

4. プログラムの実施に関する資料集

1) 資料-1: プログラム活用事業実施概要記載様式

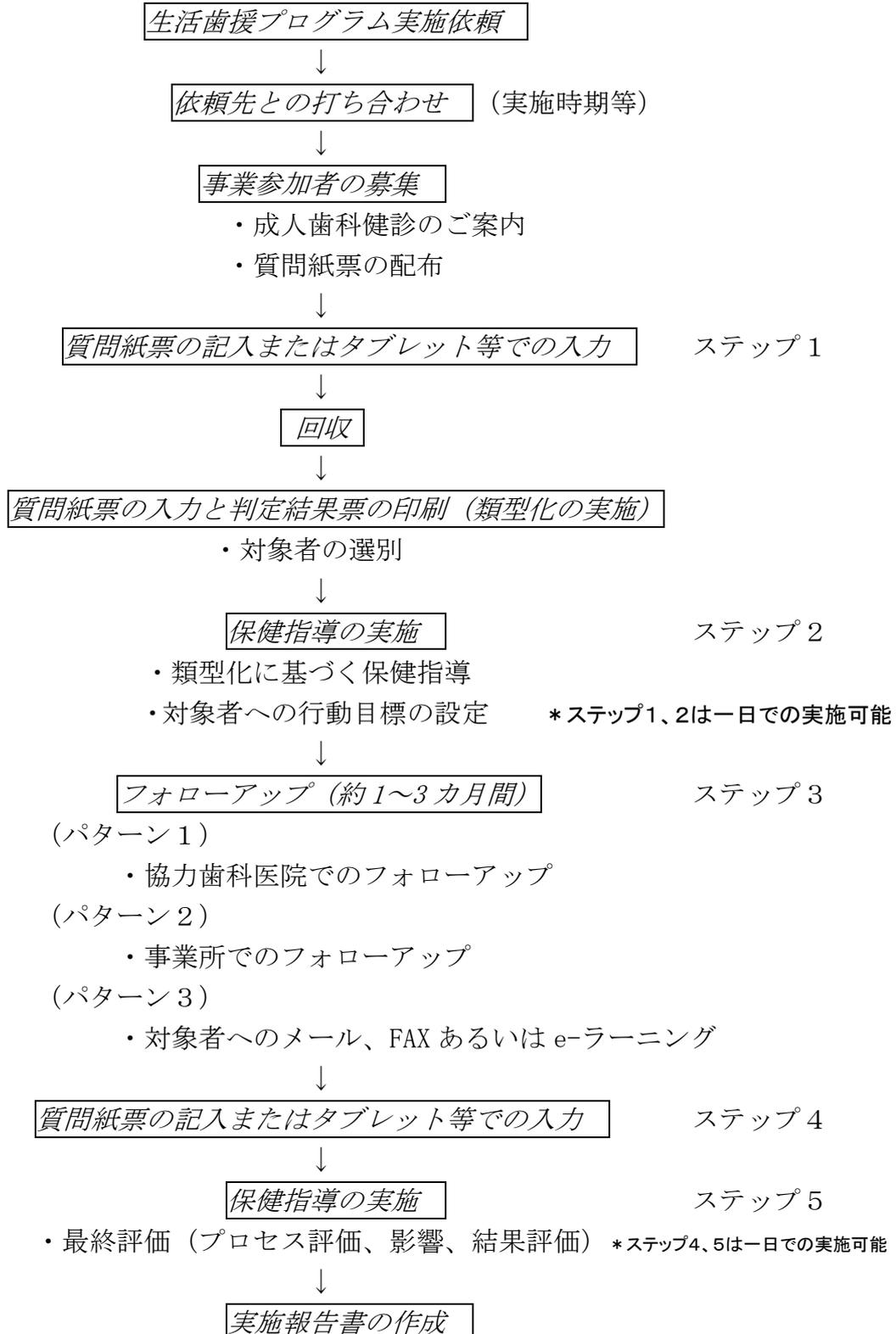
「生活歯援プログラム」活用事業実施概要記載書

①	事業名
②	事業の目的
③	実施日程
④	実施組織
	実施形態 (場所、スタッフ数等)
⑤	概算諸経費用等
⑥	実施概要の協議内容

職域におけるプログラムの実施プロセスに関するフローチャート

実施プロセスに関するフローチャートを標準的な実施例として提示します。
実施県の実情やケースに合わせてモディファイし、ご活用ください。

(下記のフローチャートは事業所での一例)



成人歯科健診のご案内

口臭が気になったり、歯痛や歯肉が腫れたりして好きな食べ物が食べられず悩んでいる方はいらっしゃいませんか？

ご承知のように、お口の中の状態は全身的な健康状態と密接な関連を持っています。

この度、〇〇歯科医師会では、従来の歯科健診だけでなく、健診後のフォローアップや健康教育までを含めた「生活歯援プログラム」を作成いたしました。

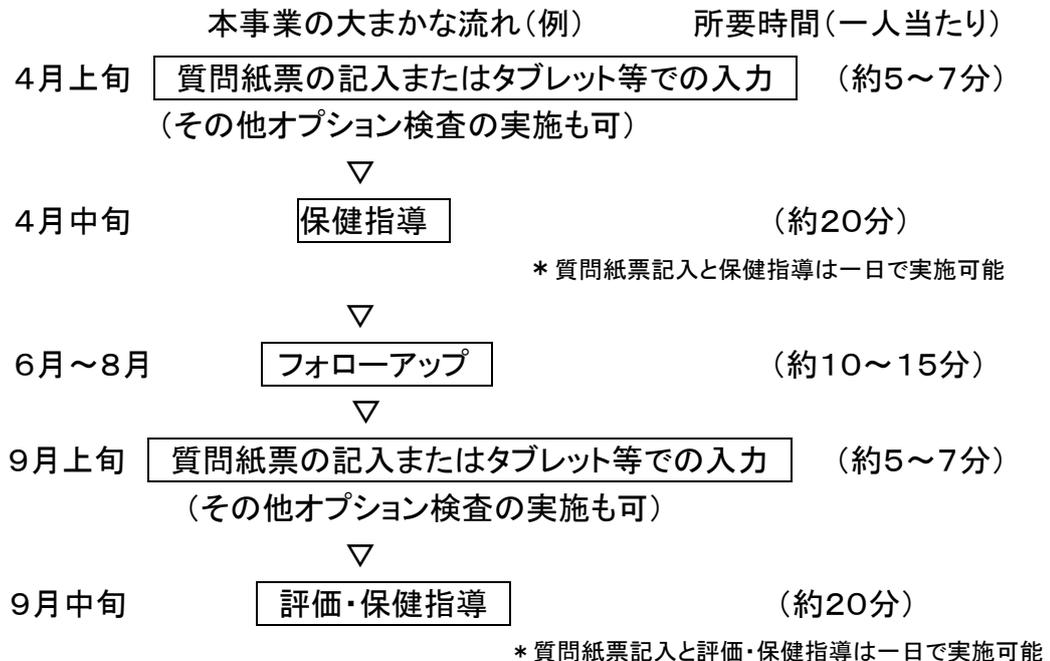
是非、この機会に皆様方のお口の健康管理にお役立て下さい。

「生活歯援プログラム」とは？

日本歯科医師会が作成した新しいコンセプトに基づく成人歯科健診プログラムです。

その特徴は、

1. 健診だけでなく、その後のフォローアップや研修教育まで盛り込んだプログラムです。
2. 日本歯科医師会が進めている、生活習慣の是正を目的とする保健指導が事業の中心となり、歯科医師による口腔内診査は原則として含まれません。
3. 質問紙票判定結果からお口の状況を把握し、受診者の方々を5段階に分けます。そして各段階に適した指導を行うため、効率的に指導を行うことができます。
(尚オプション検査として、唾液検査や咀嚼力判定テスト等が含まれることもあります)
4. 歯科医師による診査を伴わないため、同時に大勢の方々を対象とすることができます。
5. 健診費用の低減化を図ることができます。



