母子健康手帳
活用ガイド

【一部抜粋版】

平成24年3月

(社)日本歯科医師会

目　次

1. 母子健康手帳活用ガイド作成にあたって …… 1

2. 歯科健診・保健指導時のポイント …… 2

1）フッ化物応用 …… 2

2）妊産婦歯科健診 …… 4

3）食べること・よく噛むこと …… 5

3. 歯科診療室における母子健康手帳の活用 …… 9

1 母子健康手帳活用ガイド作成にあたって

平成 24 年 4 月から新しい母子健康手帳が使用されます。母子健康手帳の改正にあたっては、省令記載部分と任意記載部分のそれぞれに歯科保健に関する記載が盛り込まれています。かかりつけ歯科医として、母子健康手帳を積極的に活用してください。

1）母子健康手帳とは

母子健康手帳は、母と子にとって妊娠、出産、育児期の一貫した健康記録であり、この記録を参考として保健指導や健康診査が行われるなど、母子保健対策を進めていくうえで重要な意義があります。また、異なる場所で、異なる時期に、異なる専門職によって実施される母子保健サービスの継続的なケアに対応するツールでもあります。

母子健康手帳の前半部分を「省令様式」といい、医学的記録及び保護者の記録を記載します。これは全国統一様式であり、作成及び取扱い要領が通知されます。後半部分を「任意様式」といい、行政情報、保健育児情報等が記載され、その具体的内容は市町村の判断に委ねられますが、作成例が通知されます。母子保健法には、「市町村は妊娠の届出をした者に対して、母子健康手帳を交付しなければならない。」また、「妊産婦、乳児又は幼児は、医師、歯科医師、助産師又は保健師に健康診査または保健指導を受けたときは、その都度、母子健康手帳に必要な事項の記載を受けなければならない。」そして、「母子健康手帳の様式は、厚生労働省令で定める。」と明記されています。

2）改正の経緯

母子健康手帳は、昭和 17 年の妊産婦手帳に始まり、昭和 40 年に母子保健法に基づく母子健康手帳となってからは、概ね 10 年ごとに社会情勢や保健医療福祉制度の変化、乳幼児身体発育曲線の改訂等を踏まえて様式の改正を行ってきました。この程「母子健康手帳に関する検討会」で、今後の母子健康手帳のあり方等について取りまとめられ、平成 24 年 4 月 1 日から新しい母子健康手帳が使用されることになります。

2 歯科健診・保健指導時のポイント

1）フッ化物応用

フッ化物応用は、乳幼児のむし歯予防に極めて効果的です。保健指導に併せて、フッ化物の積極的な利用による予防対策が勧められます。以下にその具体的な方法を記します。

・・・・・

フッ化物応用に関するＦＡＱ

Q1：フッ化物歯面塗布やフッ化物洗口が身体に害を及ぼすことはありますか。

【回答】 決められた方法で実施されていれば急性中毒、慢性中毒とも心配はありません。フッ化物洗口液は、たとえ誤って全部飲み込んだとしても全く心配がないように調整されています（フッ化物の見込み中毒量は体重 1kg あたり 5mg です）。また、歯のフッ素症は顎骨内で歯が作られる時期に、長期間継続して過量のフッ化物を摂取した場合に起こります。一度作られた歯にいくら過量のフッ化物を作用しても、歯のフッ素症が生じることはありません。

Q2：病気によっては、フッ化物歯面塗布やフッ化物洗口を行ってはいけないものがありますか。

【回答】 フッ化物は自然界に広く存在する物質で、日常生活の中で飲食物とともに、常にフッ化物をことはありません。

摂取し続けています。体の弱い子供や障がい児が、特にフッ化物の影響を受けやすいという

Q3：フッ化物歯面塗布及びフッ化物洗口のむし歯予防効果はどれくらいでしょうか。

【回答】 フッ化物歯面塗布では概ね 20 ～ 40%、幼児の早い時期から頻回に実施した場合で 30 ～ 70%のむし歯予防効果が報告されています。また、フッ化物洗口に関しては就学前から開始し、5 年以上実施した場合には概ね 30 ～ 80%のむし歯予防効果が報告されています。

