

「第36回 市民の健康まつりへの参加について」

佐藤 五代子¹⁾

1. 概要

令和5年7月9日（日曜日）、弘前市の商業施設ヒロロを会場に、地域住民を対象とした『第36回 市民の健康まつり』が開催された（主催：弘前市、弘前市医師会）。今回のテーマは『めざそうよ 健幸ながいき 健康都市弘前』である。口腔衛生学科（以下、本学科）では地域住民に対して虫歯予防、歯みがきの大切さに関する啓発、歯科衛生士の職業理解や魅力発信を目的に、弘前歯科医師会、青森県歯科衛生士会のブースに初めて加えていただき地域住民と交流する機会を得た。



写真1：当日参加した学生たち

2. 実施内容

本ブースでの地域住民向けのプログラムは、以下のとおりである。

(1) エプロンシアター

本学科2年生が担当した。エプロンシアターとは、エプロンを舞台に見立て、ポケットから人形を取り出すなどし、紙芝居のように物語を進めるものである。今回は、幼児や児童、その保護者を対象に、1グループにつ

き10分程度で『6歳臼歯のおはなし』を上演した。内容は、6歳臼歯は最初にはえてくる永久歯である。適切な歯みがきができていないと虫歯になりやすいため、日頃から丁寧に歯みがきをしようというものである。学生は参加者が適切な歯みがきの方法を理解しやすいように、大きな歯ブラシの模型や歯の模型等を使用して説明をしていた。



写真2：エプロンシアターの様子①



写真3：エプロンシアターの様子②

1) 弘前医療福祉大学短期大学部 口腔衛生学科（〒036-8102 青森県弘前市小比内3丁目18-1）

(2) 歯みがき指導

本学科2年生が担当した。今回は幼児とその保護者を対象に、毎日の歯みがき習慣や仕上げ磨き、フッ素塗布の重要性などの指導を個別に10分程度行った。毎日の歯みがき習慣や仕上げ磨きの説明については、歯の模型を用いて汚れの付着しやすいところ、磨き残しが多い箇所等について重点的に説明した。



写真4：歯みがき指導の様子①



写真5：歯みがき指導の様子②

(3) パネル展示

虫歯予防や嚥下機能向上のための「お口の体操」等に関するパネルを展示した。

(4) オーラルケア用品の展示

近年では個別の口腔内の状況に適したオーラルケアが実施できるよう、様々な商品が市販されている。今回は市販されているオーラルケア用品の中から数種類をピックアップし、それぞれの特徴や適切な使い方等について来場者に説明した。

また、自然災害に伴い避難所等での生活が長期化すると、口腔内を清潔に保つことが難しく、むし歯や歯周病などのトラブルが生じやすくなる。そのため、非常用袋に準備しておいた方がよいオーラルケア用品の一例も展示した。一般的な歯ブラシの他、水がなくても使用しやすい口腔用ウェットティッシュや洗口液。唾液の分泌を促進するキシリトール配合のシュガーレスガムなども含まれる。



写真6：オーラルケア用品の展示①



写真7：オーラルケア用品の展示②



写真8：非常用袋のオーラルケア用品の一例

(5) 健康クイズラリーのお手伝い

会場では、来場者が様々なブースに設置されているクイズを解きながら健康増進に関する知識を深めていくクイズラリーが行われていた。本ブースでは口腔ケアに関するクイズを出題しており、学生は来場者からの要望があればヒントを提供した。



写真9：健康クイズラリーの様子

3. 所感

今回、学生が地域住民向けのイベントへの初参加ということもあり、責任を持って対応できるのか等、沢山不安があった。会場では、10時の開場から大勢の親子連れや高齢者が来場した。学生は、本ブースへの来場者の呼び込み、各種地域住民向けプログラムの実施等、初参加とは思えない程、活躍していた。特に我々教員が感心したことは、2年生が担当したエプロンシアターへの取り組みである。集団指導についてはこれまでの授業で1、2回行っただけであり、実際の子供たちに対して実施した経験はこれまではなく、今回が初めての試みであった。しかし学生は、子供たちにも分かりやすい言葉で、どうしたら虫歯になるのか、虫歯を予防するためにはどうすればよいのか、堂々と一生懸命説明していた。そして、とても楽しそうに子供たちと接している姿が印象的だった。臨床実習を控えた学生にとり、とても大きな自信に繋がるのではないかと感じた。1年生は、2年生が行ったエプロンシアター、ブラッシング指導、オーラルケア用品展示の説明等の様子を見学していた。中には自分もやってみたいと積極的に来場者に対応する学生の姿もあった。

今回参加した学生からは、様々な来場者との関りから、どのように伝えたら相手に理解してもらえるかというコミュニケーションの難しさや、それぞれの年齢に合った指導の仕方に難しさを感じたという意見が多く聞かれた。学生それぞれが今回のイベントへの参加をとおして、歯科衛生士の仕事の楽しさ、やりがい、難しさを実感し、また、様々な気づきを得ることができたと感じる。

最後に、学生を快く迎えてくださった、弘前歯科医師会、青森県歯科衛生士会のご厚意に心より御礼申し上げます。誠にありがとうございました。