

研究課題： 歯科から見た食育 子どもの口腔機能向上を目指して
研究者名： 岩崎正則¹⁾、葭原明弘¹⁾、佐藤徹²⁾、宮崎秀夫¹⁾
研究協力者名： 田村卓也³⁾、土屋信人³⁾、平野真弓¹⁾
所 属： ¹⁾ 新潟大学大学院医歯学総合研究科予防歯科学分野、²⁾ 新潟県歯科医師会、
³⁾ 西蒲原歯科医師会

食育基本法が平成17年に成立して以来、国を挙げて食育を推進することが求められている。特に子どもに対する食育は、心身の成長及び人格の形成に大きな影響を及ぼし、生涯にわたって健全な心と身体を培い豊かな人間性を育ていく基礎となるものである。しかし子どもに対する食育に関しては課題が残っていることが現状である。

歯科分野と食との関連に着目してみると、特に咀嚼や嚥下といった口腔機能と口呼吸・舌癖等の口腔悪習癖が相互に関連しており、全体として食の問題と関連していることが考えられる。歯科分野では口呼吸・舌癖等の口腔習癖による口腔筋機能障害のある子どもに対する対応として口腔筋機能療法 (Oral Myofunctional Therapy : MFT) が行われている。口腔筋機能障害のある子どもに対し MFT を行うことにより、正常な口腔筋機能の習得、さらには開咬等歯列形態の異常の改善も認められている。本研究の目的は、子どもに対して MFT のコンセプトを基とした口腔周囲の機能を高める訓練を行うことにより、口腔周囲の筋機能の改善、正しい機能 (正しい咀嚼・嚥下) が獲得できるか評価することである。

事前に調査内容に対する説明を行い、調査協力に同意を得られた新潟県弥彦村保育園に通う年中と年長児を対象者とし、MFT のコンセプトを基とした口腔周囲の機能を高める訓練 (お口の体操) を半年間行った。訓練効果を評価するため、口腔内診査、口腔周囲の筋機能の評価 (口輪筋の筋力測定、オーラルディアドコキネシス) および食事状況、口呼吸、アレルギーに関する調査を調査開始時と調査終了時にそれぞれ行った。

はじめに調査開始時 (ベースライン) および調査終了時での口腔内状況、口腔周囲の筋機能と食事状況、口呼吸、アレルギーとの関連について評価した。次にベースラインと調査終了時における口腔内状況、口腔周囲の筋機能の変化、および食事状況、口呼吸、アレルギーの状況の変化について評価した。

オーラルディアドコキネシスの値について、ベースラインと終了時で比較したところ「ぱ」、「た」、「か」全てについて統計的に有意な増加を認めた (「ぱ」: 4.1 ± 0.8 回/秒 vs 4.5 ± 0.5 回/秒; $p=0.002$, 「た」: 4.5 ± 0.7 回/秒 vs 4.8 ± 0.4 回/秒; $p=0.002$, および「か」: 4.2 ± 0.5 回/秒 vs 4.3 ± 0.5 回/秒; $p=0.048$, t 検定)。さらに質問紙項目「遊び食いなし」群、また「姿勢が前かがみになっていることが気にならない」群の方がそれぞれ遊び食いあり」群、また「姿勢が前かがみになっていることが気になる」群と比較して、オーラルディアドコキネシスの回数が有意に多かった (3.8 ± 0.8 回 vs 4.3 ± 0.6 回; $p=0.045$, および 3.7 ± 0.5 回 vs 4.3 ± 0.4 回; $p=0.022$, t 検定)。また質問紙項目「遊び食いがあり」群の方が「前歯が出ていることが気になる」者の割合が有意に多かった (0% vs 29.4%, $p=0.043$, χ^2 検定)。

以上より、遊び食いなどの食事状況や日常生活での姿勢が、舌、口唇、軟口蓋などの運動機能と関連すること、また口腔周囲の筋機能を高める訓練が子どもに対して有効であることが分かった。今後歯科保健の立場から健全な口腔筋機能の発育の大切さについてさらに周知、啓発する必要があると思われる。