＜参考文献＞

予防歯科臨床教育協議会編：予防実践歯科ハンドブック、医歯薬出版株式会社、2004 年
厚生労働科学研究「フッ化物応用に関する総合的研究（H12-医療-003）」 班編：「う蝕予防のためのフッ化物洗口実施マニュアル」、2002 年

うがい指導

うがいはインフルエンザやむし歯の予防に有用ですが、大きく分けて口の中を清潔にする「ブクブクうがい」と、のどを清潔にする「ガラガラうがい」に分けられます。どちらのうがいも、呼吸機能や摂食・嚥下機能、言語機能などの口腔機能の発達と深い関連性が認められています。

（1）うがいのできる年齢

①ブクブクうがい（口の洗浄）

健常児の場合、月齢によっても異なりますが、3 歳児で約 50%、4 歳児では約 75%の子どもたちができるようになるといわれています。4 歳児からフッ化物洗口を行う場合には、事前に練習してから行います。

②ガラガラうがい（のどの洗浄）
　ガラガラうがいは鼻咽腔を閉鎖し、誤嚥や嚥下反射が起こらないように呼気を利用して行うため、ブクブクうがいに比べて難しい動作といえます。健常児の場合、3 歳児で約 25%、4 歳児で約 50%、5 歳児で約 75%の子どもたちができるようになるといわれています。

（2）ブクブクうがいの練習
うがい動作はできるようになるまでにいくつかの段階に分けることができます。
①声かけや手本を見せてもできない。
②口に水を含むことができるが、そのまま飲んでしまう。
③水を飲んでから「ペー」と言いながら吐き出すまねをする。
④一旦、口の中に水を貯めて「ペー」と吐き出す。
⑤口の中に貯めた水を両側の頬を同時に動かして吐き出す。
⑥口の中に貯めた水を左右の頬を交互に動かして吐き出す。ほぼ自立の状態。

具体的な方法は、日本歯科医師会 HP（http://www.jda.or.jp）を参照してください。

（3）ガラガラうがいの練習
ブクブクうがいができるようになったら、練習を始めます。
①水を口に含んで上を向く練習から始めます（鼻咽腔閉鎖）。
②鼻咽腔閉鎖ができる様になったら、上を向いたまま口を開け、息を出す練習をします。強くなく、ゴロゴロと軽い音がするくらいで充分です。
③誤嚥や嚥下反射が起きないことを確認できたら、息を吐く力を強めます。ガラガラという音が出せる様に指導します。

2）妊産婦歯科健診

「妊娠中と産後の歯の状態」に「むし歯や歯周病などの病気は妊娠中に悪くなりやすいものです。歯周病は早産等の原因となることがあるので注意し、歯科医師に相談しましょう。」という文言が記載されました。

地域の方に話す機会などを利用して、「妊娠したら歯科健診を受けましょう」、「出産後も歯科健診を受けましょう」とアピールしてください。妊産婦の方が来院された時には、母子健康手帳を見せていただき、口の中の状態を記録しましょう。爽やかな口と歯で、健やかな出産を迎えられるよう指導することがポイントです。

指導のポイント

（1）お腹の中では、もう赤ちゃんの歯ができ始めています。
最初に生える下顎乳前歯は胎生 7 週で、第一大臼歯は胎生 4 ヶ月で、できはじめます。

（2）妊娠中には歯周病やむし歯が進むことがあります。
女性ホルモンの分泌が増加することや、つわりで歯磨きが十分行えないことによるものです。

（3）重度の歯周病は、胎児の成長に大きな影響を及ぼすことがあります。
早産や低体重児出産を引き起こすリスクが高まるという報告があります。

（4）口の中をきれいにしましょう。
未治療のむし歯があると、口の中のむし歯原因菌の数が多くなります。お母さんの口の中がきれいだと、生まれてきた赤ちゃんにむし歯原因菌がうつりにくくなります。

