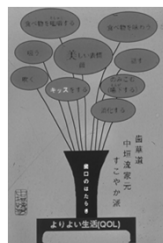


生涯にわたる健康管理の基盤となる 歯・口の健康づくりの進め方 -共通生活習慣の指導とセルフチェック力育成 (Learning to be)-

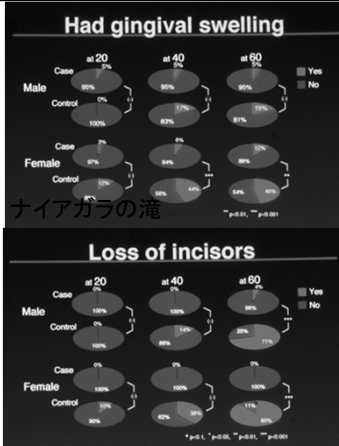
大阪市学校歯科保健研究大会
2015.2.19
愛知学院大学
中垣晴男

生涯にわたる健康管理の基盤となる 歯・口の健康づくりの進め方

1. 8020運動からみた学校保健の大切さ
2. 8020へ向けた歯・口の健康づくり活動の展開
3. 健康科学からみた歯・口腔の健康づくりのキーワード
4. エビデンスのある歯・口腔の健康づくりの展開: 専門家の責任
5. 共通生活習慣とセルフチェック力育成 (Learning to be)



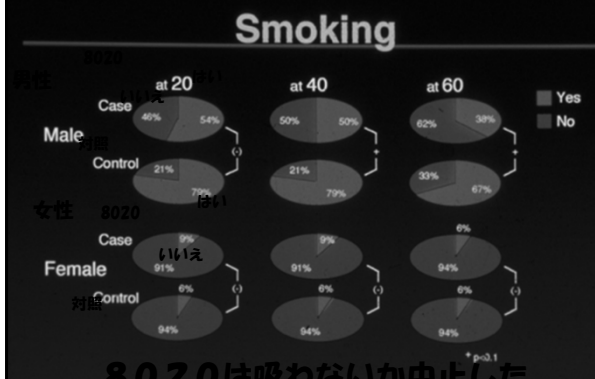
8020の人
歯肉がはれなかった



歯ぐきが
はれましたか

下の前歯
がめけて
いましたか

「たばこ」をすっていましたか



8020調査

8020者は子ども・成人時代に望ましい生活習慣で過ごした人

10項目の「歯の健康づくり得点」完成

歯の健康づくり得点

氏名: _____ 性別: 男・女 _____ 学年: _____ 月: _____ 日: _____

質問に対する答えの点数を○で囲んで下さい。

項目	はい	いいえ
歯ぐきが腫れることがありますか	0	4
歯がしみることがありますか	0	3
間歯をよくしめますか	0	3
歯垢がありますか	3	0
かかりつけの歯医者さんに行きますか	2	0
歯の治療は早めに受けるようにしていますか	1	0
歯ぐきから血が出ることはありませんか	0	1
歯磨きを1日2回以上していますか	1	0
自分の歯ブラシが汚れますか	1	0
たばこを吸いますか	0	1

合計 () + () = () 点

○で囲んだ数字をたしてください。

16点以上
現在のあなたの歯の健康にとって良い生活をしており、また歯も健康のようです。さらに向上を目指しましょう。0点の項目をなくすようにしましょう。

11~15点
あなたの歯の健康および生活習慣は、歯の健康にとって問題があまりありません。生活習慣を見直し健康な歯を守りましょう。0点の項目を減らすようにしましょう。

10点以下
今の歯の健康および生活習慣は、歯の健康にとって問題があります。歯医者さんのアドバイスを受け、生活習慣を見直しましょう。0点の項目を減らすようにしましょう。



年2回セルフ
チェック手帳
開始(1999)
(飛島村)



世界文化遺産 富士山



専門家: 目標と到達方法を明示する必要がある
教育目標: 頂上(歯と口腔の健康・8020)



