこと
 - ⑤若い世代の健康は次世代の健康につながること(20歳のデンタルケア)
- (3) 成人歯科健診で目指すこと ……4

第2章

歯周病検診・20歳のデンタルケアの概要

- (1) 対象者 ……5
- (2) 受診券 ……5
- (3) 検査項目 ……5
- (4) 保健指導 ……5
- (5) 健診の流れ ……6
 - ①受診券の送付
 - ②受付
 - ③健診
 - ④健診結果の判定
 - ⑤結果の説明
 - ⑥判定区分に基づく保健指導
 - ⑦保健指導担当者署名
 - ⑧精密検査
 - ⑨結果報告
 - ⑩実績報告

第3章

健診の事前準備

- (1) スタッフの役割分担と連携 ……8
 - ①関係書類の保管
 - ②受診者の受付
 - ③健診
 - ④健診結果の判定と報告
 - ⑤判定区分に基づく保健指導
 - ⑥保健指導担当者署名
- (2) 受診者への接し方と個人情報の保護 ……8

- (3) 受診者に対して考慮すべき点 ……9
 - ①専門用語の使用は控える
 - ②受診者と同じ視点で伝える
 - ③行動(態度)を変える体験学習へ
 - ④行動変容を導く指導とは

第4章

健診項目と判定基準

- (1) 検査項目 ……11
 - ①問診
 - ②口腔内診査
 - ③歯周組織の状況
 - ④口腔清掃状態
 - ⑤その他の所見
- (2) 検査結果の判定 ……16

第5章

判定区分に基づく対応

- (1) 健診結果の説明 ……17
- (2) 健診結果に基づく保健指導 ……18
- (3) 保健指導担当者署名 ……19
- (4) 市への連絡事項 ……20
- (5) 保健指導用リーフレットの解説 ……20

第6章

関係帳票ほか

- (1) 受診券 ……35
- (2) 健診票 ……36
 - ①歯周病検診(提出用)
 - ②20歳のデンタルケア(提出用)
 - ③歯周病検診(受診者控:複写3枚目)
 - ④20歳のデンタルケア(受診者控:複写3枚目)

◆参考資料

- (1) 関連通知
- (2) せんだい歯と口の健康づくりネット
- (3) 日本歯周病学会
- (4) 日本臨床歯周病学会
- (5) 日本循環器学会
- (6) e-ヘルスネット(歯・口の健康)
- (7) 日本歯科医師会

◆歯と口の健康づくりに関する問合せ先

第1章 成人歯科健診の意義

(1) 成人歯科健診の基本的考え方と位置づけ

仙台市の歯周病検診及び20歳のデンタルケアは、健康増進法及び仙台市「第2期いきいき市民健康プラン」に基づき実施しています。歯周病予防及び進行抑制のために、口腔状態や生活習慣に合わせた適切な歯科保健指導を行い、セルフケア能力の向上を支援することで、青年期、壮年期を通して口腔の健康を維持し、豊かな高齢期を迎えることができるよう、歯の喪失予防を目的に実施するものです。

歯周病は若年者の歯肉炎に始まり、30歳・40歳代で潜在的に進行し50歳以降の急激な歯の喪失につながります。歯周病の予防には、市民一人ひとりが日々のセルフケアを充実させ、定期的にかかりつけ歯科医による健診とプロフェッショナルケアを受けることが重要となります。

ほとんどの市民が歯周病に罹患しているため、成人歯科健診では受診者がいかに口の健康が生涯の全身の健康に結び付くかを理解して行動を起こすことができるか、といった気づきへの支援が大きな意義をもちます。そして、この気づきをきちんと育て、一緒に生涯の健康へ向う信頼関係にあるのが「かかりつけ歯科医」です。受診者にとってこの健診は「かかりつけ歯科医」とともに歯と口の健康を高める第一歩となるでしょう。