上記内容は実施例です。最初の質問紙票調査開始から、最終ステップまで約3か月から6か月の期間を必要とします。

〇〇産業(株) 歯科健診を受けられる皆様へ

この歯科健診の目的について

このたびは、〇〇産業(株) 歯科健康診査にご参加いただき、ありがとうございます。

さて、この健診は今まで皆様が経験された歯科健診とは少し異なりますのでご説明させていただきます。

従来の健診は、悪くなった場所を早期に発見し、早期に治療することを目的とするものでした。

しかし、現在の健診に対する考え方は、今述べたような疾患を発見する健診から一歩進んで、悪くなる原因を調査し、それを取り除くことによって健康を保つという、いわゆる一次予防と呼ばれるものになってきています。

その一例がよくお聞きになる特定健診・特定保健指導制度です。

歯科医師会ではそのような考え方に立脚した新しい歯科健診システム(通称:生活歯援プログラム)を構築し、皆様のお口の健康管理にお役立てさせていただきたいと考えております。

原則として歯科医師による口腔内診査は含まれておりませんが、それに代わるものとして、質問紙調査票を実施致します。皆様の口腔内状態をより正確に把握するためのものですので、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

成人歯科健診プログラムの実施内容

(1) 大まかな流れ

健診では、最初に質問紙票調査を受けていただく必要があります。

1) 口腔保健質問紙票調査（初回）（全員）

※その他オプション検査として、唾液検査や咀嚼力判定ガム等を用いた口腔機能検査を行う場合があります。

注 1) 質問紙票は検査会場にてご記入いただきます。

2) 保健指導

質問紙票調査の判定結果に基づき、皆様方に保健指導を行います。従ってお口の中の状況により、指導内容やその後の参加プログラムの内容も異なっております。詳しくは下記をご参照ください。

①実施内容

- ア) 口腔内状況の確認
- イ) 質問紙票判定結果の説明
- ウ) 保健指導の実施
- エ) 口腔保健行動目標の設定（保健指導の必要性のある方が対象）

②参加プログラムについて

上述の通り、質問紙票調査の判定結果により、以下の 3 段階に分かれます。

- ア) 「特に問題のない」方は、保健指導（簡単な口腔保健指導）と最後の保健指導にご参加をお願いします。
- イ) 「保健指導の必要性が中程度」の方は、保健指導（詳細な口腔保健指導）、事後の質問紙票調査、最後の保健指導にご参加をお願いします。
- ウ) 「保健指導の必要性が高い」方は、全てのプログラムに参加いただくこととなります。
- エ) フォローアップは、個人行動目標の中間評価や保健指導を、1か月に1回程度継続して行います。対象となる方々は、「保健指導の必要性が中程度～高い」に類別された方々です。
但しフォローアップの実施については、メールやFAXあるいはeラーニングでも可能です。フォローアップ実施方法の詳細は、健診実施担当者にご相談ください。

尚、ご参加いただくプログラムについては、各個人によって異なりますので、最初の保健指導時にお伝えいたします。

3) 口腔保健質問紙票調査 (2回目) (全員)

調査項目は最初の質問紙票調査と同じです。

4) 保健指導

最初の判定結果をベースラインとして、どの程度改善されたかを確認します。

※尚、保健指導後に簡単なアンケートにご協力くださるようお願いいたします。

(2) 確認事項について

1) 開始時間及び所要時間

①質問紙票調査

・所要時間は、

約 3～4 分程度を予定しています。

・1日当たり約〇〇名の方の調査を予定しております。時間指定制ではありませんが、お待ちいただく時間を極力少なくするため、あらかじめ都合の良いお時間等をご確認いただくようお願いいたします。

②保健指導

・所要時間は

結果説明を含む保健指導は約 15 分

行動目標設定は約 5 分程度

・保健指導は、お仕事に差し支えがないように **20 分間隔での時間指定による予約制**とさせていただきます。上記指定日で、〇〇時～〇〇時までの間でご都合の良い時間をご予約ください。

③フォローアップ (面談方式による場合)

・所要時間は約 10 分～15 分 を予定しています。

・保健指導時と同じく、お仕事の差し支えがないように **15 分間隔での時間指定による予約制**とさせていただきます。

2) 注意事項

指定時間の変更について

会議や出張等によってご指定の時間に検査等が受けられなくなった場合は担当者までお早めにお申し出いただき、予約時間をご変更くださるようお願いいたします。

参加者各位

〇〇歯科医師会

口腔保健質問紙票調査(2回目)のご案内

〇〇産業(株)歯科健康診査にご参加いただき、誠にありがとうございます。最初にご案内させていただいたとおり、この健診は原則として歯科医師による口腔内診査を含まない代わりに、質問紙票調査結果に基づく保健指導がその中心となっており、更に指導後のフォローアップ、最終評価までを含むプログラムとなっております。従いまして従来の健診に比較して、ご参加いただく回数が多くなっておりますことをどうぞご了承下さい。

さて下記の日程の通り、口腔保健質問紙票調査(2回目)を実施いたします。今回の調査は、〇月に行いました口腔保健質問紙票調査(初回)とほぼ同じ内容で実施されます。具体的には標準的な質問紙票を用いたアンケート調査です。(尚オプション検査として、唾液検査や咀嚼力判定ガム等による口腔機能検査を含むことがあります。)

ご参加いただく方々は、初回調査時のデータと比較する為、口腔内の状態に関わらず、参加者全員とさせていただきます。ご多忙中とは存じますが、宜しくお願い申し上げます。

記

日時：平成〇〇年〇月〇〇日()

〇〇時～〇〇時

所要時間は前回とほぼ同様に予定しております。

(追記)

2回目調査の後、その結果に基づき、最後のプログラムである保健指導が実施されます。実施日は〇月〇日を予定しており、前回と同じく予約制とさせていただきます。詳細については後日連絡させていただきますので、よろしくお願い申し上げます。

以上

新しい成人歯科健診プログラム（生活歯援プログラム）に関するQ&A

Q1. この健診は従来の健診とどう違うのですか？

(答え) 従来の歯科健診は、歯科医師がお口の中を見て、むし歯や歯周病に罹患している部位を発見することを目的としていました。しかし、今の健診の考え方は、それから一歩進んで病気になるリスクを発見し、そのリスクを排除するというように変わってきています。この健診もそうした考え方に則って設計されており、したがってお口の中を診ることより、生活習慣を是正するための保健指導が中心となります。