カリキュラム(到達方法、ルート)歯の健康づくり得点・手帳で登頂できる

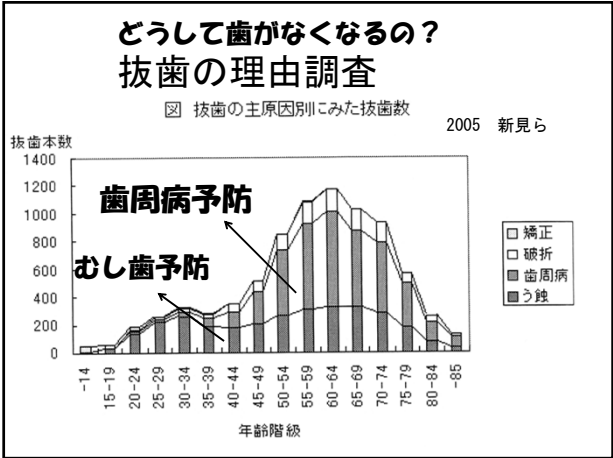
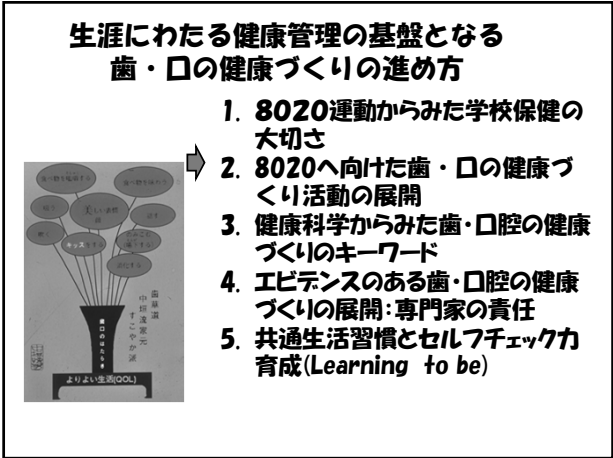
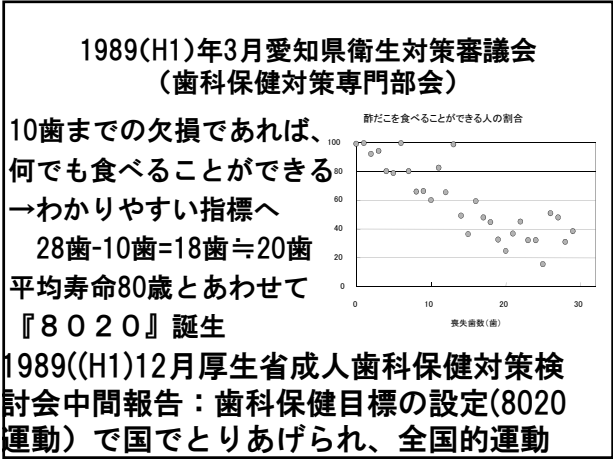
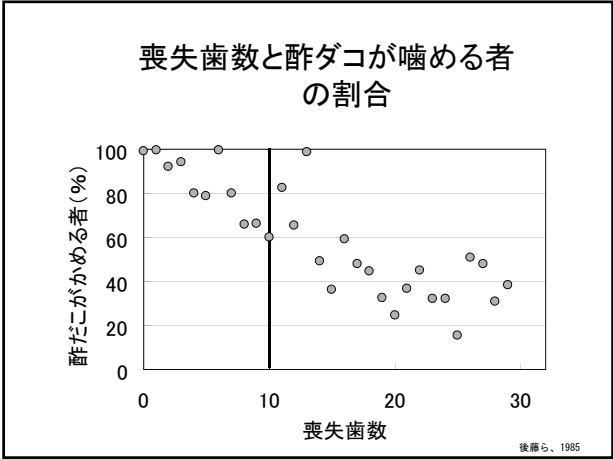
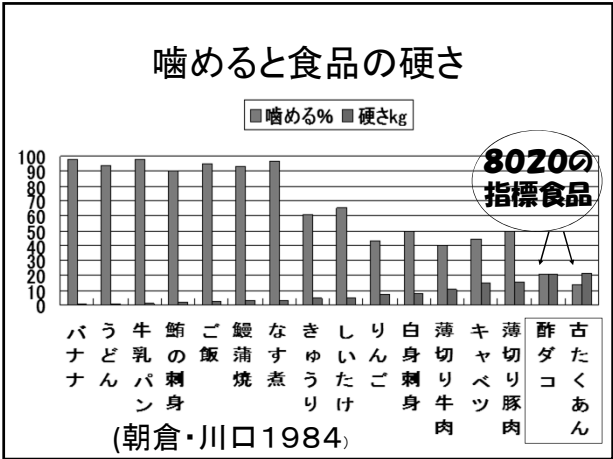
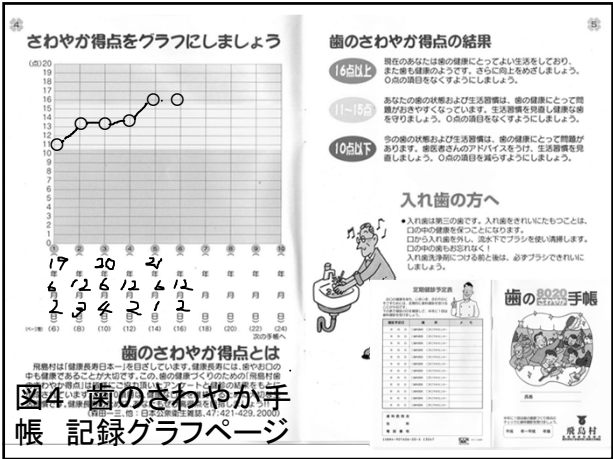


図2 お口のけんこうづくり点すう(小学校低学年用)

1. 1週間にごえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこう

歯をみがくときから血が出ますか。
毎日、テレビを2時間以上見ますか。
ハンカチ、ティッシュを持っていますか。
昼ごはん後、歯をみがきますか。
学校へ行く前にテレビを見ますか。
毎日、夜10時まえには寝ていますか。
食べ物をよくかんで食べますか。
夕ごはん後、おかしを食べますか。
フツツをきいてもらったり、
フツツをきいたことがありますか。
朝おきの時間は決まっていますか。

はい 0 0 0 2 2 2
いいえ 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0

2. 点すうのけいさんしよう

1. でかこんだすうをよからたししょう

2. ●のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
3. ▲のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
4. ■のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()

5. なにを食べたかな

きょうの あきごはん

きのうの ゆうごはん

3. グラフをかこう

●歯のせいけつ度
▲歯のけんこう度
■歯のけんこう度

4. せいけつリズム

ねたじかん じふん ころ
おきたじかん じふん ころ
家を出たじかん じふん ころ
食べたじかん じふん ころ
テレビを見たじかん じふん ころ
ゲームをしたじかん じふん ころ
メールをしたじかん じふん ころ

小学校低学年用
多治見市立歯科保健研究
愛知学院大学歯学部1日産衛生学講座

お口のけんこうづくり点すう(小学高学年)

1. 1週間にごえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこう

歯は自分で磨きますか。
歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。
歯ごはん後、歯をみがきますか。
夕ごはん後、おかしを食べますか。
学校へ行く前にテレビを見ますか。
食事中、テレビを見ますか。
毎日、夜10時まえには寝ていますか。
体は自分であらいますか。
唇、唇の間に歯をみがきますか。
朝には歯をみがきますか。
甘い食べ物が好きですか。
フツツをきいてもらったり、
フツツをきいたことがありますか。
毎日、テレビを2時間以上見ますか。
忘れ物をよくしますか。

はい 0 0 0 2 2 2
いいえ 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0

2. 点すうの計算しよう

1. でかこんだすうをよからたししょう

2. ●のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
3. ▲のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
4. ■のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()

3. グラフをかこう

●歯のせいけつ度
▲歯のけんこう度
■歯のけんこう度

4. よい生活習慣はかな

5. どの生活習慣をよくできるかな

小学校高学年用
多治見市立歯科保健研究
愛知学院大学歯学部1日産衛生学講座

図4 お口の健康づくり得点(中学校用)

1. 1週間にごえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこう

歯をみがくときから血が出ますか。
毎日、テレビを2時間以上見ますか。
ハンカチ、ティッシュを持っていますか。
昼ごはん後、歯をみがきますか。
学校へ行く前にテレビを見ますか。
毎日、夜10時まえには寝ていますか。
食べ物をよくかんで食べますか。
夕ごはん後、おかしを食べますか。
フツツをきいてもらったり、
フツツをきいたことがありますか。
朝おきの時間は決まっていますか。