(2) 成人歯科健診において受診者に伝えたいこと

① 歯周病は知らない間に進行すること

初期の歯周病は痛みを発することは少なく、中等度以上に進行すると、痛みを伴う自覚症状が急に現れます。また、治療後の治癒形態も補綴が必要な状態になって、元の健康な状態には戻れません。さらに、歯周病治癒後も、口腔清掃を油断しておろそかにすると、直ぐに再発して治療前の状態に戻ってしまいますので、定期的な歯周病検査を含めたメンテナンスを継続する必要があります。特に進行した歯周病を治療した場合は、継続したSPT（Supportive Periodontal Therapy）を行うことで、病状の進行抑制や咀嚼機能を始めとする口腔機能を維持・確保できますので、症状が無くても、歯周病の指摘を受けたら、いち早く治療を開始することが大切です。

しかしながら、これまで節目健診として実施している歯周病検診は、受診券を対象市民に直接送付しているにもかかわらず、受診率は10%前後と低率で、市民の歯周病への関心は高いとは言いがたい現状があります。また、受診行動には世代格差や性差があり、特に受診率の低い働き盛り世代への働きかけは将来の歯周病の重症化を防ぐ上で重要です。

② 全身疾患に影響を与えて病気を進めること

歯周病を放置した場合は、全身の健康状態に大きな影響を与えて増悪します。現在は、表1に示すように歯周病は基礎疾患（糖尿病、関節リウマチ）、動脈硬化に伴う狭心症・心筋梗塞・脳梗塞等、そして生活習慣（喫煙等）や妊娠、内臓型肥満との関連が解明されつつあります。健康長寿を考えると、歯周病を口だけの病気と考えるわけにはいかないのです。

表1 歯周病と基礎疾患及び妊娠、生活習慣との関連性について

基礎疾患、生活習慣等	歯周病との関係性	保健指導
糖尿病	糖尿病による免疫系機能や末梢血管循環の障害のため、糖尿病の人は、歯周病が悪化しやすい。 また、歯周病局所から血中に漏れ出すサイトカインが全身の糖代謝のバランスを崩して糖尿病が進行しやすくなるなど、歯周病と糖尿病の相互の関与が示されている。	糖尿病患者については、病状が管理されているか確認し、歯周病との関連を説明する。また、血糖値が高いなどの予備軍についても受診者から情報を得たら、同様に定期的な血糖値のスクリーニング等による自己管理を勧める。
関節リウマチ	歯周病原菌の酵素が関節リウマチの免疫反応を亢進する可能性が報告され、関節リウマチと歯周病の関連が示唆されている。	炎症反応の増悪に歯周炎が関与することが報告されており、歯周病の治療により症状の改善の可能性が高いことからリウマチの既往のある受診者には歯周病の予防や治療を積極的に勧める。
動脈硬化を伴う狭心症・心筋梗塞・脳梗塞	動脈硬化の病変部位から歯周病原菌が検出されたため、歯周病原細菌が関係している可能性が示唆されている。	歯周病が糖尿病や動脈硬化などの生活習慣病のリスク因子であることが注目されている。糖尿病と同様、これらの疾患の管理の一つとして歯周病も含まれることを説明する。
喫煙	口腔がんの危険因子になるだけでなく、歯周組織の修復機能を障害したり、細菌の病原性を強化したりすることから、歯周病の最大のリスク因子の一つとなる。	喫煙者には禁煙指導を行う。自己禁煙に自信がない者には医療機関での禁煙治療を勧める。ブリンクマン指数（一日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上で、ニコチン依存症のスクリーニングテスト（TDS） ^{*1} が5点以上であれば保険給付による禁煙治療が受けられる。 *1は巻末、参考資料(5)を参照
妊娠	歯周病は、歯周病局所から血中に漏れ出すシグナル物質により、早産・低体重児出産のリスク因子となることが示唆されている。	歯周病を発症、増悪化しやすい口腔環境のため、食生活やつわりなどによる口腔ケアの方法を伝える。また進行した歯周病の治療は胎児への影響も考慮し、速やかな受診を勧める。
内臓型肥満	内臓型肥満等による脂肪組織からの生理活性物質の産生異常が、歯周病の誘因となる可能性が示唆されている。	動脈硬化などと同様、生活習慣病のリスクとなりえる。歯周病管理による血中の脂質のコントロールが重要なことを伝え、必要に応じて脂質検査や体重の積極的管理を勧める。

