

## 「歯周病と全身とのかかわり」 (2000年)

日本顎咬合学会では、1999年6月に開催された第18回日本顎咬合学会学術大会(東京国際フォーラム)に、UCLAのMichael G. Newman(マイケル・ニューマン)教授を招聘し、歯周医学(Periodontal Medicine)に関する講演を依頼した。ここで、ニューマン教授は、歯周病が全身の健康に及ぼす影響とそれを全米に浸透させたスローガン“Floss or Die”について、刺激的な講演を行った。歯周病によって引き起こされる菌血症がいくつかの宿主反応を引き起こし、それがアテローム動脈硬化症を引き起こし心疾患に影響すること、歯周組織の慢性炎症がプロスタグランジンE2などの早産にかかわる起炎性物質の産生を高めること、また炎症と感染がインスリン抵抗性を高め血糖コントロールを悪化させることなど、歯周疾患の全身への影響を体系的に述べた<sup>注1)</sup>。

この衝撃的な研究成果を、「歯科医師だけでなく、国民全体に伝えたい」(菅野博康学会会長・当時)と考え、翌2000年4月15日、Michael G. Newman教授、Braian L. Mealey、Frank A. Scannapiecoを講師に招いて一般市民を対象に大規模な市民フォーラム(東京国際フォーラムホールA)を開催した。

また、それに先立つ2月24日、Michael G. Newman教授を招いて銀座東急ホテルにてプレスカンファレンスを開催した<sup>注2)</sup>。このプレスカンファレンスには、読売新聞、朝日新聞、毎日新聞、共同通信社をはじめ歯科業界誌、雑誌関係を含めて約60社が参加し、歯周医学に関する記事が全国紙、地方紙、雑誌を含めて約50誌、2社のテレビ番組で取り上げられ、大きな反響を呼んだ<sup>注3)</sup>。歯科専門家の内部にとどまらず、最先端の研究成果を広く国民に向けて情報発信し、国民の健康行動を促す学会活動は、その後、歯周医学が広まる大きな契機となっただけでなく、日本の歯科界において国民に向けたメッセージを発信する特筆すべき活動となった。

- 1) Michael G. Newman 教授の講演は、高橋慶壮、宮田 隆の訳で日本歯科評論, No.689, pp.181-200, March 2000 に採録されている。
- 2) Michael G. Newman 教授のプレスカンファレンスについては、日本口腔健康医学会(現・日本顎咬合学会誌) 咬み合わせの科学 21 (1) pp.5-15, 2000 に歯周医学に関するインタビュー(聞き手:宮田隆)とともにまとめられている。
- 3) 報道状況一覧とその記事例(産経新聞 2000年3月8日朝刊)