はい 0 0 0 2 2 2
いいえ 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0

2. 点すうの計算しよう

1. でかこんだすうをよからたししょう

2. ●のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
3. ▲のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
4. ■のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()

3. グラフをかこう

●歯のせいけつ度
▲歯のけんこう度
■歯のけんこう度

4. 生活のリズム

寝た時間 時 分 ころ
起きた時間 時 分 ころ
家を出た時間 時 分 ころ
食べた時間 じかん ころ
テレビを見た時間 時間 ころ
ゲームをした時間 時間 ころ
メールをした時間 時間 ころ

5. 食事の内容

今日の 朝ごはん

きのうの タごはん

中学校用
多治見市立歯科保健研究
愛知学院大学歯学部1日産衛生学講座

お口のけんこうづくり点すうをチェックしよう

お口のけんこうづくり点すう

1. 1週間にごえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこう

歯は自分で磨きますか。
歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。
歯ごはん後、歯をみがきますか。
夕ごはん後、おかしを食べますか。
学校へ行く前にテレビを見ますか。
食事中、テレビを見ますか。
毎日、夜10時まえには寝ていますか。
体は自分であらいますか。
唇、唇の間に歯をみがきますか。
朝には歯をみがきますか。
甘い食べ物が好きですか。
フツツをきいてもらったり、
フツツをきいたことがありますか。
毎日、テレビを2時間以上見ますか。
忘れ物をよくしますか。

はい 0 0 0 2 2 2
いいえ 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0

2. 点すうの計算しよう

1. でかこんだすうをよからたししょう

2. ●のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
3. ▲のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
4. ■のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()

3. グラフをかこう

●歯のせいけつ度
▲歯のけんこう度
■歯のけんこう度

4. 生活のリズム

寝た時間 時 分 ころ
起きた時間 時 分 ころ
家を出た時間 時 分 ころ
食べた時間 じかん ころ
テレビを見た時間 時間 ころ
ゲームをした時間 時間 ころ
メールをした時間 時間 ころ

5. 食事の内容

今日の 朝ごはん

きのうの タごはん

中学校用
多治見市立歯科保健研究
愛知学院大学歯学部1日産衛生学講座

お口のけんこうづくり点すう

1. 1週間にごえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこう

歯をみがくときから血が出ますか。
毎日、テレビを2時間以上見ますか。
ハンカチ、ティッシュを持っていますか。
昼ごはん後、歯をみがきますか。
学校へ行く前にテレビを見ますか。
毎日、夜10時まえには寝ていますか。
食べ物をよくかんで食べますか。
夕ごはん後、おかしを食べますか。
フツツをきいてもらったり、
フツツをきいたことがありますか。
朝おきの時間は決まっていますか。

はい 0 0 0 2 2 2
いいえ 0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0
0 0 0 0 0 0

2. 点すうの計算しよう

1. でかこんだすうをよからたししょう

2. ●のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
3. ▲のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()
4. ■のすうじの○のけいさんはいくつですか () + () = ()

3. グラフをかこう

●歯のせいけつ度
▲歯のけんこう度
■歯のけんこう度

4. 生活のリズム

寝た時間 時 分 ころ
起きた時間 時 分 ころ
家を出た時間 時 分 ころ
食べた時間 じかん ころ
テレビを見た時間 時間 ころ
ゲームをした時間 時間 ころ
メールをした時間 時間 ころ

5. 食事の内容

今日の 朝ごはん

きのうの タごはん

中学校用
多治見市立歯科保健研究
愛知学院大学歯学部1日産衛生学講座

←保健室登校のとき

三角の面積が大きい

クラスへ戻った時→



高校生 歯・口腔の健康づくり得点(高等学校用) 外山恵子

1.質問に答えよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこう

歯肉(歯ぐき)が、腫れることがありますか
歯肉が赤くなりますか
歯肉が痒くなりますか
歯肉が痛くなりますか
歯肉が出血することがありますか
歯肉が腫れ上がることはありますか
口臭がありますか
歯科医院などで、歯磨きの方法を教わったことがありますか
フッ素塗布をしたことがありますか
歯科医院で歯垢を取ってもらったことがありますか

2.点数を求めよう

○で囲んだ数字を足しましょう

1. 歯肉 Aの小計+Fの小計=()
2. 歯肉 Bの小計=()
3. 歯肉 Cの小計+Gの小計=()

4. よい生活習慣は少ないかな

→顎関節、口臭が加わり、六角形に

「高校生の口腔で歯垢沈着、歯肉炎があるとヒトパピローマウイルス(HPV)所有率高い」
(外山恵子、2009)

たかが歯、されど歯

歯肉乳頭部→角化がない

高校生のHPV感染

口腔の状態 (歯垢沈着、歯肉炎あり)

生活習慣

HPV歯肉上皮の傷 (歯周炎、歯垢付着) から侵入
歯肉炎は身体の玄関がオープン
HIV罹り易い エボラ感染も同じ?



グラフの見方 生活習慣、歯・口腔から要保護児童を早期に見つける

点線は全国平均値を示します。

網掛けは 平均値-標準偏差×2 よりも低い部分を示しています。この範囲に入る場合は要注意です。

正規分布と標準偏差

平均値-標準偏差×2よりも低くなる割合は全体の2.3%です。

平均±標準偏差×2 (斜線)に入るのは95.4%です。

→ネグレクト症状の表出の前の段階に小児の生活習慣が偏っていることからスクリーニング

要保護児童スクリーニング(1-3年生)

はい いいえ

4 0

1. フッ素を塗ってもらったり、フッ素のうがいをしたことがありますか。

3 0

2. ねる前に歯をみがきますか。

2 0

3. 外から帰ると手をあらいますか。

1 0

4. 乳歯で治療した歯の数が 治療してない歯の数より多いですか。

5点以下の場合には要保護児の可能性があり
(森田・芝田ら:日本公衛誌36:145-154, 2009)

→普通にしつけられるべき歯の生活習慣がしつけられていない(要保護児童)

お口のすこやか点すう

1. しつものにこたえよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこう

はをみがくとき、歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか
歯ぐきから出血することがありますか

2. てんすうのすけいせいをしよう

1. ○で囲んだ数字を足しましょう

2. ●と●のすけいせいは、いくつですか ()+()=()
3. ●と●のすけいせいは、いくつですか ()+()=()
4. ●と●のすけいせいは、いくつですか ()+()=()
5. ★と★のすけいせいは、いくつですか ()+()=()