③ 歯周病は全身疾患の治療の妨げとなること

近年、医科歯科連携によるがん治療の推進により、市民の間でも周術期口腔機能管理の重要性が認識されるようになってきました。歯周病が進行したまま放置されていると、急に発症した全身疾患の処置を行う場合に大きな障害となり、場合によっては全身疾患の治療の延期や中断も必要になります（1-1）。口腔も臓器の一部ですので、歯周組織の健康維持も日常的にしっかりと行っていると、いざ体に緊急事態が生じた場合でも、安心して

1-1 歯周病は全身疾患の治療の妨げとなる



全身疾患の治療に臨めます。

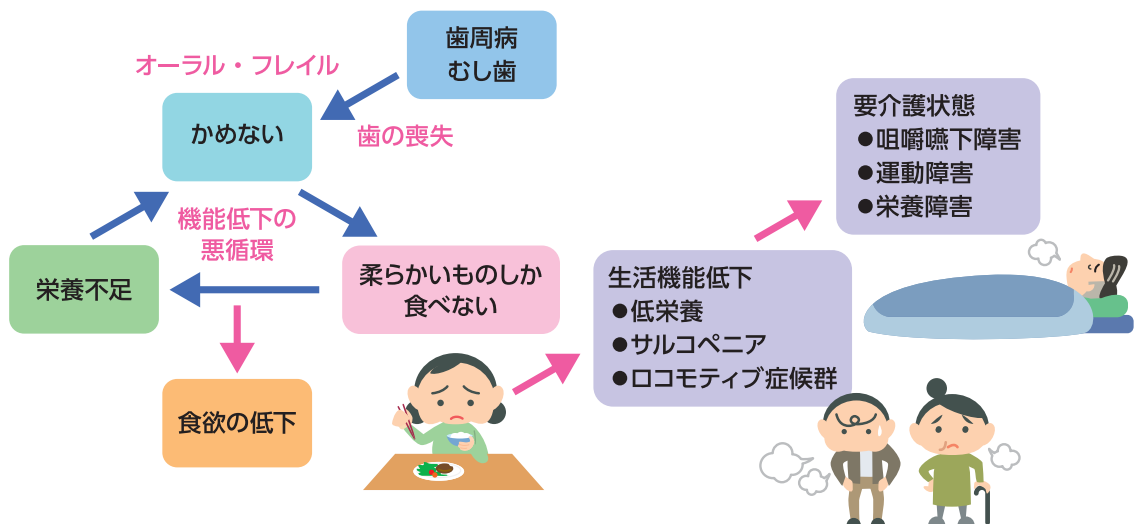
糖尿病に関しては、歯周病が糖尿病の病態を悪化させ、歯周病を治療すると糖尿病が治りやすくなることが知られています（表1）。心臓疾患を持つ患者の歯周病治療時には、抗生剤の治療前投与が必要になるように、様々な医療の局面で歯周病は問題となります。

④健康寿命を延ばすには健康な食生活をささえる口腔が必要なこと

日本は超高齢社会に突入し、高齢者であっても元気に自立して日常生活を送ることが大切です。この元気を低下させる高齢者の虚弱（フレイル）は、日々の食生活が偏って、バランスの良い十分な栄養を摂れない低栄養状態が続くと、全身の筋肉が少なくなるサルコペニアの状態や筋力低下によって動作が鈍くなるロコモティブ症候群が進行することが原因です（1-2）。

高齢者が元気に日常生活を送る基本となるのが毎日の食生活です。食生活を支えるのは口腔の咀嚼機能であり、これが低下する状態（オーラルフレイル）を作る原因は、歯科の2大疾患であるう蝕と歯周病です。歯周病を予防する事によって、口腔機能を良い状態に保つことが、健康寿命を伸延させます。