Q2. 歯科医師が口の中を診ないで、私の口の中の状態がわかるのですか？

(答え) 今回の健診では日本歯科医師会が作成した「生活歯援プログラム」を使います。このプログラムでは、標準的な質問紙票と呼ばれる問診票結果をPCに入力し、導き出された結果に基づいて保健指導を実施します。いわば質問紙票結果が歯科医師の目の代わりをすることになるのです。そのためには正しいデータ入力が必要となりますので、質問紙票にはなるべく正確にお書きいただくようお願い致します。

Q3. ご案内に書かれていた大まかな流れをみると参加プログラムがたくさんありそうですが、全部参加しなければならないのですか？

(答え) お口の中の状況によって異なります。

○月に実施する質問紙票調査は必ずご参加下さい。この検査結果により、参加された方々を口腔内の状況に応じて3段階に類別します。(尚、オプション検査として、唾液検査や咀嚼力判定ガム等が含まれることがあります。)

①その結果、特に問題のない方は、○月の保健指導（簡単な保健指導）、○月の保健指導にご参加いただくこととなります。

②次いで保健指導の必要性が中程度の方は、○月の保健指導（詳細な保健指導：行動目標の設定）、○月の質問紙票調査、○月の保健指導に参加いただくこととなります。

③更に保健指導の必要性が高い方は、全てのプログラムに参加いただくこととなります。

Q4. 検査日であれば、いつでも受けられるのですか？

(答え) 質問紙票調査は検査日の決まった時間であれば、いつでも結構です。

しかし、歯科健診及び保健指導はお仕事に差し支えることがないように、時間指定による予約制とさせていただきます。どうぞご了承ください。

Q5. 会議が入り、予約の時間に行けなくなった場合はどうすればよいですか？

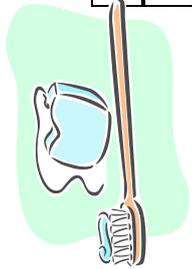
(答え) ご都合が悪い場合は、担当者まで早めにお申し出いただき、予約時間をご変更ください。

★この質問紙は、歯科疾患や保健行動のリスクを把握して、必要と考えられる保健指導を把握するための質問紙になります。
1～20の質問で、当てはまる項目に○をつけてください。

	0点	1点
Q1 現在、ご自分の歯や口の状態で気になることはありませんか	2. いいえ	1. はい
Q1-2 Q1で「はい」の場合、該当するもの <u>全て</u> に○をつけてください：1.噛み具合、2.外観、3.発話、4.口臭、5.痛み、6.その他		
Q2 ご自分の歯は何本ありますか (かぶせた歯(金歯・銀歯)、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます) ⇒本数もご記入ください()本	2. 20本以上	1. 19本以下
Q3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛みられますか	1. 左右両方がめる	2. 片方・3. 両方がめらない
Q4 歯をみがくと血がでますか	3. いいえ	2. 時々・1. いつも
Q5 歯ぐきが腫れてブヨブヨしますか	3. いいえ	2. 時々・1. いつも
Q6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか	3. いいえ	2. 時々・1. いつも
Q7 かかりつけの歯科医院がありますか	1. はい	2. いいえ
Q8 仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか	2. いいえ	1. はい
Q9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか ⇒該当するもの <u>全て</u> に○をつけてください：1.糖尿病、2.脳卒中、3.心臓病	2. いいえ	1. はい
Q10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	1. はい	2. どちらともいえない・3. いいえ
Q11 自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか	1. はい	2. どちらともいえない・3. いいえ
Q12 普段、職場や外出先でも歯を磨きますか	1. 毎回	2. 時々・3. いいえ
Q13 間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか	3. いいえ	2. 時々・1. 毎日
Q14 たばこを吸っていますか	2. いいえ	1. はい
Q15 夜、寝る前に歯をみがきますか	1. 毎日	2. 時々・3. いいえ
Q16 フッ素入り歯磨剤(ハミガキ)を使っていますか	1. はい	2. いいえ・3. わからない
Q17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか	1. 毎日	2. 時々・3. いいえ
Q18 ゆっくりより噛んで食事をしますか	1. 毎日	2. 時々・3. いいえ
Q19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	1. はい	2. いいえ
Q20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか	1. はい	2. いいえ

判定時には、この点線を折り曲げてください

表面



標準的な成人歯科健診質問紙票



お名前 ふりがな	
性別 (男性 ・ 女性)	年齢
生年月日	歳
M	
T	
S	年 月 日
H	
住所 〒	
記載年月日	受付番号*
平成 年 月 日	

★あなたの支援タイプ (複数可) は、・・・
 1. 「知識提供・気づき支援型」 2. 「相談・カウンセリング型」
 3. 「環境・受け皿支援型」 4. 「実技指導型」
 5. 「受診勧奨型」
 ★質問紙票の合計点は、_____点です。

A. 「QOL、歯口の状態・機能」質問群

Q1～Q6で合計2点以上
 「知識提供・気づき支援型」
 + 「相談・カウンセリング型」

B. 「支援的環境」質問群

Q7～Q12で合計3点以上
 「知識提供・気づき支援型」
 + 「相談・カウンセリング型」
 + 「環境・受け皿支援型」

C. 「保健行動」質問群

Q13～Q20で合計3点以上
 「知識提供・気づき支援型」
 + 「相談・カウンセリング型」
 + 「実技指導型」

・ 塗りつぶし枠合計5点以上:「受診勧奨型」
 (全てのタイプの保健指導を実施)
 ・ いずれにも該当しない場合:「知識提供・気づき支援型」

裏面

「生活歯援プログラム」活用事業実施経過記載書

①	事業名	
②	実施日程	
③	参加者数の推移 類型化された対象者数	
④	事業の実施経過 ※実際に行われた事業 の大きな流れ、実施 日、実施内容等について 記入ください。	
⑤	フォローアップの方法 ※どのような方法でフォ ローアップを実施したか お書きください。	
⑥	事業の評価について ※影響評価、プロセス評 価の観点から事業の評 価をお書きください。また 事業実施に関するご感想 等でも構いません。	

9)資料-4- : 口腔保健質問紙調査の集計結果 全体 (Web版ダウンロード資料)
口腔保健質問紙調査の集計結果 (全体)