「歯周病と全身的な重大疾患に関する記者説明会」(2000年2月24日、銀座東急ホテル2階)マイケル・ニューマンの講演



質疑に応じる左から宮田 隆、矢澤一浩、小林和一、上村恭弘、河原英雄、菅野博康



記者会見会場にてプラークを採取このあとに、菌の顕微鏡像を映写した

報道状況一覧  
新聞・雑誌

掲載日	媒体名	タイトル
3/8	産経新聞（東京）	歯周病菌は危険がいっぱい
3/11	静岡新聞（夕）	歯周病菌、全身に悪影響
3/12	岐阜新聞	歯周病菌が全身に悪影響
3/12	四国新聞	歯周病 全身に悪影響を及ぼす
3/14	神戸新聞	歯周病が全身に悪影響
3/14	琉球新聞（夕）	歯周病 全身に悪影響
3/14	上毛新聞	歯周病が全身に悪影響
3/14	新潟新聞（夕）	全身に悪影響を及ぼす歯周病
3/15	河北新報	歯周病 全身に悪影響
3/16	日本海新聞	歯周病は全身に悪影響
3/16	高知新聞	歯周病が全身に影響
3/17	沖縄タイムス（夕）	歯周病が全身に悪影響
3/18	陸奥日報	歯周病 心臓や早産 全身に悪影響
3/19	奈良新聞	歯周病は全身疾患の引き金
3/20	大分合同新聞（夕）	歯周病 全身に影響
3/20	神奈川新聞	歯周病が全身に影響 特に妊婦は注意が必要
3/20	福井新聞	歯周病 全身に悪影響
3/20	佐賀新聞	歯周病が全身の疾患に 歯磨きと禁煙で予防
3/21	山陰中央新報	歯周病が全身疾患の要因に 心臓病や早産にも
3/21	日本歯科新聞	歯周病が引き金 全身疾患とその影響
3/22	下野新聞	歯周病 全身に悪影響
3/22	北海道新聞	歯周病は全身疾患を招く
3/23	千葉日報	歯周病が全身悪影響
3/26	中国新聞	歯周病 全身疾患の危険要因に
3/27	釧路新聞	歯周病 全身疾患の引き金
3/28	岩手日報（夕）	歯周病 心臓病、早産の要因に
3/29	日刊ゲンダイ （東京・大阪）	歯周病が怖い 本当の理由
4/2	読売新聞 （東京・大阪・名古屋・札幌・高岡・北九州）	歯周病 全身疾患と強い関連性 第一人者が衝撃の告白
4/2	茨城新聞	全身疾患の引き金 歯周病予防対策を
4/7	東京新聞	歯周病が全身の病気を誘発
4/12	埼玉新聞	歯周病が全身に影響
4/21	山陽新聞	歯周病が全身に悪影響
4/21	中日新聞 （名古屋・浜松）	全身の引き金になる 歯周病
4/21	北陸中日新聞	全身の引き金になる 歯周病
4/21	夕刊フジ（東京・大阪）	口の汚れが死を招く 歯周病が心筋梗塞を起こす
4/21	日刊県民福井	全身の引き金になる 歯周病
4/23	日本海新聞	妊娠したら歯科へ！
4/24	宇部時報	妊娠したら歯科へ！
4/24	日本海新聞	歯周病と全身病（1）
4/29	東京スポーツ	歯周病の人が心筋梗塞を起こす確率は3倍
5/7	福島民報	妊娠したら歯科へ！
5/9	福島民報	歯周病と全身疾患（1）
5/10	福島民報	歯周病と全身疾患（2）
3/30	女性セブン（4/13号）	「歯周病」が早産・流産を招く たばこ・アルコールの2倍もリスクが
4/2	日経ヘルス（4/2号）	「歯周病が死を招く」米学会が警告
4/7	CREA（5月号）	大きな病気にも繋がる、最近話題の歯周病って？

テレビ

放映日	局	番組名	ネット局	時間
4/3	ANB	やじうまワイド	24局	05:50~06:55
4/21	NHK	こんにちはいっと6けん		11:05~12:00

## 顎関節症罹患率全国調査（調査研究2002年、発表2004年）

「わが国の顎関節症罹患率の実態調査」を全国規模で初めて実施

日本顎咬合学会（夏見良宏・当時担当常任理事）は、わが国の顎関節症の疫学的特徴を把握するため、全国183診療所の歯科臨床医195人の協力を得て調査を行い報告した。調査は、岡部良博明海大学歯学部助教授（当時）が担当した。調査方法は、一定期間内（2002年10月中旬から12月末まで）のうち連続した2週間に来院した6歳以上の患者すべてについて調査用紙に従って、姿勢、顔貌、口腔内所見、顎機能運動所見、顎関節と周囲筋の触診、パノラマエックス線による顎関節部の診査を行い、既往歴、自覚症状について9項目の問診を行った<sup>注1)</sup>。回答総数17,679件のうち有効回答16,748件（男性6,597人、女性10,151人）について分析したところ、次の結果が明らかになった。

顎関節症の有病率（歯科診療所受診患者に占める顎関節症の症状をもつ者の割合）は男性9.9%、女性17.3%で、女性の有病率が有意に高かった。年齢別では、男女ともに36あるいは37歳にピークをもつ緩やかな増減曲線を示す結果となった。調査協力施設を全国8ブロックに分けて

地域差を求めたが、地域間の有病率に差はなかった。また調査に協力した歯科医院の約70%が受診患者の20人に1人以上、5人に1人以下が顎関節症有病者である。

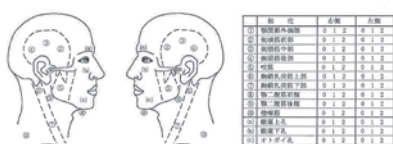
調査を担当した明海大学歯学部岡部良博助教授は「大規模な全国調査は初めてで信頼性は高い。海外での調査ほどの男女差はないが、女性の有病率の高さがあらためて裏付けられた」と話す。また「永久歯の歯が完成し、あごの関節が成長する10代から顎関節症が増加する。この時期に生活指導で正しい習慣を身に付けさせ、予防することが最も重要だ」とも指摘している。

この調査結果は、日本学術会議咬合学研究会連絡委員会に報告された。2005年5月、日本学術会議の咬合学に登録されている17学会のうち、16学会が参加した我が国の歯科医療界で初めての試みであった。日本顎咬合学会を代表して夏見良宏常任理事が「臨床現場における顎関節症有病者の年齢・地域特徴と治療方法の実態について」報告した。