1-2 フレイルの悪循環



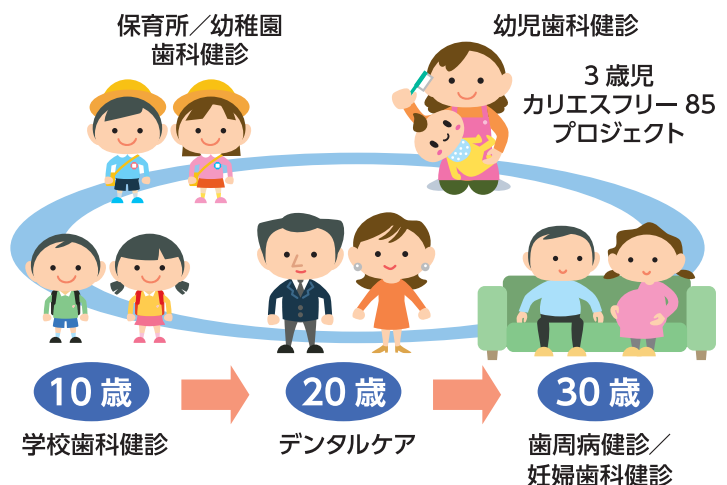
⑤若い世代の健康は次世代の健康につながる（20歳のデンタルケア）

20歳は成人をお祝いする節目の年です。大人として「自分や家族の健康に対する責任」を自覚することも大切です。う蝕や歯周病のない口腔の健康状態は自信につながります。

また、自身の口の健康管理や生活習慣は、未来の家族の健康管理に引き継がれます（1-3）。

若い世代に、歯周病予防の基礎知識を伝え、セルフケアの実践を支援するとともに、かかりつけ歯科医での定期予防管理につなげる機会として、「20歳のデンタルケア」は、絶好のチャンスです。

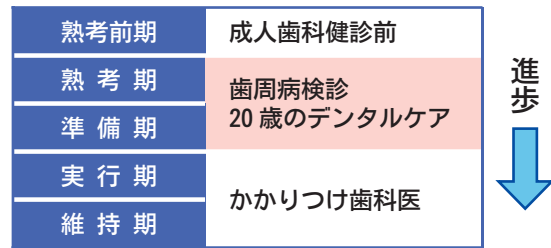
1-3 次世代の健康まで見すえた口腔保健のとらえ方



(3) 成人歯科健診で目指すこと

一般に歯周病は潜在的に進行することから、受診者自身が歯周病の罹患状態に気づいていない場合が多く見られます。従って、この健診によって受診者自身が口腔状態を自覚し、生活の質（QOL）に対しての不利益を理解し、歯周病予防の行動へ結びつくようなものでなければなりません（1-4）。同時に受診者にとってかかりつけ歯科医で口腔管理を行うことは、十分な利益還元となり、満足のいくものであることを理解することも必要です。

1-4 「無自覚」から「行動」へつなぐ成人歯科健診



健診の効果をより一層高めるために

- 指定された指導リーフレットを活用する。
- 本マニュアルを活用し、基本的な知識を伝達する。
- 医科と連携を強め、全身と口の健康づくりを支援する。

等が挙げられます。

成人歯科健診では、受診者と歯と口の健康を一緒に考え、生活の質の向上を目指す伴走者の立場から、受診者が

- ① 自身の現在の口腔内状況を把握する。
- ② 自身が行うセルフケアについて理解する。
- ③ 予防処置を受けるため、かかりつけ歯科医で定期健診を受ける。

ことを目的にします。

そのため、受診者と歯科スタッフとが信頼関係を築けるよう歯科スタッフの知識を高め、一定レベルの保健指導内容となるように、関係諸団体に検討・制作した指導リーフレット（歯と口の健康づくりネットワーク会議制作）を使用します。また、全身疾患と口腔の関係を受診者に伝えることができれば全身疾患を持つ受診者の有益な情報となるでしょう。また、かかりつけ歯科医を定期的に受診するという行動を習慣化するための導入には、歯間清掃用具の使い方を説明するのがよいでしょう。歯間清掃用具を体験し触れてみたりすることにより、かかりつけ歯科医の行う予防処置について体験を通して理解していただきます。