2014年11月04日

口腔保健質問紙調査項目		第一回調査		第二回調査	
		人数	%	人数	%
性別	受診者数	10	100.0%	10	100.0%
	男	10	100.0%	10	100.0%
	女	0	0.0%	0	0.0%
	不明	0	0.0%	0	0.0%
年齢	有効回答数	10	-	10	-
	平均値	52.8	-	52.8	-
	標準偏差	31.1	-	31.1	-
	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
Q1 現在、ご自分の歯や口の状態で気になることはありますか	はい	5	50.0%	1	10.0%
	いいえ	5	50.0%	9	90.0%
	有効回答数	5	50.0%	1	10.0%
Q1-1 噛み具合が気になる	はい	5	100.0%	1	10.0%
	いいえ	0	0.0%	0	0.0%
Q1-2 外観が気になる	有効回答数	5	50.0%	1	10.0%
	はい	1	20.0%	1	10.0%
Q1-3 発話が気になる	はい	4	80.0%	0	0.0%
	いいえ	1	20.0%	0	0.0%
Q1-4 口臭が気になる	有効回答数	5	50.0%	1	10.0%
	はい	1	20.0%	1	10.0%
Q1-5 痛みが気になる	はい	5	100.0%	1	10.0%
	いいえ	0	0.0%	0	0.0%
Q1-6 その他	有効回答数	5	50.0%	1	10.0%
	はい	0	0.0%	0	0.0%
Q2 ご自分の歯は何本ありますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	19本以下	1	10.0%	1	10.0%
	20本以上	9	90.0%	9	90.0%
Q3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛みしめられますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	いつも	6	60.0%	8	80.0%
	時々	1	10.0%	2	20.0%
Q4 歯をみがくと血がでますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	いつも	4	40.0%	2	20.0%
	時々	5	50.0%	4	40.0%
	いいえ	1	10.0%	4	40.0%
Q5 歯ぐきが腫れてプヨプヨしますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	いつも	3	30.0%	4	40.0%
	時々	5	50.0%	2	20.0%
	いいえ	2	20.0%	4	40.0%
Q6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	いつも	5	50.0%	2	20.0%
	時々	3	30.0%	4	40.0%
Q7 かかりつけの歯科医院がありますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	5	50.0%	5	50.0%
	いいえ	5	50.0%	5	50.0%
Q8 仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか	有効回答数	10	100.0%	9	90.0%
	はい	5	50.0%	3	33.3%
	いいえ	5	50.0%	6	66.7%
Q9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	2	20.0%	1	10.0%
	いいえ	8	80.0%	9	90.0%
Q9-1 治療を受けていますか	有効回答数	2	20.0%	1	10.0%
	はい	2	100.0%	1	100.0%
Q9-2 脳卒中の治療を受けている	有効回答数	2	20.0%	1	10.0%
	はい	1	50.0%	0	0.0%
Q9-3 心臓病の治療を受けている	有効回答数	2	20.0%	1	10.0%
	はい	1	50.0%	0	0.0%
Q10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	5	50.0%	5	50.0%
	どちらともいえない	4	40.0%	5	50.0%
Q11 自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	6	60.0%	6	60.0%
	どちらともいえない	4	40.0%	4	40.0%
Q12 普段、職場や外出先でも歯を磨きますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	毎回	4	40.0%	5	50.0%
	時々	4	40.0%	5	50.0%
Q13 間食 (甘い食べ物や飲み物) をしますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	毎回	2	20.0%	4	40.0%
	時々	7	70.0%	4	40.0%
	いいえ	1	10.0%	2	20.0%

口腔保健質問紙調査項目		第一回調査		第二回調査	
		人数	%	人数	%
Q14 たばこを吸っていますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	5	50.0%	3	30.0%
	いいえ	5	50.0%	7	70.0%
Q15 夜、寝る前に歯をみがきますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	毎日	3	30.0%	5	50.0%
	時々	7	70.0%	5	50.0%
Q16 フッ素入り歯磨剤 (ハミガキ) 使っていますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	2	20.0%	5	50.0%
	いいえ	4	40.0%	3	30.0%
Q17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	毎日	0	0.0%	4	40.0%
	時々	9	90.0%	5	50.0%
Q18 ゆっくりよく噛んで食事をしますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	毎日	4	40.0%	4	40.0%
	時々	6	60.0%	5	50.0%
Q19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	0	0.0%	6	60.0%
	いいえ	10	100.0%	4	40.0%
Q20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	はい	2	20.0%	5	50.0%
	いいえ	8	80.0%	5	50.0%
Q21 保健指導はどこで受けていますか	有効回答数	-	-	10	100.0%
	はい	-	-	8	80.0%
	いいえ	-	-	0	0.0%
唾液検査結果	有効回答数	2	20.0%	1	10.0%
	陰性	1	50.0%	0	0.0%
	陽性	1	50.0%	1	100.0%
保健指導者職種	有効回答数	2	20.0%	1	10.0%
	歯科医師	1	50.0%	0	0.0%
	歯科衛生士	1	50.0%	0	0.0%
	保健師	0	0.0%	1	100.0%
	管理栄養士・栄養士	0	0.0%	0	0.0%
類型化	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	知識提供・気づき支援型	10	100.0%	10	100.0%
	相談・カウンセリング型	9	90.0%	6	60.0%
	環境・受け皿整備型	10	100.0%	6	60.0%
	実技指導型	9	90.0%	7	70.0%
	歯科受診勧奨	8	80.0%	5	50.0%
類型化最大値	有効回答数	10	100.0%	10	100.0%
	知識提供・気づき支援型	0	0.0%	2	20.0%
	相談・カウンセリング型	0	0.0%	1	10.0%
	環境・受け皿整備型	0	0.0%	0	0.0%
	実技指導型	2	20.0%	2	20.0%
歯科受診勧奨	8	80.0%	5	50.0%	

歯科健診受診後のアンケート

ID番号		受診日時		受診会場	
氏名		ふりがな			

本日の歯科健診に対するご意見・ご感想をお聞かせください。該当する番号に○をつけてください。

Q1. 歯科健診を受けていかがでしたか？	5. 非常に不満だった 1. 非常に満足した 2. 満足した 3. どちらともいえない 4. 不満だった 5. 非常に不満だった
Q2. 保健指導やアドバイスはいかがでしたか？	1. 非常に満足した 2. 満足した 3. どちらともいえない 4. 不満だった 5. 非常に不満だった
Q3. 具体的に何か実行しようと思いましたが？	1. 強く思った 2. 思った 3. どちらともいえない 4. あまり思わなかった 5. 全く思わなかった
Q4. 歯科医師の説明は理解できましたか？	1. よく理解できた 2. ほぼ理解できた 3. どちらともいえない 4. あまりわからなかった 5. 全くわからなかった
Q5. 歯科衛生士の説明は理解できましたか？	1. よく理解できた 2. ほぼ理解できた 3. どちらともいえない 4. あまりわからなかった 5. 全くわからなかった
Q6. 歯科医院への受診をすすめられた方のみ、お答えください。 ①受診をすすめられたのは、自分でも気が付いて予想していたことでしたか？	1. 予想していた 2. 意外だった
②健診の後、歯科医院を受診しましたか？	1. 受診した 2. 受診出来なかった
Q7. 今回の健診に、唾液検査はありましたか？	1. あった 2. なかった
Q8. 唾液検査があるほうが、歯科受診に対する動機づけが高まると思いますか？	1. 高まる 2. 変わらない 3. どちらともいえない

Q9. 現在、本日の歯科健診を受けて感じたことやご意見があればお聞かせください

ご協力ありがとうございました。

備考 1	
備考 2	
備考 3	

生活歯援プログラム従事者アンケート

本事業にご協力頂きありがとうございました。つきましては、今後の参考のため、ご意見をお聞きしたいと思います。下記に記入して頂き、FAXかメールで返信してください。

メール

FAX

1. 初回の歯科保健指導は参加されましたか? はい ・ いいえ

はいと答えた方にお聞きします。

① 良かった点はどんなところでしたか? (参加者の方の反応、歯科衛生士として感じたことなど)