4. よい生活習慣は少ないかな

「お口のけんこう点すう」に要保護児童発見項目追加票 (三重県2014.1)

三重県のMIES+活用マニュアル 2014.1

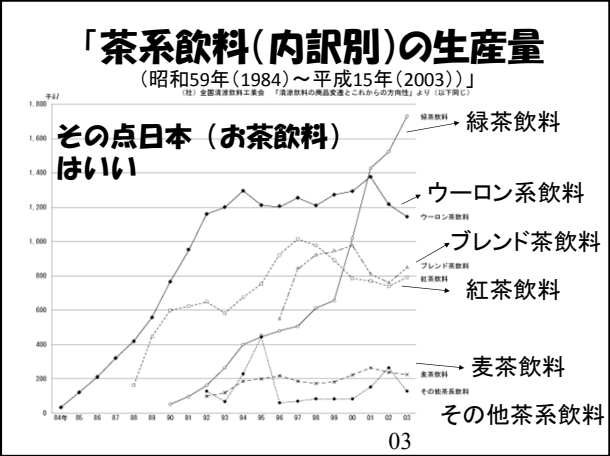
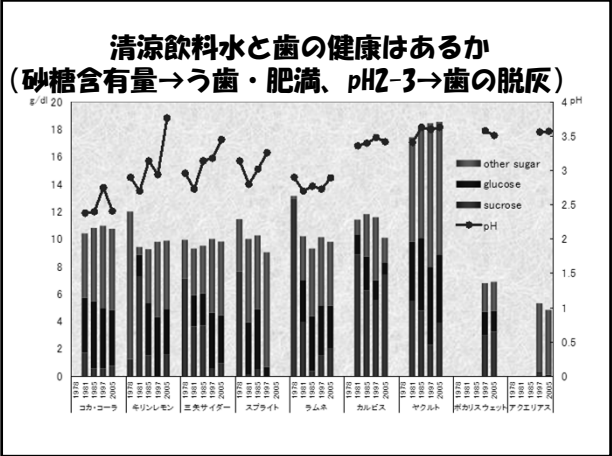
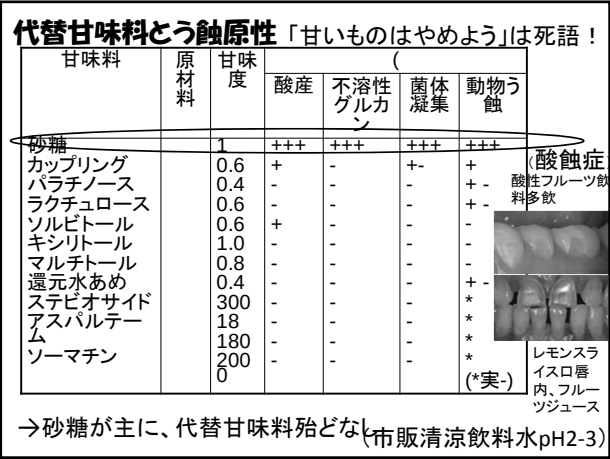
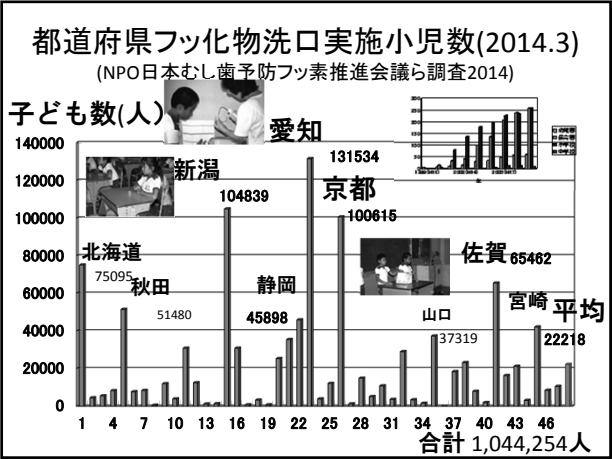
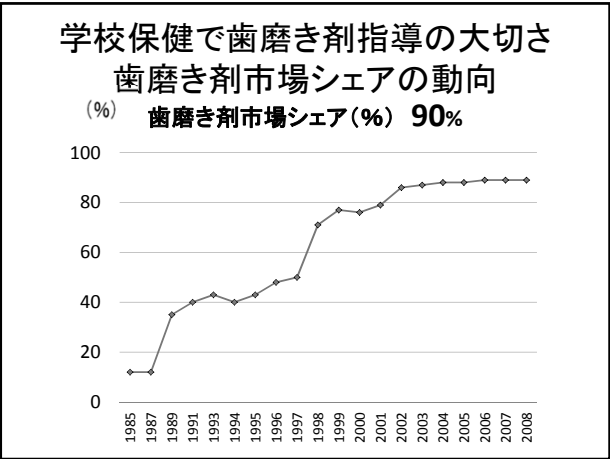
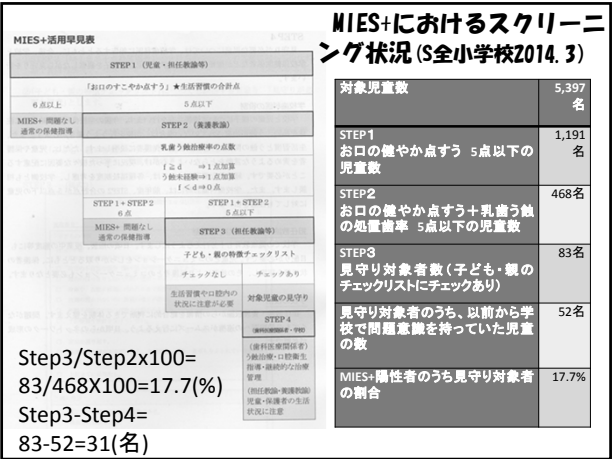
平成25年度検証事業

