

なかむら しょうじ
○中村 譲治 (福岡予防歯科研究会)

はじめに

う蝕予防のための保健行動の中で歯磨きは大きな位置を占める。特に手指の運動機能が発達する幼児期に歯磨きの習慣と技術を習得させることは重要な意味を持つ。しかし就学前の幼児に歯磨きの技術を身につけさせ、なおかつその行動を持続させることは多くの困難を伴う。

音楽は人間にとって身近なものであり個人の行動や集団の行動は音楽によって円滑に誘導することができる。実際に音楽を集団の行動誘導に応用している例としてラジオ体操や行進のマーチなどがあげられる。特に幼稚園・保育園においては朝の集合の歌から帰りの挨拶の歌に至るまでの間、種々の音楽が円滑に行動を誘導するために利用されている。

演者が所属する福岡予防歯科研究会ではこのことに着目し集団における幼児の歯磨き行動を誘導し、技術を向上させるための歯磨き音楽「ゴシゴシデンターマン」を開発した。今回はこの音楽テープと併せて幼稚園から小学校低学年の保護者を対象としたむし歯予防の教育スライド、および成人の歯周病の予防のための教育スライドを展示する。

ゴシゴシデンターマンについて

音楽テープの作曲にあたっては、まず幼児が親しみやすく興味を持って歯磨きに取り組めるよう、軽快な曲想でメロディを作った。リズムは幼児の運動能力と刷掃効果を考慮しサンバのリズムでビッチは168(1分間に4分の1音符が168)とした。幼児の集中力の持続を考慮しつつすべての部位が効率よく磨けるように1曲の長さは2分30秒とした。また歯ブラシの持ち変えの回数を極力少なくし、連続した動きが自然に行えるように歯のおもてを左から右へ口を開けてかみ合わせを時計と逆廻りにと刷掃順序を工夫した。これらの一連の動作を楽しく飽きさせずに誘導するためにナレーションを入れた。

ゴシゴシデンターマンの効果

保育園の園児(5歳児)を対象に音楽群(6名)、非音楽群(9名)に分け音楽による聴覚的刺激以外は両群ともすべて同じ条件で指導した。指導前と指導後の咬合面の歯垢の付着度(Occulusal Plaque Index)を評価した結果、非音楽群の歯垢清掃率29.7%に対し音楽を応用した指導群の歯垢清掃率は50.6%と高い値を示した。

現在、このゴシゴシデンターマンは乳幼児の保護者向けむし歯予防の教育媒体であるスライド・システム「みんなで守ろう子供の歯」と共に全国の幼稚園・保育園や小学校の歯科保健の現場で活用されている。この音楽を応用して園児・学童に1~2回指導すると次からは音楽を流すだけで皆一斉に楽しそうに歯磨きに取り組むようになったと高い評価を受けている。

