

## 口腔保健行動の普及を目的とした健康教室の試み

○文元基宝<sup>1)</sup>, 福原 稔<sup>1)</sup>, 福原早紀<sup>1)</sup>, 津田 真<sup>1)</sup>, 森岡 敦<sup>1)</sup>, 赤井綾美<sup>1)</sup>, 吉田弥代<sup>2)</sup>  
<sup>1)</sup>関西ウエルビーイングクラブ, <sup>2)</sup>文元歯科医院

(索引用語：ヘルスプロモーション, 住民参加, 保健行動)

口腔衛生会誌 55 (4), 2005

はじめに：

筆者らは、奈良市口腔保健担当者から「奈良市 21 健康づくり」口腔保健計画推進に向けての助言と健康教室の依頼を受けた。健康教室は、協議の結果、ヘルスプロモーションに重点を置き、参加者自身が歯科保健の重要性を認識し、奈良市 21 計画の行動目標である「歯間清掃具使用」、「健診・予防処置を目的とした歯科受診」を普及することを目的とした。また、参加者がメッセンジャーとして住民を対象とした伝達講習会を開催することを目標とした。従来の健康教育に主眼をおいた教室ではなく、人に伝えたい教室を企画する事により、ヘルスプロモーションを推進できると考えた。そこで、今回の教室はパイロットケースとし、本教室の概要および目標の達成要因について報告する。

方法：

### 1. 教室参加対象者

奈良市食生活改善推進員（以下食推員）全 9 地区から参加を依頼し、23 名の協力を得た。食推員を選んだ理由を次に示す 1) 参加者が各地区で伝達講習会を開催する場とネットワークがある 2) 「奈良市 21 健康づくり」の計画段階からワーキンググループとして参画しており、教室の理解と協力が得られやすい。

### 2. 健康教室の概要

Green らの MIDORI モデルを活用し教室の企画を立て、開催した。表 1 に教室の概要を示す。

結果及び考察：

### 1. 伝達講習会

2004 年 12 月～2005 年 2 月の期間に、9 地区 8 会場（2 地区同時開催）で伝達講習会が開催され、全てが食推員定例会の時間を利用したものであった。内容は、本教室で立てた企画案をベースに食推員たちが各地区で独自のプログラムを作成し、プロケアとセルフケアについての講話と奈良市口腔保健担当者の実技指導が行なわれた。本教室の目標であった伝達講習会の開催が出来た要因を、以下の様に解釈した。

#### 1) 参加者は自主的な社会活動を実践している

食推員は健康づくりに熱心であるので、教室の目的に賛同しやすい。また、すでに自主的な社会活動を行なっているので、伝達講習会を実践できる場とネットワークがあり実現しやすい。

#### 2) 教室の満足度が高かった

自由記載のアンケートから、本教室に満足した内容が殆どであった。アンケート内容は「歯科保健の理解の深まり」「参加者自身の歯の重要性への気づき」「伝達講習会による気づき、発見」に分類された。

#### 3) 行政の支援

奈良市口腔保健担当者とは以前から食推員との連携があり、伝達講習会に向けての支援もスムーズだった。

#### 2. 教室後の展開

教室終了後、食推員からの要望で引き続き、今回参加できなかった会員を対象にした健康教室を奈良市スタッフ、歯科医師会、歯科衛生士会が協働で開催する事になった。食推員のように、地域において自発的な社会活動を展開している組織を教室の対象者と選定し、ヘルスプロモーションの視点で「対話と交流」に重点をおいた内容の教室プログラムは、健康教育の場から、地域へと広がりを持った口腔保健行動普及に有効であることが示唆された。

表 1 健康教室の概要

回(月日)	基本要素	内容(何をどのように働きかけたか)
第1回 2004.11/8	準備要因	奈良市スタッフがメッセンジャーの役割と依頼を教室の始まりに説明
	準備要因	講義形式と歯間清掃具体験により歯周病の予防法を理解し、その後グループワークを行い、次回教室までの歯科保健行動目標を宣言する
第2回 2004.12/6	準備要因	歯科保健行動を広める為にメッセンジャーとして出来る事を、グループで話し合っアイデアを出し合う
	実現要因	教室スタッフが伝達講習会に使用できそうな媒体、企画フォーマットを用意し、伝達講習会の企画を立てる
2004/12月～2005/2月		
9地区8会場で伝達講習会開催される(参加者計80名)		
第3回 2005.3/3	準備要因	伝達講習会の内容を報告し、継続の有用性と課題について話し合う
	強化要因	上記の内容を奈良市スタッフ、歯科医師会、歯科衛生士会代表参加者と共に話しあう
	強化要因	健康増進課からメッセンジャー認定証を授与