

全国健康保険協会長崎支部と 長崎県歯科医師会との連携による 歯科健診事業へ参加して

佐世保支部長 松崎知夏

令和6年1月～2月末までの事業所訪問方式による、保健指導へ参加いたしました。

長崎県では腹囲リスク保有者の割合が増加、肥満対策が課題となっており「しっかり噛むこと」は肥満の解消・予防に効果的であるとのことから、若いうちに咀嚼力や口腔機能の向上を図る事を目指し歯科健診及び保健指導を通じて行動変容を促すことにより、健康増進を図るという目的で「生活歯援プログラム」を用いて問診、咀嚼チェックガムにて測定、結果を基に保健指導を行いました。佐世保地区は5事業所、実施人数は133名でした。

年齢は10代～70代までと幅広い年代へおける指導で咀嚼ガム測定にはアプリを使用し数値化し、それをもとに指導を行いました。若い世代の方が咀嚼判定の数値が低い傾向のように感じました。

受診者も自分の咀嚼状況を把握でき、口腔への興味関心が促され、歯科受診します！という声も聞かれました。

歯科医師会へ事業計画、事業所へ実施への連絡と事務的な事もあり、大変でしたが、普段出来ない貴重な体験をさせていただきました。今後も地域や事業所へ出向き指導が出来る機会があれば、口腔に関する発信をしていきたいと思いました。