MIES+活用マニュアル

〇～歯科の視点からの子どもの見守り～

学校歯科医と学校が手を携え、
障害や病気の子どもを保護を促すために。

三重県
三重県歯科医師会
2014年1月



生涯にわたる健康管理の基盤となる歯・口の健康づくりの進め方



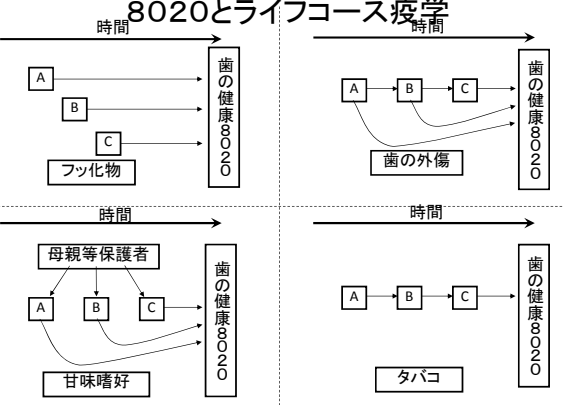
1. 8020運動からみた学校保健の大切さ
2. 8020へ向けた歯・口の健康づくり活動の展開
3. 健康科学からみた歯・口腔の健康づくりのキーワード
4. エビデンスのある歯・口腔の健康づくりの展開: 専門家の責任
5. 共通生活習慣とセルフチェック力育成(Learning to be)

3.健康科学からみた学校保健のキーワード

1. ライフコース疫学(研究)と学校保健
2. 健康格差(社会疫学)と学校保健
3. 共通生活習慣と学校保健
4. ソーシャルキャピタルと学校保健
5. 歯・口腔、全身の健康と学校保健

1. ライフコース疫学(研究)と歯・口腔の健康

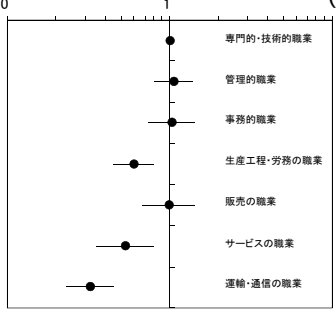
8020とライフコース疫学



2. 健康格差(社会疫学)と歯・口腔の健康

職種別保有歯数20歯以上のオッズ比(50,60歳)

(Morita et al. 2007)¹¹⁾



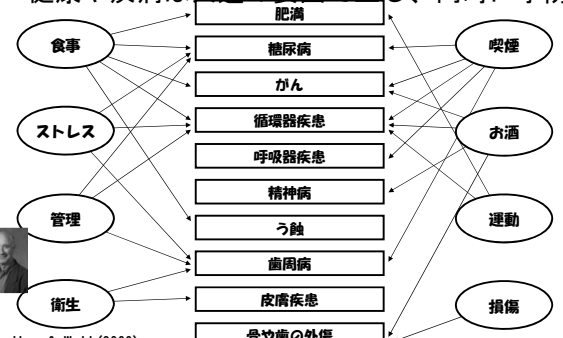
職業	オッズ比 (95% CI)
専門的・技術的職業	1.06 0.81-1.38
管理的職業	1.02 0.73-1.42
事務的職業	0.60 0.45-0.79
生産工程・労務の職業	0.98 0.68-1.42
販売の職業	0.53 0.35-0.80
サービスの職業	0.32 0.23-0.45
運輸・通信の職業	

年齢調整済み

3. 生活習慣(病リスク)と歯・口腔の健康

Common Risk/Health Factor Approach

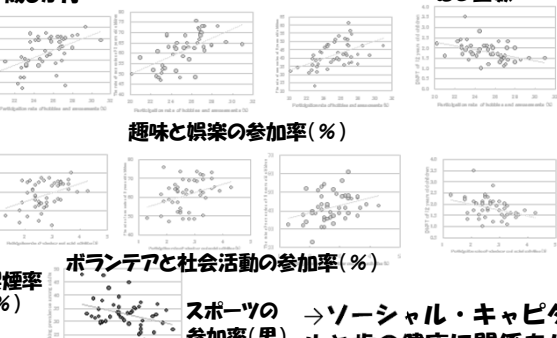
→健康や疾病は共通の要因で生じ、同時に予防



Sheiham & Watt (2000)

4. ソーシャルキャピタルと歯・口腔の健康

(B. Putnam : Bowling alone - B. Putnam, 2000)



むし歯のない1歳6か月
むし歯のない3歳児
むし歯のない5歳児
12歳のむし歯数

趣味と娯楽の参加率(%)

ボランティアと社会活動の参加率(%)

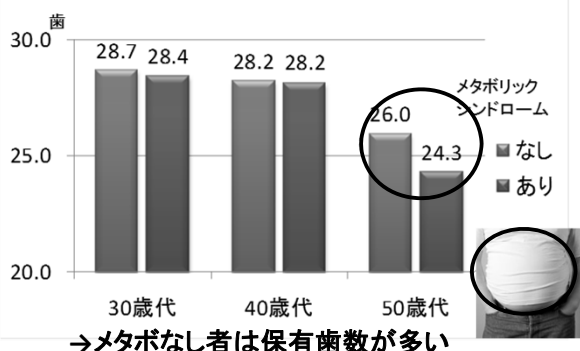
喫煙率(%)

スポーツの参加率(男)(%)

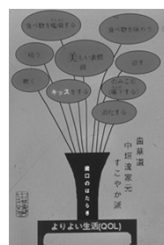
→ソーシャル・キャピタルと歯の健康に関係あり

5. 全身の健康と歯・口腔の健康

メタボリックシンドロームと保有歯数

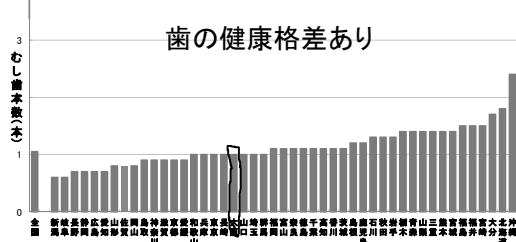


生涯にわたる健康管理の基盤となる歯・口の健康づくりの進め方

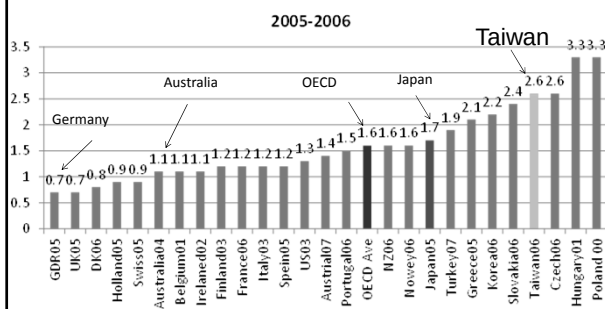


1. 8020運動からみた学校保健の大切さ
2. 8020へ向けた歯・口の健康づくり活動の展開
3. 健康科学からみた歯・口腔の健康づくりのキーワード
4. エビデンスのある歯・口腔の健康づくりの展開: 専門家の責任
5. 共通生活習慣とセルフチェック力育成 (Learning to be)