② 悪かった点はどんなところでしたか? (参加者の声や、歯科衛生士として改善すべき点など)

2. フォローアップに参加されましたか? はい ・ いいえ

はいと答えた方にお聞きします。

① 良かった点はどんなところでしたか? (参加者の方の反応、歯科衛生士として感じたことなど)

② 悪かった点はどんなところでしたか? (参加者の声や、歯科衛生士として改善すべき点など)

3. 最後の歯科保健指導は参加されましたか? はい ・ いいえ

はいと答えた方にお聞きします。

① 良かった点はどんなところでしたか? (参加者の方の反応、歯科衛生士として感じたことなど)

② 悪かった点はどんなところでしたか? (参加者の声や、歯科衛生士として改善すべき点など)

4. その他(今回の事業についてのほかに、歯科医師会・歯科衛生士会への要望でも結構です。)

ご協力ありがとうございました。今後ともよろしくお願ひいたします。

14)資料-5- : 保健指導研修会(ワークショップ形式)の開催例

○ ○ ○ ○ : 保健指導研修会(ワークショップ形式)の開催例

標準的なタイムテーブル例 (3時間30分)

時間	内 容
10分	開会挨拶
60分	講演：「生活歯援プログラムの意義、経緯について」 (DVD に収録した講演を放映しても可)
10分	DVD (チャプター1) の放映
10分	休憩・机の配置換え等
110分	実習 1. 実習パートⅠ：「指導」から「支援」へ (40分) 2. 実習パートⅡ：行動目標設定までを理解しよう (50分) DVD (チャプター2) 視聴時間を含む 3. 実習パートⅢ：フォローアップの実際 (20分) DVD (チャプター3) 視聴時間を含む
10分	まとめ及び質疑応答 ふりかえりシート記入
	閉会

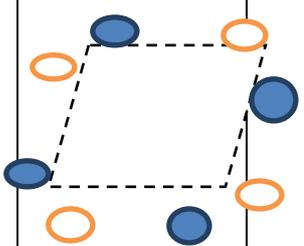
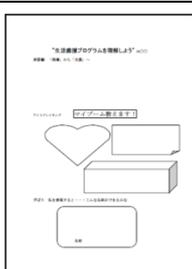
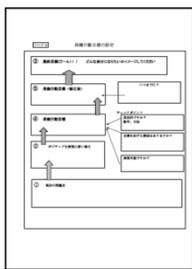
実習例（ワークショップ形式）

より理解を深めながら楽しく事例の検討をするために、4人～8人の偶数のグループワークが効果的です。（会場の都合や少人数の場合は2人も可）テーブルの角を使い、A・Bに分かれ、グループで状況設定して、伝える技術と対象者に寄り添う技術を身に着けるための会話術を学びます。

1度でもワークショップを体験した歯科医師・歯科衛生士が中心になり実践してください。

なお、佐藤恵子さん、田中博さんの質問紙票、フェイスシートは ○ ○ ○の研修会用ダイジェスト版DVDに入っております。



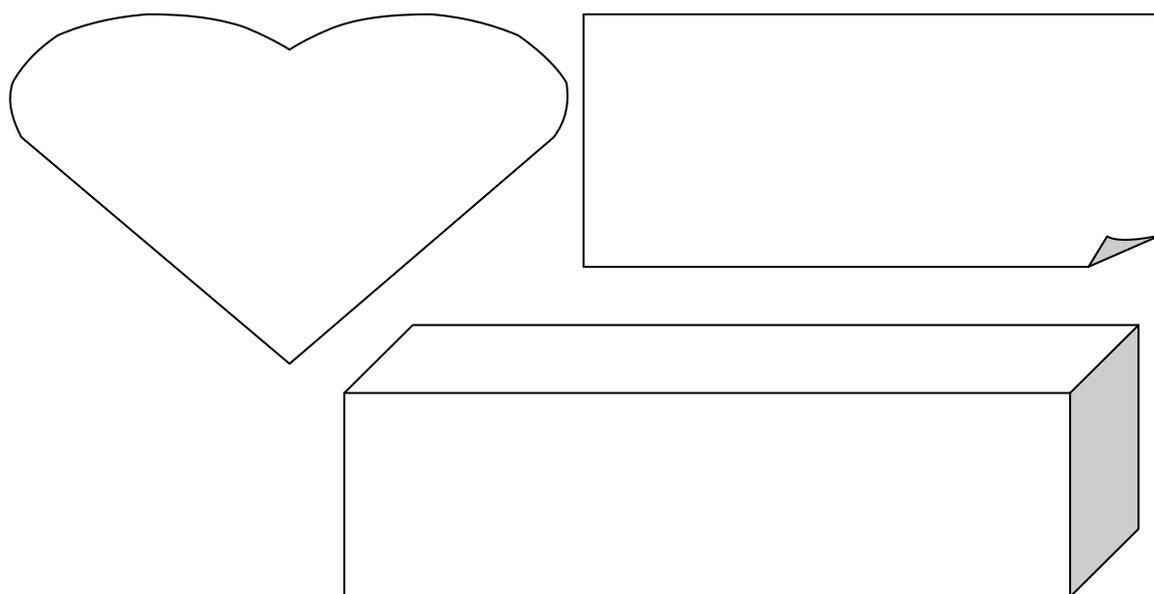
パート	時間	内 容	使用媒体
指導から支援へ  机の配置 角に A・Bで座りグル ープを作る	40 【分】	保健指導は「健康を作り出す力を育てる」ことを理解します。 グループの編成をしてグループワークを開始して下さい。 2人一組から4人・6人・8人一組のグループ編成をします。 ペアは机の角を使って並びます。 A・Bに分かれ、聴く力や応える力を学ぶことを目標とします。 (1 ページ) アイスブレイキング（マイブームを中心に自己紹介）をして参加者がリラックスし、グループメンバー同士と知りあいましょう。 (2 ページ) カウンセリング・コーチング技術の模擬体験をします。 弱みを強みに！変える体験をします。 (3 ページ) 質問力をつけるために、開かれた質問と閉ざされた質問の使い分けについて理解しましょう。	  
目標設定	50 【分】	佐藤恵子さんの事例の理解 質問票・フェイスシートから対象者の分析をします。 (4 ページ) 1. 佐藤恵子さんの目標を設定します。 目標を設定するための過程を理解しましょう。 (5 ページ) 2. 佐藤恵子さんへの押しつけ型保健指導をシナリオで上演して、問題点の抽出と共有をします。 3. DVDにて受容型保健指導の視聴をして3の指導と比較します。	
フォローアップ	20 【分】	田中博さんの事例の理解 1. 歯科医院でのフォローの実際を確認します。 2. DVDを視聴し理解を深めます。 3. まとめ	