それに先だって調査結果の概略について2004年2月26日記者発表を行なった。後日、日本経済新聞をはじめ29の新聞社が日本顎咬合学会の調査にもとづく顎関節症の有病率に関する記事を掲載した<sup>注2)</sup>。

注2) 岩手日報2004年3月9日夕刊（共同通信社配信）に掲載

E. 顎関節と周囲筋の触診（自覚痛の部位は赤、運動痛の部位は青で記入下さい）



F. パノラマX線診査（下顎頭・下顎窩）※下顎頭の形を下の図に記入下さい



< 問題点の分析 >

全身的問題：なし あり (G-3, 4, 5, 6参照)

顎関節の問題：なし あり

咬合：アンタリアガイダンス (D-2, 3, 4参照)

前方導引：良好 不良

右側方運動：大歯溝等 group function その他

左側方運動：大歯溝等 group function その他

咬合高様（顎関節症）：正常、不正

歯列：欠損部位

咬合支持：良好 不良

ブラキシズム・クレンチングの程度：軽度、中等度、高度 (G-7-①、C-4, 5, 6, 7, 8参照)

下顎位の修正：不必要、必要 ( )

咬合高様の修正：不必要、必要 ( )

追加診査事項：□MRI □パノラマ連続動計測 □CT □模型分析

< 診断 >

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

G. 問診・履歴

1. 調査された目的はなんでしょうか（注1）

2. 本記事についてお尋ねします

【フルタイム・パートタイム 内野せき先生宛に】

3. 本記事の取組についてお尋ねします

食 状（良好・普通・不良）・休 寝（良好・普通・不良）・疲労感（常時・時々・なし）

女性の方へ（妊娠中ですか）はい・いいえ・はい

4. 睡眠についてお尋ねします

通常、何時に寝て何時に起きますか（ 時に就寝 時に起床・平均睡眠時間 約 時間）

夜寝つきがよいほうですか（良好・普通・不良） 夜は醒れますか（良好・普通・不良）

寝、寝起きはよいほうですか（良好・普通・不良）

寝起きた時に首や肩がこったり痛みを感じますか（はい・いいえ・はい）

それはどの部位ですか（首の側・背・顔・首・その他）

眠るために何かお薬を服用していますか（はい・いいえ・はい）

5. 現在、過去にかかったことのある病気がありますら○印を付けてください（記入ください）

①リウマチ・関節炎・神経痛 ②自律神経失調症・神経症・うつ病・心身症

③骨髄炎・生理不順 ④耳鼻疾患・眼疾患 ⑤その他 ( )

6. 最近あるいは現在、あてはまる症状がありましたら○印で選んでください。

咀嚼（全歯・前・後） 某の歯が 咬傷や 齧傷 めいめい 歯の痛み 歯槽膿漏

歯の痛み 舌の痛み のどの痛み 唇心 はきけ 目の痛み 目の痛み

歯肉の痛み 歯の痛み 歯のしびれ 腫瘍 足のしびれ その他 ( )

①上記の症状で日常生活に支障をきたすことがありますか（はい・いいえ・はい）

②特に気になる症状 ( )

③上記の症状を緩和するために薬を服用していますか（はい・いいえ・はい）

それはどんな薬ですか ( )

7. ①食事後やあくびをした後に痛みや疲労感を感じますか（はい・いいえ・はい）

それはどの部位ですか（目の側・背・顔・首・その他）

②何をかまきりた時に口ツツンという音がしますか（しびれ・音がする・過音にしている）

それはいつからですか（ 年 月 日 ～ 年 月 日 ・発症まで）

③以前は音が聞かなくなったこと、又は聞けなくなったことがありますか（はい・いいえ・はい）

それはいつ頃ですか（ 年 月 日 ）

④今までに交通事故などで顎関節に外傷を受けたことがありますか（はい・いいえ・はい）

それはいつ頃ですか（ 年 月 日 ）

⑤歯にかぶせたもの、つめたもの、入れ歯をいれた後に不快感を感じましたか（はい・いいえ・はい）

⑥歯がしりぞくしりぞきしていると感じますか、また人からいれたことがありますか（はい・いいえ・はい）

8. 矯正治療の経験がありますか（はい・いいえ・はい）

それは何歳ごろですか（ 歳頃～ 歳） どんな装置ですか（固定式・取り外しのもの）

その際に歯磨きしたことがありますか（はい・いいえ・はい）

9. 顎関節の病気に関して他の科または他の病院にかかりましたか（はい・いいえ・はい）

年 月から 年 月まで 病院 科

注1) 調査用紙の一部

## 歯科クリニックの受診動機に関する住民意識調査研究（2005年）

### ——受診行動の意思決定要因について——

日本顎咬合学会（岩田健男・当時理事長）では、地域住民の歯科診療所の受診動機を知ることを目的に、早稲田大学大学院商学研究科遠藤功研究室（遠藤 功教授）に委託して、2005年6月に住民意識調査を行った。この調査研究は、アンケート調査で歯科診療所を受診する、あるいは受診しない理由を明らかにし、歯科健診や定期的クリーニングの受診行動に影響を与える要因を抽出して、これをもとに住民を10のセグメントに分け、各々のセグメントに応じた受診率向上施策の立案に役立てようというものである。本調査は2005年11月から12月に行われた。