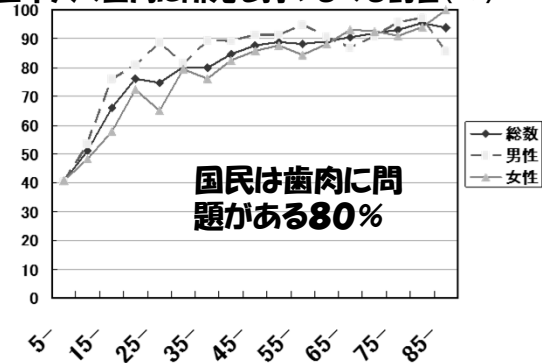
12歳児の一人平均むし歯本数(都道府県別) 平成25年度学校保健統計調査



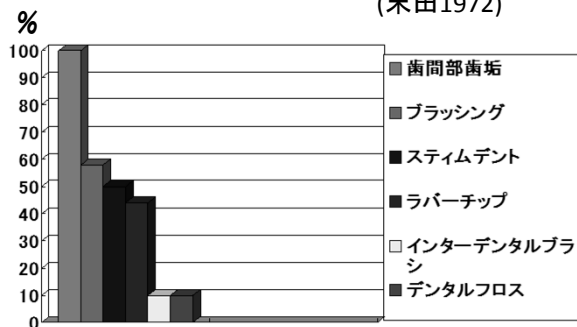
DMFT at the age of 12 yrs in 2005-6 (OECD)+Taiwan

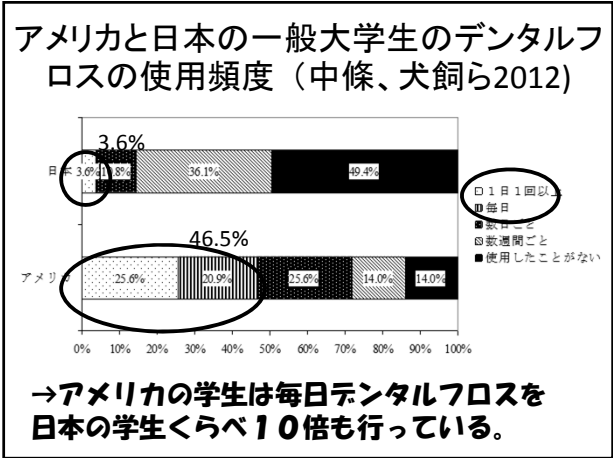
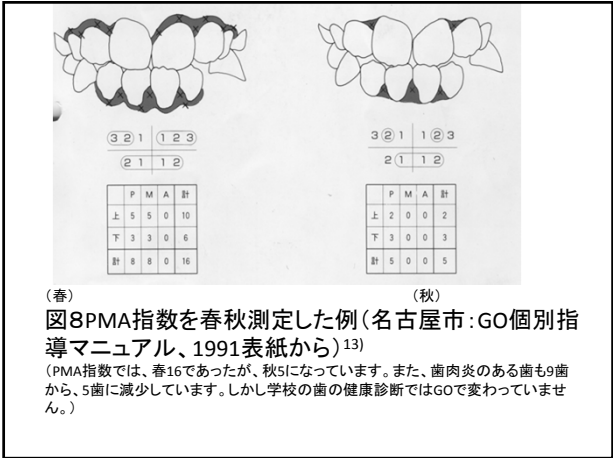
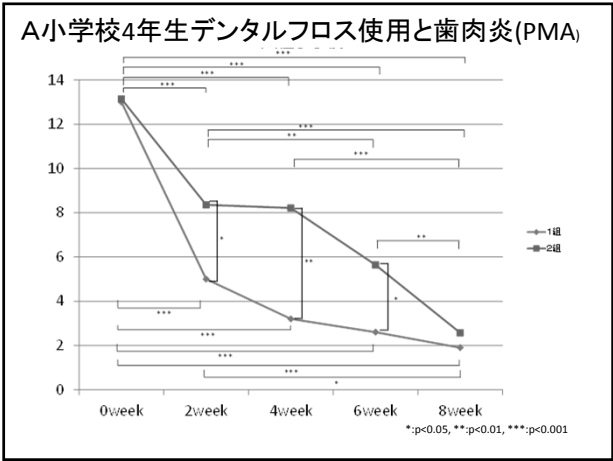
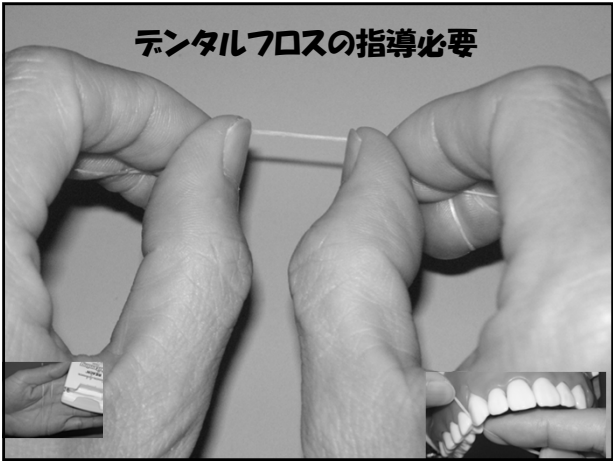
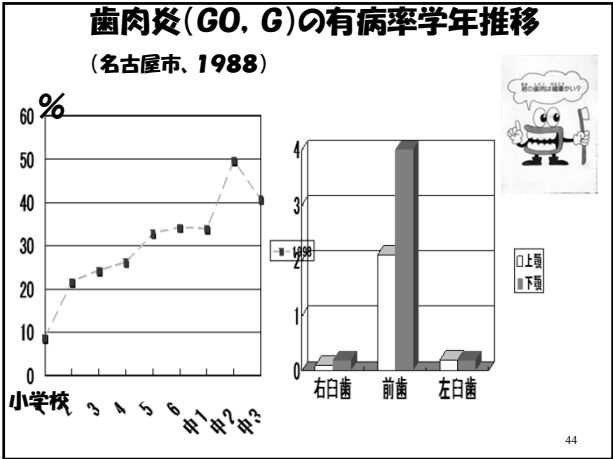
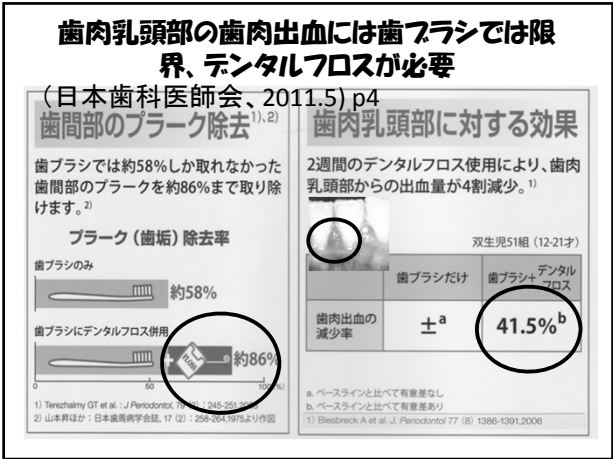