”生活歯援プログラムを理解しよう” in○○

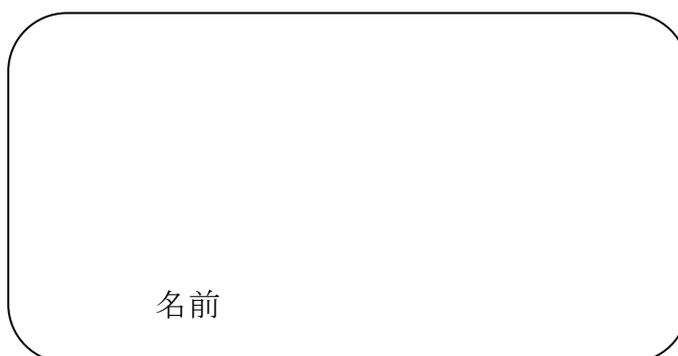
実習編 「指導」から「支援」へ

アイスブレイキング

マイブーム教えてください！



ずばり 私を表現すると・・・こんな名刺ができるかな



エクササイズ1 カウンセリングとコーチング

弱みを強みに変えてみる

聞く・聴く・訊く

コーチング基本スキル・・・AとBに分かれます。

ワーク1 ☆Bが、昨日の出来事を(何でも可)Aに話す。

Aの注意事項・・・Bと目を合わさない。無視して何かを書く態度をとる。

感想

ワーク2 ☆Aは今できていないことを決めて話す。(例：甘いものがやめられないなど・・・)

Bの注意事項・・・聞きながら、Bは「何で?」「どうして?」を繰り返す。

感想

ワーク3 ☆弱みを強みに変えてみる。

A 1. Bの短所・・・・・・()

2. 長所に置き変えて()

B 1. Aの短所・・・・・・()

2. 長所に置き換えて()

お礼「Aさんありがとうございます」を!

どのように感じましたか?

ワーク 4 ☆知りたい情報を収集（質問力を高めるために）

オープンクエスチョンとクローズドクエスチョンで聴いてみよう！

オープンクエスチョンで（ ）

（ ）

クローズドクエスチョンで（ ）

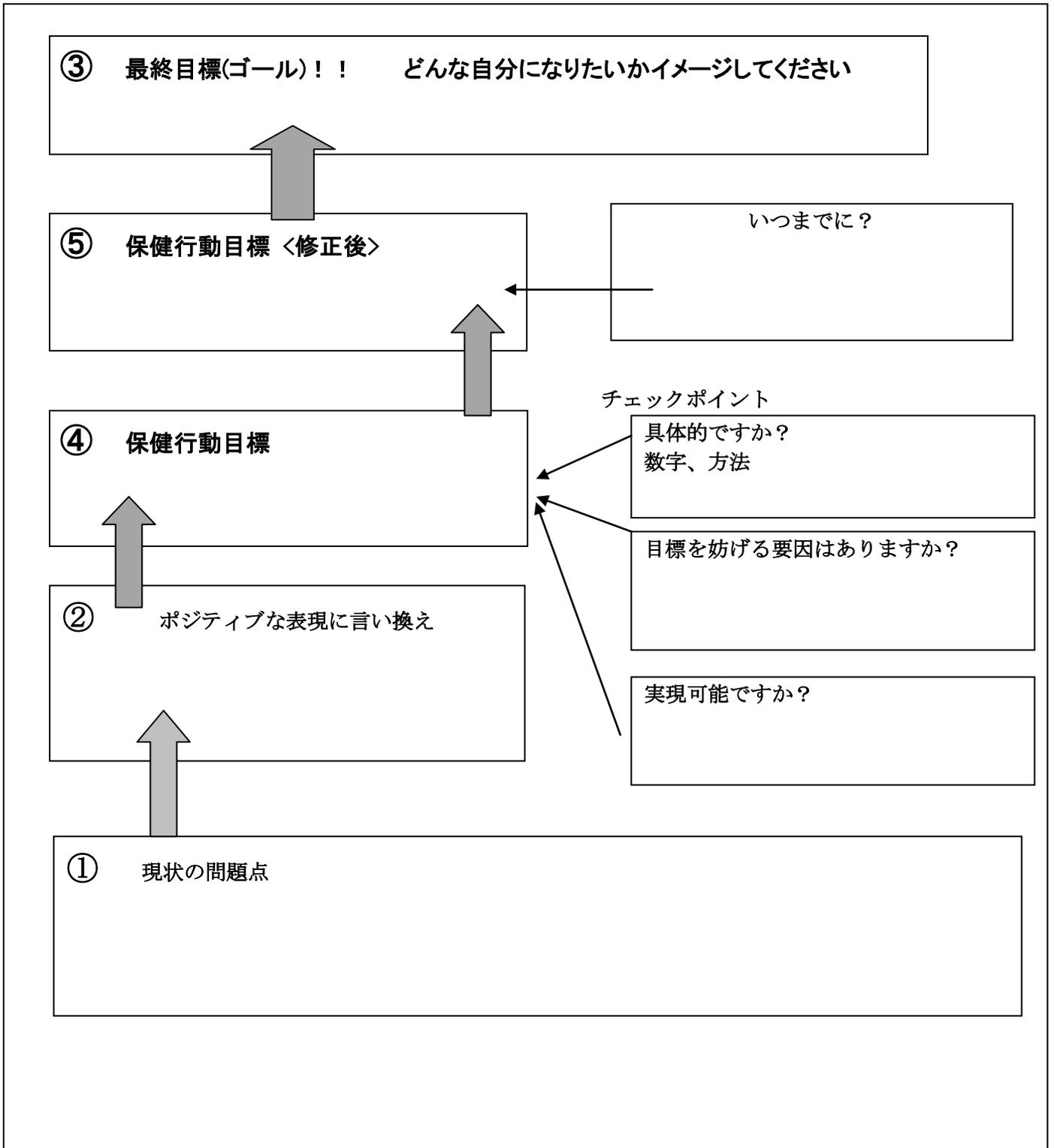
（ ）

感想

エクササイズ 2 事例 保健指導までの流れ

ワーク 5 対象者の把握 佐藤恵子さんの場合

質問紙票20項目・・・支援タイプの分類



ワーク7

1. 問題点を考える・・・シナリオ劇をみて

問題点・・・声・間・雰囲気・言い方

エクササイズ3

フォローアップの実際

フォローアップ指導とは

目標設定の見直し

田中博さんの場合

支援項目を考えてみましょう

診療室の出番です！

DVDを視聴しての気づき

最終評価

評価方法

”生活歯援プログラムを理解しよう” in○○

実習編 「指導」から「支援」へ

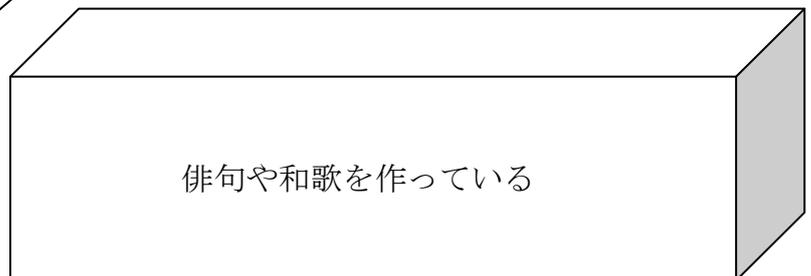
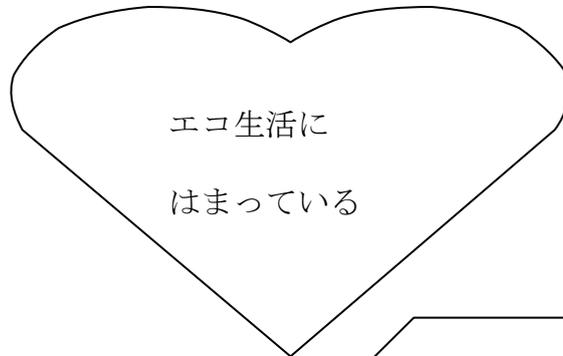
4~8人のグループでプログラム
を理解するために・・・
まずはアイスブレイキング!