まず、日本人の平均的な消費行動、購買行動を知る上で適しているとされる静岡県内の2つの市（浜松市、湖西市）を選び、選挙人名簿から偏りのない抽出法で2,000人を選んで質問用紙を送付し、521件の有効回答を得た。回答者は男性228人、女性293人で、その年齢構成は55～59歳の13.8%をピークに若くなるに伴って回答者は少なくなるなど、ほぼ国民を代表するサンプルと考えられた。「歯科健診や定期的クリーニング」を受けている人は、125人（受診率24.1%）だった。

調査項目は、本調査に先駆けて住民インタビュー調査を行って、受診行動に至る前の段階（Before）、受診時および受診後（After）の3段階に分けて28問の設問を設定し



左より遠藤 功、岩田健男

た。受診行動の有意な相関が認められた13項目について主成分分析により設問を5つのカテゴリー（①受診の障害、②美容・予防意識、③治療勧告・不快な経験、④気楽な相談機会の提供、⑤健康目的での通院のしやすさ）に分けたところ、受診行動への寄与度は、オッズ比で①34.50、⑤16.29、④15.51、②10.30、③4.75となった。5つの主成分スコアを用いて階層的クラスタ分析をおこなって10のセグメントに分けた。10のセグメントとはA.物言う消費者（36%）、B.ハイエンド・シルバー（68%）、C.働くミドル主婦（13%）、D.歯科トラウマ・ミドル（35%）、E.権威畏怖（21%）、F.子育て奮闘ママ（15%）、G.コンサバ・シルバー（49%）、H.生活奮闘パパ（19%）、I.体育会系シルバー（29%）、J.無関心層（7%）である（括弧内は受診率）。

各セグメントで、美容・予防意識と受診率との相関は認められなかったが、森本の健康指標（喫煙なし、朝食有無、睡眠時間、定期的な運動など）と受診率の関係でみると、各セグメントは顕著な相関を示した。つまり受診阻害要因さえ緩和されれば受診率が大きく上昇するセグメントが多いことが明らかになった<sup>注1)</sup>。

その調査結果について、遠藤 功教授と岩田健男理事長の対談<sup>注2)</sup>において、各年代層における治療や予防、審美などの明確な目的意識を啓発することによって歯科診療所に来院させることができる。口腔が健康全般に結びついていることを啓発することが大切であり、「メタボリックシンドローム」のような概念、キャッチフレーズを考えていきたいとの考え方が語られた。この研究は、「生涯にわたり噛んで食べることで健康長寿」（健口長寿）と学会の基本方針「新・顎咬合学」のベースとなるリサーチとなった。

注1) 遠藤 功、井上正幸、澤村文貴ら：歯科クリニックの利用に関する戦略的マーケットセグメンテーション——浜松市および湖西市における住民意識調査をもとに、日本顎咬合学会誌、27(3)、236-245、2007

注2) 遠藤 功、岩田健男：特別対談「歯科クリニックの利用に関する戦略的マーケットセグメンテーションについて」、日本顎咬合学会誌、27(3)、230-235、2007



## 『噛み合わせが人生を変える』（小学館101新書）を出版（2013年）

2004年日本学術会議咬合学研究連絡委員会（委員長・小林義典日本歯科大学生命歯学部教授・当時）が報告書「咬合・咀嚼が創る健康長寿」を取りまとめて内閣府に答申した。従来のう蝕、歯周病、欠損などを対象とした学問体系から、「正しく噛む・噛める・飲み込む」ことが中枢神経系をはじめ全身的に良い影響を与え、心と体が健康であるための基本である。さらに乳幼児から高齢者におよぶ生涯において深く関係しているとの最新の研究や報告を明らかにした。