成人歯科健診は、スクリーニング検査（第二次予防）に健康増進への学習を（第一次予防）を加味することが重要です。さらに治療が必要な方に対しては、早期治療や失われた機能の回復の必要性への気づきを誘導し、それぞれの状況に合わせた保健行動を学習させることが重要です。成人歯科健診の成果を上げるためには、歯科医師のみならず、歯科衛生士をはじめとする歯科スタッフ全員が健診の趣旨を理解し、歯科医院全体で取り組んでいくことが重要です。

第2章 歯周病検診・20歳のデンタルケアの概要

(1) 対象者

年度内に20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳に到達する市民（節目年齢）

*対象年齢以外の方が受診した場合は委託料をお支払いできません。

(2) 受診券

「歯周病検診（20歳のデンタルケア）受診券」「登録医療機関名簿」は、あらかじめ対象者のみに送付されます。登録医療機関においては、受診希望者を受診券で確認したうえ、健診を行います。

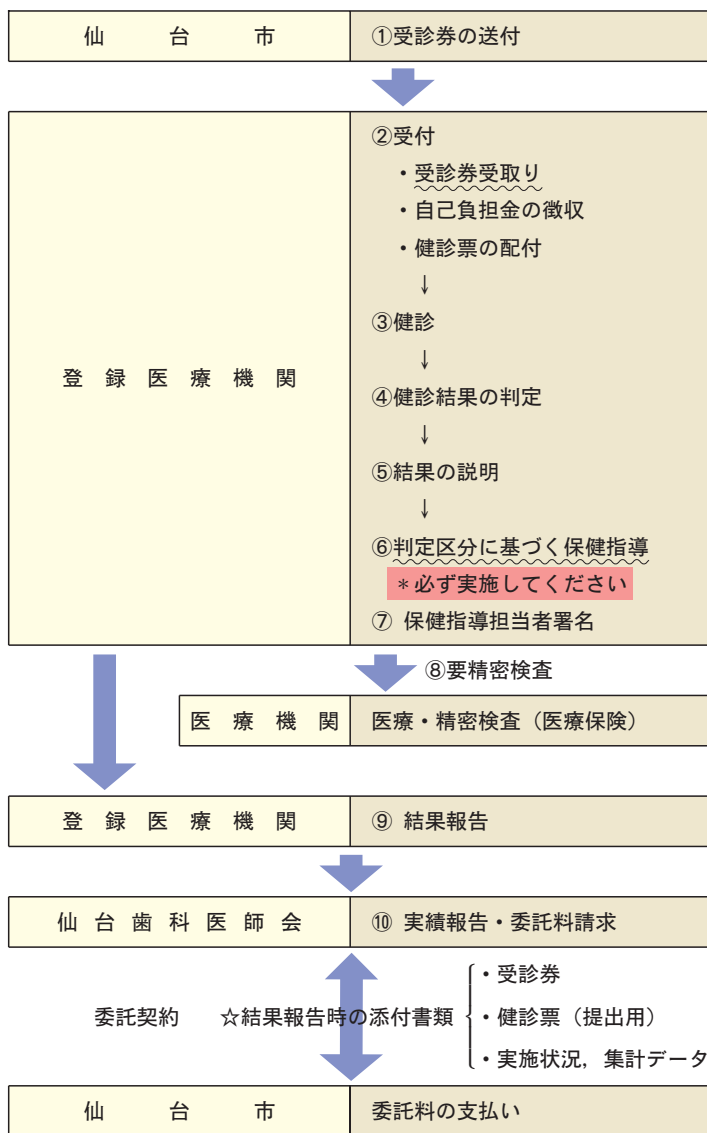
(3) 検査項目

問診，歯の検査，歯周組織の状況，口腔清掃状態，その他の所見
*歯周組織状況はWHOプローブを用い診査対象歯のCPIを測定する。

(4) 保健指導

判定区分に応じて登録医療機関において行う。

実施フロー図



(5) 健診の流れ

①受診券の送付

仙台市から、年度内に20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる対象者へ、「受診券」と「登録医療機関名簿」を郵送します。