アイスブレイキング

マイブーム教えます

参加者の相互理解・・・
単純な紹介よりその人の
背景がわかります。

自分が今熱中していることを3つ考えて自分の名刺を作ります。
その名刺を元に自己紹介をしてください。



ずばり 私を表現すると・・・こんな名刺ができるかな

仲間と打ち解け
ましたか?

例

元気いっぱいの歯科衛生士

大久保紀子

エクササイズ1 カウンセリングとコーチング

聞く・聴く・訊く

コーチング基本スキル・・・2人1組になり、じゃんけんAとBに分かれます。

ワーク1 ☆Bが、昨日の出来事を(何でも可)Aに話す。

Aの注意事項・・・Bと目を合わさない。無視して何かを書く態度をとる。

聴くために何
が必要かを体
験する

感想

ワーク2 ☆Aは今できていないことを決めてBに話す。(例：甘いものがやめられない・

片付けができないなど・・・)

Bの注意事項・・・聞きながら、Bは「何で?」「どうして?」を繰り返す。

訊く・・・
責められる体験

感想

ワーク3 ☆弱みを強みに変えてみる。

- A 1. Bの短所を伺います。
2. 長所に置き換えてみましょう。

- B 1. Aに自分の短所を話す。

例)・私は片づけができないのです！
Bさんはものを大切にするんですね。

2. 短所を長所に置き換えていただいて

お礼「Aさん有難うございます」を！

ワーク4 オープンクエスチョンとクローズドクエスチョンで聴いてみよう！

質問事項 あなたの好きな食べ物？

オープンクエスチョンとは開かれた質問

クローズドクエスチョンとは閉ざされた質問「Yes」「No」で答える質問

質問力を高めます。
何をどうきくか！

注意！保健指導は柔軟な発想が求められます。人を変えるには自分も変わる、
見方を変えることを体感してもらう

エクササイズ2 事例1 保健指導までの流れ

ワーク5 対象者の把握

佐藤恵子さんの場合

質問票20項目・・・支援タイプの分類

佐藤恵子さんの事例をつか
って対象者把握をします。

資料参照

佐藤恵子さんのプロフィール 職業・家族構成・生活習慣

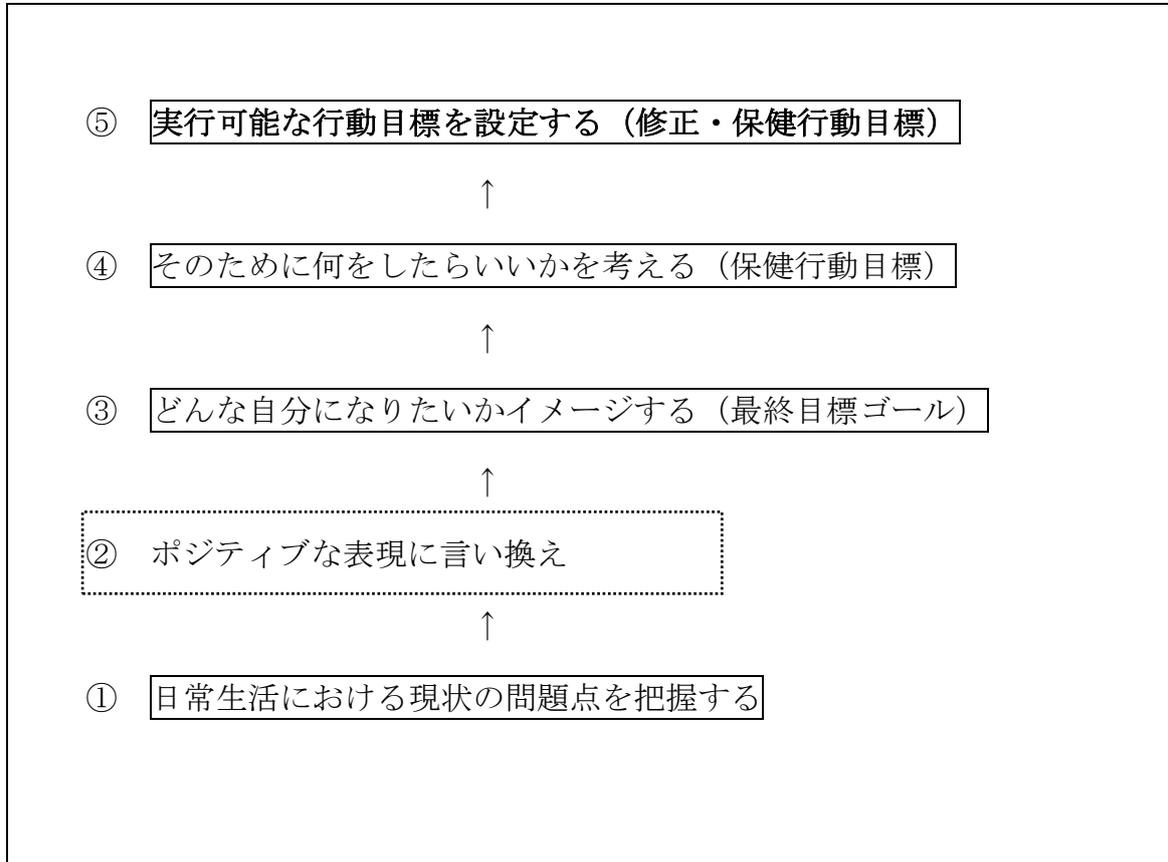
質問票からの分析

パソコンの入力か専用用紙を使った分類と分析

ワーク 6

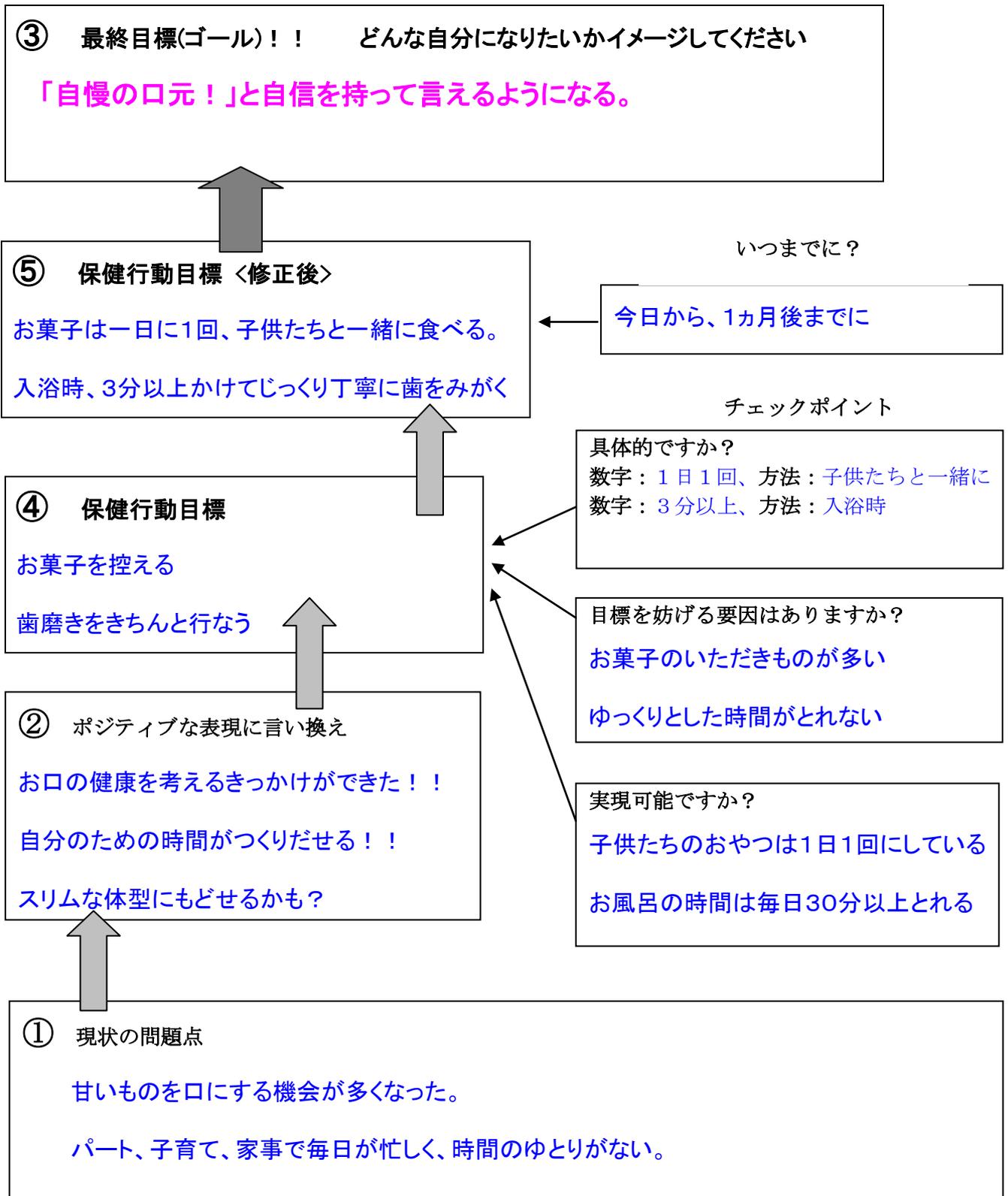
保健行動目標の設定

行動変容を促す上で最も重要な、対象者自身による目標設定を行います。



ポイント

- 1.回数や時間等具体的な数値で表現する
- 2.難しい場合の対処法も考えておく
- 3.目標を記録として残す
- 4.今日から実践する
- 5.実践可能な目標設定をする
- 6.最終目標を示す



ワーク7 1. 問題点を考える・・・シナリオ劇をみて (資料)

感想

歯科衛生士役、患者役のシナリオ劇を通して気づいたことをグループで討議する。

2. DVDを視聴して

受容的保健指導と比較しての感想

エクササイズ3 フォローアップの実際 DVD視聴

フォローアップ指導とは

目標設定の見直し

支援項目を考えて見ましょう

診療室の出番です！

DVD視聴しての気づき

目標の確認と専門的な支援を考えます。

DVD田中博さんの場合

最終評価

プロセス評価
影響評価などを考える

シナリオ