従来の顎咬合学は、頭蓋に対する歯列、顎関節の三次元的な位置とそれに伴う下顎の位置（下顎位）や下顎運動を

解析することや、鑄造冠を中心とした補綴物の製作や顎関節症における診査・診断などを研究や臨床の対象としていた。上顎歯列をフェイスボウトランスファーにて咬合器に装着し、下顎位や下顎運動を診断、下顎歯列の研究用模型をマウントして咬合器の各要素を調整することで、口腔外で診査・診断・補綴物の製作を三次元的に明示することが可能となり歯科医学、歯科医療に大きく貢献した。

「新・顎咬合学」とは、従来の顎咬合学を大きく発展させて「国民の健康医学、生活医学」として再構築したものである。顎咬合学の基本の機能である「噛んで食べて飲み込むこと」は、健康の維持、増進に深く関係しており、その根底をなす「咬合」の健全性はもっとも大切な条件である。

この「新・顎咬合学」について、分かりやすく解説した書籍『噛み合わせが人生を変える』を編纂した。本書では、「噛むことが健康の第1歩」「口の生活習慣病：チューイングシンドローム」など学会が目指す「健口長寿」について解説している。乳幼児時、小児期、青年期、壮年期、高齢期における「健口長寿」に関する症例を示し、科学的根拠を「咬合・咀嚼が創る健康長寿」により解説した。

また、「新・顎咬合学」の担い手として歯科医師、歯科技工士、歯科衛生士の職務の重要性と将来展望、三位一体



### 目次

- 序章 幸せな「健口長寿」社会へ
- 第1章 歯周病菌があなたの体を蝕んでいる
- 第2章 口腔ケアで全身の健康を取り戻す
- 第3章 「噛めない」「噛まない」が病気を招く
- 第4章 人は「噛める義歯」で生き返る
- 第5章 噛み合わせが人生を変える
- 第6章 インプラント・義歯は天然歯の歯に劣らない
- 終章 歯科医療が国民の健康を変える

による歯科医療によって「国民の生涯にわたる健康で幸せな人生に貢献する」ことが分かりやすく解説されている。

企画編集は河津 寛（監事）、上演 正（次期理事長）が担当し、医療ジャーナリストの油井香代子さんの協力を得てまとめ、河原英雄（顧問）、夏見良宏（監事）、渡辺隆史（理事長）、増田純一が校閲した。

出版後、全国の会員および関係機関に約 10,000 部が無料配布され、また日顎基金により全国の小学校 23,500 校

に献本された。学会には全国から感謝と感動の礼状が届いている。また、新聞、週刊誌にも本書の紹介記事が掲載された。

日顎基金の浄財によって、2012 年には、生涯にわたる口腔の機能の重要性や日本人の食文化などを解説した単行本『命の入り口、心の入り口』（西日本新聞社刊）を会員に無料配布し、全国の小学校 23,500 校に献本した。

※日本歯科新聞 2013年8月20日（11面）に記事が掲載された

日本顎咬合学会・著

# 『噛み合わせが人生を変える』

(小学館101新書)

好評発売中 出版のお知らせ



日本顎咬合学会は、国民が健康で質の高い生活を生涯にわたり営むうえで大切な「健口長寿」を目標に会員全員で知識・手技・態度の研鑽に努めてまいりました。お蔭様で創立30周年を迎え、会員数は8000名を超える歯科臨床医、歯科衛生士、歯科技工士の学会としては最大の集団となりました。

乳幼児から高齢者までの各ライフステージにおける口腔機能や疾病構造の変化特性に応じて、適正かつ効果的に治療や予防による歯科口腔保健を推進することは歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士の大切な役割です。国民の皆様はこれらの活動の内容や、さらに、口腔の機能が生涯にわたり全身の健康に多大なる影響を及ぼすことを理解いただくために、小学館101新書『噛み合わせが人生を変える』（本体720円+税）を上梓いたしました。

## 歯科医療現場の最新調査 & 実例が満載

序章	幸せな「健口長寿」社会へ
第1章	歯周病菌があなたの体を蝕んでいる
第2章	口腔ケアで全身の健康を取り戻す
第3章	「噛めない」「噛まない」が病気を招く
第4章	人は「噛める義歯」で生き返る
第5章	噛み合わせが人生を変える
第6章	インプラント・義歯は天然の歯に劣らない
終章	歯科医療が国民の健康を変える

特定非営利活動法人 日本顎咬合学会  
〒102-0093  
東京都千代田区平河町1-8-2  
山京半蔵門ハルス201  
Tel 03-6683-2069  
Fax 03-6691-0261  
E-mail nichigaku@ago.ac  
URL http://www.ago.ac