②受付

(1) 受診者が持参する「受診券」を必ず受け取ってください。

* 持参しない場合は、住所、氏名、年齢、電話番号を確認してから受付し、後日、持参してもらってください。

* 紛失した場合は、仙台市健康福祉局健康政策課（TEL 214-8198）で対象者であることを確認してから再発行します。連絡は受診者本人が行うように伝えてください。

* 対象年齢以外の方が受診した場合、委託料の支払いはできません。

(2) 自己負担金を受け取ってください。

20歳	無料
30歳	500円
40歳	500円
50歳	500円
60歳	500円
70歳	無料

* 生活保護世帯、市民税非課税世帯の方は無料です。

→ 証明書等の提出は不要とし、受診者の申告によります。

* 40歳～60歳の仙台市国民健康保険加入者は無料です。

→ 窓口にて保険証で確認ください。

(3) 健診票を渡し、必要事項を記入してもらってください。

③健診

健診項目と判定基準のとおり。

④健診結果の判定

検査結果の判定に基づき「異常なし」「要指導」及び「要精密検査」とし、健診票3枚目の必要項目を記載します。

⑤結果の説明

健診終了後、受診者本人にその場で結果を説明してください。

⑥判定区分に基づく保健指導

保健指導の際は、指導用リーフレット等を使用し受診者全員に保健指導を行ってください。

⑦保健指導担当者署名

実施した保健指導の内容を健診票「⑩保健指導」のチェックボックスを利用して受診者に示し、担当者の自筆署名と職種を記載後、健診票3枚目「健診結果のお知らせ」を受診者に手渡します。

⑧精密検査

(1) 本健診には健診後の医療や精密検査は含まれません。

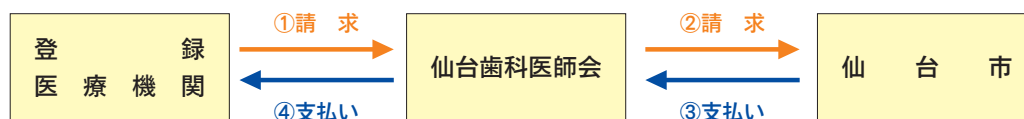
(2) 「要精密検査」の者には、健診とは別に治療やより詳しい検査が必要であることを説明してください。その際、トラブルの原因にならないよう、受診者が理解できるように説明してください。

⑨結果報告

登録医療機関は「受診券」,「成人歯科健診票（歯周病検診）提出用）」及び「成人歯科健診票（20歳のデンタルケア）（提出用）」,及び「実施状況」を健診期間終了後にまとめて,速やかに仙台歯科医師会に提出してください。

⑩実績報告

仙台歯科医師会は登録医療機関から送付される「受診券」,「仙台市成人歯科健診票（歯周病検診）（提出用）」又は「仙台市成人健診票（20歳のデンタルケア）（提出用）」,「実施状況」を基に全市分の「実施状況」,「集計表」を作成し,「請求書」と合わせて仙台市に提出して委託料を請求してください。



◎ 報告書類の整備と提出

健診後,結果報告必要書類の整備と記載漏れ等を点検し,提出に際しての注意事項にしたがって,速やかに仙台歯科医師会に提出します。

また,健診票の医療機関用は5年保存とします。

* 登録医が仙台歯科医師会に提出するもの

- a. 受診券
- b. 成人歯科健診票（歯周病検診票〔提出用〕）
及び（20歳のデンタルケア〔提出用〕）
- c. 実施状況

* 仙台歯科医師会が仙台市に提出するもの

- a. 受診券
- b. 成人歯科健診票（歯周病検診票〔提出用〕）
及び（20歳のデンタルケア〔提出用〕）
- c. 全市分の「実施状況」・「集計表」
- d. 請求書