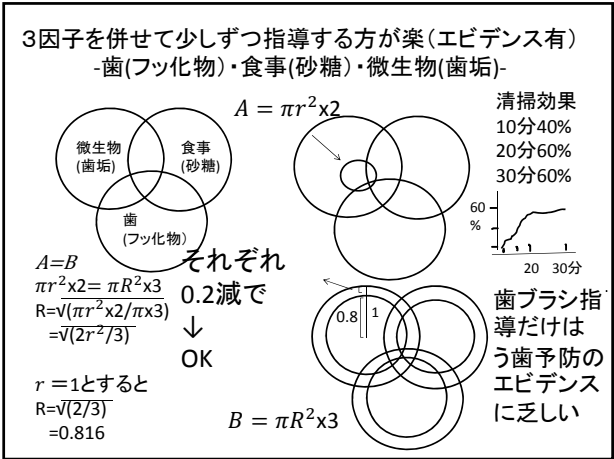
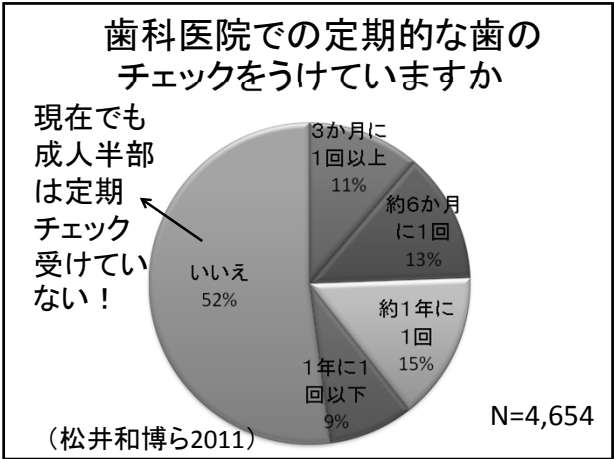
日本人の歯肉に所見を持つもの割合 (%)



歯間部清掃用具の比較(プラーク残存率) (末田1972)







エビデンスの質基準: 米国: 予防医療研究班による歯科疾患予防のガイドライン (1993, 1996) 学校での指導にはエビデンスが乏しいものあり

疾患	予防的介入方法		エビデンス質	勧告の強さ
う蝕	フッ化物	全身的: 水道水フッ化物添加、錠剤	I	A
		局所的: 歯磨剤、洗口剤、塗布	I	A
	シーラント(小窩裂溝充填)		I	A
	食事のコントロール	甘いものを控える	II-1	A
		就寝中の哺乳びん使用は控える	III	B
	個人的な歯科衛生(フッ化物非配合歯磨剤、デンタルフロス)		III	C
	(フッ化物配合歯磨剤を使用しての歯磨き) (デンタルフロッシング)		(I,II) (II-2)	(B)** (B)**
定期的な歯科検診		III	C	
歯周病	ブラークと歯石除去	個人による口腔衛生	I	A
		スケーリング、ルートプレーイングによる専門家のケアと個人による口腔衛生を組み合わせ予防	I	A
	クロールヘキシジン(ハイリスクグループのみ)		I	A
	定期的な歯科検診		III	C

I: ランダム化比較試験(RCT)からのエビデンス、II-2: コホート研究または症例対照研究からのエビデンス、III: 臨床的・記述的研究、熟練した委員会、権威者の意見

利用勧告の強さの基準: A: 確かなエビデンスがある、B: エビデンスがある、C: エビデンスが乏しい。

生涯にわたる健康管理の基盤となる歯・口の健康づくりの進め方

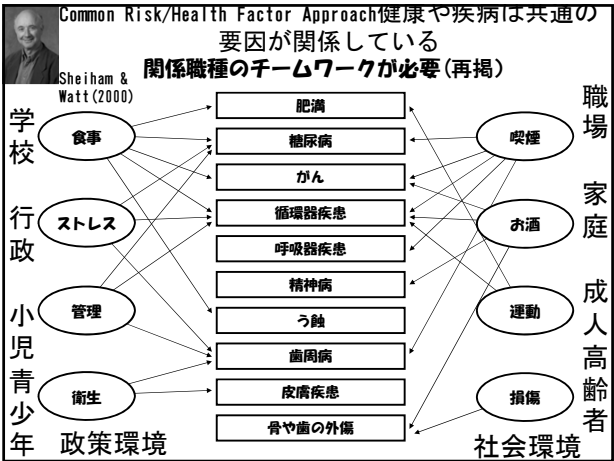
1. 8020運動からみた学校保健の大切さ
2. 8020へ向けた歯・口の健康づくり活動の展開
3. 健康科学からみた歯・口腔の健康づくりのキーワード
4. エビデンスのある歯・口腔の健康づくりの展開: 専門家の責任
5. 共通生活習慣とセルフチェック力育成(Learning to be)

改訂学習指導要領のよる総則「学校における体育・健康に関する指導」(2008. 3. 2)

- 児童の発達の段階を考慮して、学校の教育活動全体を通して適切に行うものとする。
- 特に学校における食育の推進並びに体力の向上に関する指導、安全に関する指導、及び心身の健康保持増進に関する指導については、体育科の時間はもとより、家庭科、特別活動などにおいてそれぞれの特質に応じて適切に行うように努めることとする。
- また、それらの指導を通して、家庭や地域社会の連携を図りながら、日常生活において適切な体育・健康に関する実践を促し、生涯を通じて健康・安全で活力ある生活を送るための基礎が培われるように配慮しなければならない。