お買い求めの際は近隣の書店およびネット通販でご注文ください

## 全国の市民向け、企業内研修講演会

### 「チューイングシンドローム」を啓発、における臨床と解説を啓蒙

日本顎咬合学会では、2012年6月以来、外部広報活動として「命の入り口、心の出口」をテーマに、一般市民対象の講演会を開催し、企業内研修講演会に積極的に協力している。その回数は、2013年の1年間で12回をかぞえる。

この事業は、『命の入り口、心の出口』（西日本新聞社刊）、『噛み合わせが人生を変える』（小学館刊・小学館101新書）の内容に沿ったもので、健康維持における噛むことの大切さを伝えるものである。メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とロコモティブシンドローム（運動器症候群）に次いで生活習慣が生むチューイングシンドローム（咀嚼器症候群）への指摘は、企業内の研究者や医療ジャーナリストから高い評価をいただいている。

#### 【高齢者編】

歯科治療後、噛んで食べられる、のみ込める、笑える、歌える、立ち上がる、歩き出す患者に驚嘆。

寝たきりだった老人が歩き出す、認知症の老人がステージで熱唱する、24時間酸素吸入が必要だった気胸患者が自発呼吸で笑う、チューブだらけで寝たきりだった患者が海外旅行に出かけるなど、信じられない光景がビデオで流されると参加者全員が驚嘆する。河原英雄先生が示すのは、歯科治療後、おいしく噛んで、何でも食べられ、しっかりのみ込めることで、その人らしい生活を取り戻して微笑む高齢者たちである。介護が必要な不健康寿命を大幅に短縮し、健康な日常生活に復帰させた驚くべき事例は、見る者に勇気と感動を与える。大手新聞社の論説委員は、わが国における「検査、薬、手術」を主体とした医療体系は、「国民が健康や幸福を生涯にわたり享受できる医療体系」へと転換するべきだとする記事を掲載した。

#### 【小児編】

う蝕で乳歯が残根状態になってしまった3歳児は、発音や食事などの日常生活がうまくできない。外見からは健康に見える幼児が、スプーンを使ってしっかりと捕食、咀嚼、嚥下できない。乳幼児や小児の口腔機能異常の実態を

増田純一先生のビデオで見て、参加者は愕然とする。

乳幼児期から小児期は「口腔機能の土台作り」の時期、その土台がしっかりしていれば「3歳～6歳～12歳にう蝕ゼロで過ごし、しっかり噛んで、のみ込むことで生涯の宝物を手にすることができる」との解説に納得する。さらに佐賀県武雄市の小学校における1年生から6年生までの全員の6年間の口腔内写真の記録、歯磨きをするビデオの記録は、生きたデータとして学会の宝となっている。小児科では異常が認められなくても、口腔機能に異常を認める子どもは、日常生活に影響が出ている。その様子は、ビデオの記録から明らかである。参加者からは、母乳、離乳食、硬いものを噛むことの大切さが理解できたので、食生活含めて日常生活を改善したいとの多くの声が寄せられている。

#### 【解説編】

高齢者編、小児編の講演の科学的根拠について解説する。「噛んで、味わい、食べ、のみ込むこと」は、歯根膜を介して三叉神経から感覚入力として脳幹に伝えられる。脳神経12対のうち6対の神経が口腔領域に関与している。食べ物を認知し、噛んで、味わうことは、その物性、温度、味などの刻々と変化する情報を脳全体で情報処理している。大脳皮質、大脳辺縁系、脳幹、視床下部、橋、延髄、小脳などで総合的に情報処理が高度に処理されるので高次脳機能と呼ばれる。特に大脳皮質の感覚野と運動野、前頭前野、海馬、線条体などが注目されている。さらに脳において重要な脳血流量は、硬いものを噛むことで増加することが定量的に示されている。以上の解説は「口から上」の分野であり、「口から下」の分野すなわち、食物の消化吸収において重要なことは3大栄養素を唾液などの消化液と上部消化管に蠕動運動より運び、効率よく低分子化して小腸などから体内に取り込み、肝臓をへて全身へ送る（広義の消化吸収）、さらに栄養素を細胞間でやり取りする異化同化（新陳代謝；狭義の消化吸収）が重要である。生体の細胞分子レベルでの新陳代謝（異化同化）に関しては、第1回学会指導医研修会で、分子整合栄養医学の世界的権威でLinus Pauling（ライナス・ポーリング）博士（ノーベル賞

を2回受賞)の愛弟子の金子雅俊先生から講演をいただいた。

高齢者編、小児編で示されたのは明らかに低栄養状態で、特に低たんぱく(血清アルブミン、総タンパク、フェリチンなど)状態が全身的・精神的な障害を招いていることが明らかになってきている。睡眠においても安定した咬合、十分なる栄養が脳全体の睡眠機構に深く関与していると考えられており、咬合(従来の狭義の咬合状態)→咬合・咀嚼(嚥下を含む脳全体、上部消化管をふくめた広義の咬合機能)→睡眠の3段階の解明によって、健康で活力ある人生を送るための知恵がもたらされるだろう。