仙台市からの委託事業としての,本健診に関する注意事項の遵守と提出書類の整備等の一切の責任は,登録医療機関の管理歯科医師にあります。

第3章 健診の事前準備

(1) スタッフの役割分担と連携

受診者が満足する健診にするためには、歯科医院の資源とスタッフ（歯科医師に加え、歯科衛生士等）を最大限に活用することが必要となります。以下は健診の流れに沿ったスタッフの役割です。

①関係書類の保管

健診期間に先立ち歯科医師会から郵送された健診関係書類の保管・管理を適切に行い、健診実施に備える。

②受診者の受付

受診者が持参する受診券を受け取り、仙台市国民健康保険加入者（40歳・50歳・60歳）については保険証を確認し、それぞれに対応する一部負担金の説明を十分に行う。

健診票の必要事項を記入してもらい、記載事項のチェックをする。

③健診

WHO プローブと必要書類を準備し、歯科医師による口腔内診査を介助する。

④健診結果の判定と報告

受診者への健診結果の説明は、健診を実施した歯科医師が行う。

⑤判定区分に基づく保健指導

受診者全員に対し、健診結果の判定区分に基づきマニュアルに沿った保健指導を行う。

その際、歯ブラシや歯間ブラシなどの清掃用具を使って説明する等、体験型の保健指導を行うことは、その後の行動変容を導くのに有効である。各受診者の状況に適した保健指導方法を選択する。

⑥保健指導担当者署名

実施した保健指導の内容を健診票「⑬保健指導」のチェックボックスを利用して受診者に示し、担当者の自筆署名と職種を記載後、健診票3枚目「検診結果のお知らせ」を受診者に手渡す。

成人歯科健診において歯科医師が行う業務は、③健診（口腔内診査と健診票の記載の確認）、④健診結果の受診者への説明です。また、⑤保健指導については、スタッフと十分な連携をとりながら行い、スムーズな健診の運営を心がけて下さい。

(2) 受診者への接し方と個人情報の保護

受診者の成人歯科健診に対する期待は初めに対応した歯科医師やスタッフの第一印象に左右され、健診の満足度に大きな影響を与えます。ここでは、初対面の受診者への接し方の一般的な要点をまとめます。

成人歯科健診の受診者は病識がありません。したがって、病気を指摘してもすぐに医療的指導（治療勧告・治療命令）を受け入れるとは限りません。

成人歯科健診の実施者は、医療を施すといった上下関係の歯科医師役ではなく、共感と共に一緒に目標に向かって歩む助言者の役を行います。つまり、歯科保健行動を起こすための介添役（味方）として、命令ではなく助言を行います。この雰囲気づくりは口腔保健指導時の受診者の姿勢に反映され、歯科医院の印象としてかかりつけ歯科医の選択の一つの基準となるでしょう。

患者の個人情報やプライバシーは、受診者の秘密漏洩の禁止を定める刑法や個人情報保護法に守られ、慎重に適正に取り扱われるべきものです。成人歯科健診で知り得た情報も同様の扱いです。

(3) 受診者に対して考慮すべき点

① 専門用語の使用は控える

専門分野には、特有の用語と言い回しがあります。これを数回使用すると歯科の敷居を高く感じさせ、受診者の保健行動への意欲低下につながります。専門用語を普段から聞き慣れた言葉に言い換えただけで受診者の理解の度合いが深まります。一方、かかりつけ歯科医へ来院を繰り返し、歯科保健活動に前向きに取り組んでいる方であれば、ある程度の専門用語を説明しながら使用すると理解の程度が上がったことを認識してもらう効果があります。

