



2008年12月に開院。現在、歯科医師1名、歯科衛生士4名のメンバーで日々診療を行っている。

うち流！ 地域へのアプローチ

地域の人々の健康を守っていくために、
医院全体で地域に働きかけている取り組みをご紹介します。

File.4

なかむら歯科クリニック(埼玉県開業)

文●中村篤史 院長

児童に歯の大切さを伝える 放課後チャレンジスクール

当院に通院されている患者さんに、私の母校の小学校でボランティアをしている方がいます。その方に「歯の大切さ、むし歯予防について話してほしい」と頼まれたのがきっかけで、学校で開催される「放課後チャレンジスクール」に当院のスタッフと参加し、1年生～5年生の児童57名に対して1時間半ほどお話ししました。放課後チャレンジスクールとは、地域社会の中で子どもたちが心豊かで健康やかに育まれるように、地元の方々の協力のもと、放課後に勉強やスポーツなどさまざまな体験学習を行うものです。

まずは、歯の大切さを知ってもらうために、口を開けた状況と閉じた状況の両方で、腕相撲や目をつぶったまま片足立

ちをするワークを行いました。腕相撲はどちらの方がより力が入るか、片足立はどちらの方がより長くできるか比べてもらうことで、歯と力、歯とバランスとの関係を考える機会となりました。その後、スライドを使って、肉食動物・草食動物・人間の歯の形の違い、人間の乳歯と永久歯の本数、いろいろな食べ物をおいしく食べるには何本の歯が必要か、食べ物によるかむ回数の違いなどを、クイズ形式で説明しました。

続いて、噛むことで色が変わる咀嚼力判定ガム((株)ロッテ製)を子どもたちに噛んでもらい、色が何色に変わるかを見るワークを行いました。隣の子と色の違いを見比べながら、自分の噛む力がど

れくらいか興味を持ってもらいました。最後に再びスライドを使って、プラーク、むし歯菌の数・特徴、唾液のはたらき、むし歯と食生活との関係、飲食物にお砂糖がどれくらい含まれているかなど、むし歯ができるまでの過程や予防法についてクイズ形式でお話しました。

ただ説明するだけでなく、ワークを行ったり、クイズ形式にすることで、子どもたちはとても興味をもって聞いてくれました。今回のチャレンジスクールがきっかけで、少しでも普段の歯みがきや食生活を見直してくれれば幸いです。このような取り組みを通じて地域に貢献できたことを、スタッフ一同非常にうれしく感じています。



スライドを使い、歯についてさまざまなクイズを出題。子どもたちは正解を答えるために、スライドの内容に集中している。

話を聞いてくれた児童、協力して下さったボランティアの方々と
の集合写真。非常に楽しく有意義な時間となった。