高齢者編、小児編の症例と解説で参加者は、新・顎咬合学による「健口長寿」を理解し、「噛んで食べる」口腔機能の大切さについて理解・納得していただけるが、「なぜ、こんな重要で価値ある情報が知らされていないのか」とのご批判をいただくことがある。学会は2010年から広報委

員会に外部広報担当を設置、2013年には新・顎咬合学推進委員会(山地良子委員長、岩崎貢士副委員長)を設立した。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)  
ロコモティブシンドローム(運動器症候群)  
チューイングシンドローム(咀嚼器症候群)

この3つの症候群が、生活習慣病の大きな原因であるが、メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドロームは「しっかり噛んで、味わい、のみ込むこと」で大幅に改善できる。すなわちチューイングシンドロームを生活の中で改善することがすべての基本だと考えられる。

「お口の健康が、生涯にわたる健康で幸福な人生に貢献する」このことが学会の今後の活動テーマとなった。

※西日本新聞 2010年3月21日(33面)に記事が掲載された

2013年10月 J-WAVE(FMラジオ放送)で渡辺隆史理事長の「チューイングシンドローム」に関する解説が4日間にわたって放送された。

#### ■講演会の日時、会場一覧

2012年	6月20日(水)	キューピー鳥栖工場講演会	キューピー鳥栖工場
	12月13日(木)	新潟新発田北蒲原保健研修会 聖籠町公民館小ホール	新潟県聖籠町民会館内
2013年	2月18日(月)	キューピー株式会社健康講演会	キューピー中央研究所
	6月10日(月)	トヨタ自動車株式会社健康講演会	トヨタ本社
	6月19日(水)	柏崎市歯科保健講演会	柏崎市産業文化会館文化ホール
	8月21日(水)	キューピープレスリリース	日本商工会議所ホール
	9月17日(火)	ライオン株式会社健康講演会	ライオン株式会社 平井事業所
	10月7日(月)	博報堂本社訪問	博報堂本社
	10月8日(火)	矢崎健康保険組合主催講演会	矢崎総業株式会社(裾野市)Y-CITY
	10月17日(木)	学会主催講演会	学会本部(半蔵門)
	11月7日(木)	医療ジャーナリスト懇話会	中小企業会館8階(東京)



## 「咬み合わせのセルフチェックシート」 を使って自分で咬み合わせの異常を見つける

日本顎咬合学会では、「咬合スコア部会」（山地良子委員長）において、細川隆司九州歯科大学教授の指導を受け、「咬み合わせのセルフチェックシート」を作製しました。これは、簡単なセルフチェックで、咬み合わせの異常を自分で知るものです。

使い方は、咬み合わせに関する6項目にチェックをつけて、スコアを計算するもので、最近1カ月に6項目の設

問の自覚症状が「ある（5点）、少しある（3点）、ほとんどない（0点）」を自己評価する。合計点によって「0～5点：異常なし、6～8点：咬み合わせに問題がある可能性があり、受診を勧める、9点以上：咬み合わせに大きな問題があるので、一日も早く歯科医院を受診するように勧告する」との内容である。質問に答えるだけで、異常のスクリーニングが可能である。

※読売新聞 2010年8月19日（朝刊）に記事が掲載された

### 「咬合スコア」どう使う？

咬合スコアとは日本顎咬合学会が作った  
**咬み合わせのセルフチェックシート**です

**咬合スコアの使用说明**

- 患者様に「咬合スコア」(患者様用には咬み合わせセルフチェックシートと表記)の質問のうち回答肢であてはまるものに○をつけてもらいます。
- ほとんどない=0点、少しある=3点、ある=5点と計算し、合計をだします。
- 合計が小さいほど良好な咬み合わせを示します。

咬合スコアの合計により**3つのグループ**に分かれます

- 0～5点** 咬み合わせに大きな問題が認められないグループ
- 6～8点** 咬み合わせに問題がある可能性が考えられるため、歯科医師による診査が必要と考えられるグループ
- 9点以上** 咬み合わせに大きな問題があると考えられるため、**歯科医師による診査が必要であることを強く勧めるべきであるグループ**

**ご注意ください!!**

このチェック表で、すべての咬み合わせの異常が発見できるわけではありません。合計が5点以下であっても治療が必要な症例もあります。9点以上になった場合でも治療が必要でない症例もあります。咬合スコアはスクリーニングを行うためのものです。確定診断は各歯科医師が必ず行ってください。