② 受診者と同じ視点で伝える

成人歯科健診の目的は「患者を見つけ歯科医院へ連れて行く」ことではなく、「受診者が困りごとを解決して快適な生活を送れるようになる」ことを支援することと考え、受診者へ接すべき態度が通常の歯科治療での態度とは全く違ったものであることに気がつきます。成人歯科健診では、受診者は患者ではないことを考慮し、受診者側の視線で口の困りごとを一緒に考えて下さい。

③ 行動（態度）を変える体験学習へ

物事を習得する時は、見て教わるより実際に自分で体験する方が学習効果は高いでしょう。例えば、成人歯科健診に訪れた受診者へ病状について説明する際、記録した診査票のみを使う場合、歯周病の写真や模型を用いる場合、顎下リンパ節の腫脹などを受診者と一緒に確認した後に鏡で口の中を見る場合では、その病状の理解度に大きな差が生まれます（3-1）。

受診者への説明教材として、歯ブラシ、歯間清掃用具、顎模型、手鏡、指導用リーフレット等を準備します。学習効果は学習方法と教材によって変わります。「歯みがきすること」は、行動（態度）を教えることですので、実際に歯ブラシを手に取りみがくことが一番効果のある教え方です。一方、「きれいにみがくこと」は技能を教えることなので、視覚教材や模型で解説を行った後に実技を行うことで効果が上がります。

受診者との面接の流れ

受診者との挨拶

挨拶、笑顔、自己紹介、名前の呼びかけ、健診の内容と所要時間の簡単な説明

アイスブレイク

歯科医院を初めて訪れた方や緊張している方に差し障りのない、受診者ごとの個別の質問（ずっとここに住んでいるのですか、大変そうな仕事をなさってますね、あなたの得意な料理（趣味、余暇の過ごし方）は、など）

受診者の困りごとを聴く

開かれた質問（お口で困りごとはありませんか、健診を受けようと思った理由は何ですか）
傾聴と相づち、動作の模倣、言葉の繰り返しによる促し（歯肉から出血するのですか？）

不明瞭な点の明白化

的をしぼった質問（その痛みについて教えてください）

話のまとめと確認

短時間で行う成人歯科健診では、「口腔状態の認知」（知識教育）と歯みがきやかかりつけ歯科医の受診といった「保健行動をおこす態度」（態度教育）を伝える必要があります。きれいに歯みがきする技能（技能教育）は、かかりつけ歯科医に通院してから学ぶこととし、「歯みがきすること」（態度教育）等、伝えたいことを絞って効果の高い実習法を取り入れ、成人歯科健診の理解度と満足度を上げます。成人歯科健診の受診者にはしっかりと口の健康の維持増進の大切さを伝えることで気づきを与え、「歯科保健に向かう態度」を自覚してもらうことが何より大切です。

3-1 「知識伝達」よりも行動を変える「体験学習」へ



④行動変容を導く指導とは

受診者に対し保健指導を行う場合には「仕事が忙しい」「お金がかかる」「今は問題とっていない」等の理由で保守的な抵抗（マイナス因子）に遭うことも考えられます。生活習慣の改善に対する抵抗への対応を示します（3-2）。

3-2 行動変容を導く指導とは



- 1) 保健行動を進めるプラス因子とマイナス因子を考えてもらいます。プラス因子を考える時は良いイメージを大きく膨らませるような「開かれた質問」を繰り返し、大きな期待を導きます。マイナス因子を考える時は「目的を絞った質問」を繰り返し、問題点を明示化させ、対策を立てやすいように導きます。
- 2) プラス因子を強調しすぎると、受診者の小さなマイナス因子が大きな障害物と感じられ、マイナス因子を乗り越えることが難しく感じる可能性があります。マイナス因子は受診者のコントロール下にあり、改善可能な因子であるので、簡単に乗り越えられることを伝えます。

合意に達するコツとしては、感情的にならず、理論的に正しいことを主張し、主張を4割・意見交換を6割の心がけで話し合ってください。改善に対する抵抗をなくし、口腔の健康を維持し、困りごとを改善する同意を得られ、行動へつなぐ足がかりを得られたならば、成人歯科健診が成功したと考えます。