「生きる力」を育む歯・口の健康づくりの仕組み

1. 小学校体育科保健領域6学年「生活習慣病など生活行動がおもな要因となっておこる病気の予防には、栄養の偏りのない食事とすること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身につける必要があること」。
2. 高等学校現行科目保健「歯周病などの生活習慣病の予防を適宜取り上げ、健康に関する適切な意思決定と行動選択が重要であることを理解できるようにする」。
3. 改訂特別活動の学級活動「(2)適応と成長及び健康安全、キ心身ともに健康で安全な生活態度の形成」がいずれに学年においても取り扱うものとされた。その解説で、心の健康、体力の向上、生活習慣病予防とともに口腔衛生が題材として例示された。
4. 小・中・高を通じて系統性のある指導のために中学校の指導位置づけが大切。(森良一2008)



歯と口腔の健康が保健学習、総合的学習、共通生活習慣の学習テーマふさわしい理由

- 「健康日本21」でいう生活習慣、歯科以外の生活習慣病リスクと同じ
- 食べる、話す、清潔、飲み込みは日常生活
- う蝕、歯肉炎、歯並びはその良くない(いい)指標
- 身近な、評価しやすい教材
- 実験、体験、経験から問題解決型学習
- 年齢、性、地域の水準で(テーマ)に格差がない

**子どもの感性は大人を超える
歯の根はなぜ数がちがうの？
(実物観察の強さ)**

(児童保健委員会主催 健康教室、名古屋市O小)

唾液の働きは簡単に知ることができる

だ液の消化作用を調べてみよう

2003年 1050円 2006年 1050円

歯のびっくサイエンス (健学社)

**学校保健で間違いが多い！
咀嚼力の測定は噛む力(咬合力)でなく、
自分は何回噛む(咀嚼力)かを考えること**

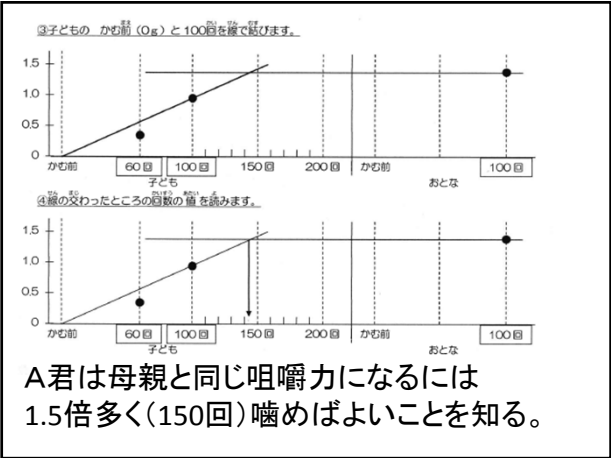
そして簡単に、どれくらい噛むかを測ることができるのです。

①噛む回数をはかりたい。噛む回数を測るには、噛む回数を数える。噛む回数を数えるには、噛む回数を数える。

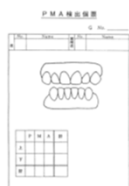
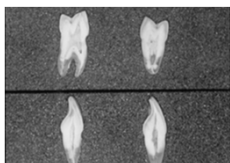
②噛む回数を測るには、噛む回数を数える。噛む回数を数えるには、噛む回数を数える。

③噛む回数を測るには、噛む回数を数える。噛む回数を数えるには、噛む回数を数える。

④噛む回数を測るには、噛む回数を数える。噛む回数を数えるには、噛む回数を数える。



学校歯科医会の養護教諭の研修会(岐阜県E市)



珪石による歯の断面観察

歯肉炎PMA検出



歯のびっくサイエンス
科学好きな子を育てる
名古屋市科学館

→興味、疑問を持ち、自分で調べ解決し、生活習慣へ、科学好きな子に

歯のケミストリー
2004.8.12

- 科学好きを育てる
- ボランティアス
- オリジナル
- みんなのもの
- 1990-2013
- (24回)



フォール報告書
「未来の学習」(1972)

- ユネスコ教育開発国際委員会(フォール委員長)提出
- Learning to have (知る)から Learning to be(学び方)に
- 生涯学習
- 生きる力、総合的な学習へ



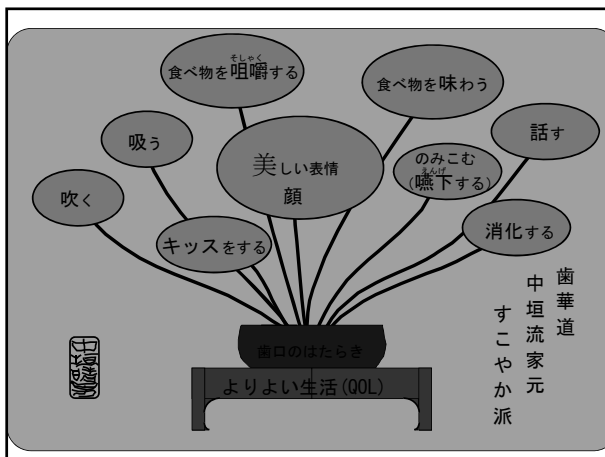
歯のびっくサイエンス

→考えることが必要



新型車両L0系を体験する親子
11.13リニア中央新幹線

フォール報告は社会心理学者フロムの考え方を採用したものといわれている。また、1996年、これを発展させた「ドロール報告」もだしている。



8020質問票文献(moritaのHP)

<http://morita.agu.jp/8020/> 「8020の関連文献」

<http://morita.agu.jp/8020/referencesgate.php>

歯の健康づくり得点、リーフレット紹介もあり。

1. 上記のHPから「関係文献」を選び、文献一覧のHPIに移動する。
2. HPページの右上の白い「8020」のロゴをクリックする。
3. パスワード「8020oss」を入力すると文献一覧が変わり、pdfファイルをダウンロードする。
4. 中垣晴男:シリーズ8020と健康科学、日本歯科評論(No.795-806)、2009.1-12。



今後の学校における
歯・口の健康づくりは
生涯保健の視点

- 共通生活習慣の指導(系統だったプログラム)
- セルフチェック力育成(Learning to be)

祝大阪市学校歯科保健研究大会おめでとうございます。