日本顎咬合学会

咬み合わせセルフチェックシート

### あなたの咬み合わせは大丈夫？

#### 咬み合わせ「セルフチェックシート」

氏名 \_\_\_\_\_ 性別 男・女  
年齢 \_\_\_\_\_ 記入日 年 月 日

最近**1カ月**についておたずねします

	ほとんどない	少しある	ある
1 咬み合わせの位置が定まらないと感じたことはありませんか？	0点	3点	5点
2 口が思うように開かなかったり、あごがスムーズに動かないことがありますか？	0点	3点	5点
3 咬み合わせの高さに不満を感じたことがありますか？	0点	3点	5点
4 自分の歯並びが気になることがありますか？	0点	3点	5点
5 歯ぎしりや歯を強くかみしめるくせがありますか？	0点	3点	5点
6 左右どちらか一方でかむくせがありますか？	0点	3点	5点
その他、気になること (何でも記入下さい)			あなたの合計点 点

**0～5点** 今のところ、咬み合わせに特に問題ないようです。ただし、健康な咬み合わせを保つために、歯科医師による定期的な検査をお勧めします。

**6～8点** 咬み合わせに問題がある可能性があります。歯科医院を受診されることをお勧めします。

**9点以上** 咬み合わせに大きな問題が考えられます。一日でも早く歯科医院を受診されることをお勧めします。

このチェック表で、すべての咬み合わせの異常が発見できるわけではありません。また、チェック表で9点以上になった場合でも必ずしも治療が必要とは限りません。治療の内容などは一人ひとり異なります。お近くの本学会員にご相談ください。これらの項目以外であっても気になることがあれば、お近くの本学会員にお気軽にご相談ください。咬み合わせだけでなく健康なお口を維持するために、定期的に歯科医院を受診しましょう。

日本顎咬合学会

## 日顎基金

### ——国民へ向けた事業——

日本顎咬合学会では社会貢献活動の一環として2006年、撤去冠のリサイクル事業による資金を慈善団体や研究機関等に寄付することを目的とした『日顎（にちがく）基金』を設立した。

寄付第一号として、2007年10月24日、震災（新潟県中越沖地震）により被害を受けた柏崎市の小・中学校にデジタル機器を贈呈した。これに対して復興事業に取り組む地元の柏崎市長や子供たちから大変な感謝の言葉が寄せられ、地元新聞社数社にも大きく取り上げられた。歯科界にとっても大変意義あるものであった。

#### 【日顎基金事業】

##### ・東日本大震災

2011年4月～7月被災された会員に対する見舞金の一部として活用した。

##### ・『食卓の向こう側』第13部「命の入り口、心の出口」

2011年4月愛知以西のすべての県と東京、神奈川、埼玉、の小学校13,288校に贈呈した。

2012年5月東京、神奈川、埼玉を除く静岡以東の全小学校8,337校に寄贈し、全国のすべての小学校に寄贈した。

##### ・『噛み合わせが人生を変える』小学館101新書の寄贈

2013年6月全国の小学校（21,104件）都道府県教育委員会（47件）、市区町村教育委員会（1,741件）、

全国歯科大学・歯科大学関連図書館（58件）、歯科技工士・歯科衛生士学校（206件）の合計23,156件に寄贈した。

#### 【基金事業の仕組】

- ①寄付をする会員は、患者から預かった撤去冠を精錬事業者へ渡す際、代金を「基金」へ送金するよう指示する。
- ②精錬事業者は、精錬地金買取代金を「基金」に送り、会員へは精錬の明細を会員に送付する。
- ③「基金」は寄付をした会員へお礼状（寄付金受領通知）と、協力医院として院長名および医院名を印字した患者様への告知ポスター<sup>注1)</sup>を送付する。
- ④基金は定期的に、いくつかの寄付先を理事会で決定し、それまでに集まった資金の全額を寄付する。
- ⑤寄付会員名（個別金額は除く）、寄付先一覧等を学会誌等で公表する。

\*精錬事業者については、当学会賛助会員の以下の3社様にご支援いただいております。

- ・相田化学工業株式会社
- ・日本メディカルテクノロジー株式会社
- ・アサヒプリテック株式会社

#### 年度別寄付金総額

年度	寄付金額（円）
18年度（2006年）	7,840,418
19年度（2007年）	2,264,801
20年度（2008年）	4,305,256
21年度（2009年）	3,406,259
22年度（2010年）	9,971,009
23年度（2011年）	16,371,172
24年度（2012年）	9,538,695



注1) 日顎基金告知ポスター