F・・・ファシリテーター 歯科衛生士

M・・・来談者 佐藤恵子さん

F こんにちは、佐藤さんご苦労様です。

今日は、先日の検査の結果も出ましたので、あなたのお口が健康になるための目標を決めていきたいと思います。

M よろしくをお願いします。それで結果はどうだったのですか？

F 結果は良くないですよ。歯周病が進んでいるかもしれませんね。

M えっ！歯周病ですか？ あのCMによく出てくるものですか。（かなり深刻そう・・・）

F ええ、そうですよ。むし歯も出来ている可能性がありますし、糖尿病のリスクも高くなる心配がありますね。

M え・・・そうですか、私、むし歯の治療や歯周病で通院しないとイケないのですか？
今仕事が忙しいですが・・・。

F 佐藤さん、大丈夫ですよ。私に任せてください。私の言うとおりにしていただくと、あなたのお口のケアは きっとうまくできますよ。（自信たっぷりに・・・）ご安心ください。
まず甘いものを控えてください。

M え！甘いものですか？・・・それは無理です。私お菓子屋さんのパートに行っています。店のオーナーに試食して感想を聞かれますし、お店で余ったお菓子をいただくこともあって・・・。

F やっぱり！
それが原因ですね。かなり甘いものを毎日たくさんとっていることになりますね。
パートのお仕事について、少し考えたほうがいいですね！
甘いものだけではないですよ。歯磨きはできていますか？
ちゃんと磨いていればかなり改善されますので、毎日しっかり磨いてくださいね。

M ええ分っています。でも子どもたちが小さいので自分の時間が取れなくてなかなか思い通りに行かないですよ。でも、結構気を遣って磨いている方だと思いますが・・・？
時々できない日もありますが・・・。

F それも大きな要因ですね。下の前歯のところの歯ぐきが腫れています。
磨き残しがある証拠ですね。

佐藤さん、磨いているのと磨けているのは違うんですよ。
歯と歯の間は汚れが残るので、ハブラシだけではなくてデンタルフロスなど他の道具も使ったほうがいいですね。それから磨き残しを少なくするために、カガミを見ながら、時間をかけて磨いてください。

そうそう歯磨きの時間を長くするためには、ながら磨きをするといいですよ。
お風呂の中で磨くとか、テレビを見ながら磨くとか、時間をかけて磨けるように工夫してくださいね。子どもさんがいても自分の手入りはきちんとしないと・・・。

M はあ・・・。

F あなた自身の健康のためですよ。
そして、お母さんは子どもさんの良いお手本にならないといけないじゃないですか・・・。

M ええ・・・。すみません。

F 大丈夫ですよ！私がついていますから。
これからは私の言う約束をしっかりと守ってください。佐藤さんならできますよね？

M ええ・・・自信ありませんが。

F 歯周病は糖尿病など身体の病気とも深い関係があります。怖いことにならないように今日はこれからの目標を決めて、この用紙に書いてください。

まず、甘いおかしをやめる。そして、歯磨きの徹底。これでどうですか？

M (しぶしぶ) わかりました。書きます。

F 書いたからには、明日と言わず、今日からやってくださいね。

これからも、しっかりサポートさせていただきますからね。では目標に向けて頑張ってください。次は一ヶ月後にいらしてください。
きっと改善されていますよ！

M 一ヶ月後ですか・・・・・・・・・・

おわり