妊娠時のリスク －ハイリスク妊娠－

母体・胎児または新生児に重大な障害が生じる危険性の高い妊娠を指します。ハイリスク妊娠の危険因子は多くありますが、その一部を挙げます。

（1）妊娠高血圧症候群

妊娠 20 週以降、分娩後 12 週まで高血圧が見られる場合、または高血圧に蛋白尿を伴う場合のいずれかで、かつ、これらの症状が単なる妊娠の偶発合併症によるものではないものをいいます。（日本産婦人科学会 2005 年）

（2）妊娠糖尿病

妊娠中に発症した糖尿病で、糖尿病と診断されている女性が妊娠した場合の糖尿病合併妊娠と区別します。いずれも、妊娠中毒症のリスク因子の 1 つです。

糖尿病に罹患した妊婦は、脂肪の蓄積による巨大児を出産することもあります。

妊娠前からの糖尿病予防対策が重要です。

（3）妊娠貧血

妊娠によって鉄欠乏性の貧血に罹患することは高頻度に発生します。

重症の場合、胎児は発育遅延のため未熟児、虚弱児となることがあります。

（4）催奇性のある生物、物質への曝露

①感染症

- 風疹に罹患することで心臓や内耳などに先天異常
- サイトメガロウイルスによる肝臓や脳の障害

流行状況の把握と適切な予防対策が重要です。

②催奇性のある薬物の服用

サリドマイド、一部の抗生物質、ワルファリンなどの薬剤に催奇性があるとされています。

（5）喫煙

喫煙習慣のある妊娠女性は、胎児の身体発育の遅延を生じる可能性が高まります。

（6）過度の飲酒

妊娠中の過度の飲酒によって、胎児が胎児アルコール症候群に罹患することがあり、胎児の心身の発達遅滞が生じます。

（7）高齢出産

- 高齢出産は、胎児の発育、分娩に障害が生じるリスク要因の 1 つです。
- 35 歳以上の初産婦を「高齢出産（初産）」と定義（日本産婦人科学会）しています。ただし、年齢のみでリスクの程度を判定することは困難です。
- 妊娠高血圧症候群、分娩の流産・早産、胎児の発育遅延などのリスク因子となります。

3）食べること・よく噛むこと

生涯にわたって噛むことを主とした食べる機能の基礎は、乳幼児期に食物の物性を通して獲得されます。このことを理解した上で、歯と口腔の健康の大切さを指導して下さい。なお、子どもの発達が到達する前に、事前の理解を得られることが大切です。

（1）妊娠中：（出産後の半年間の口腔の役割についての事前指導）

- 授乳期に指しゃぶり、おもちゃしゃぶりなどの口を使った遊びは、原始反射の消失と口の随意運動の発達の基礎であることを指導します。

（2）６か月：（離乳期についての事前指導）

- 離乳食の食材の硬さ、大きさ、粘性などを感じて、それに応じて食べ方を変える学習経験を積みながら、食べる機能が獲得されるよう指導します。
- 乳歯がまだ生えていない時期から、舌・口蓋・歯槽堤で少しずつ噛みつぶす動きを練習してもらい、調理と与え方についても指導します。

（3）１歳：（前歯を使った手づかみ食べについての事前指導）

- 上下乳前歯が生えたら、一口量の調節と食材の物性の認知を学習するために、手づかみ食べで前歯を使って噛み取る経験を指導します。
- 乳臼歯がまだ生えていない時期から歯槽堤で噛む動きを練習し、第一乳臼歯が上下噛み合ったら臼歯で噛む硬さの食材を指導します。

（4）１歳６か月、２歳：（乳臼歯の萌出期についての事前指導）

- 幼児食を通じて食べ方が発達する時期にあたり、噛まずに丸飲みしたり、食物を噛もうとせず口の中に溜めている等が見られるときには、与える食物の硬さ、大きさ、粘性などの食物形態を臼歯の萌出程度に合わせて工夫するよう指導します。
- 前歯で噛み切らずに口に吸い込んだり、押し込んだりする食べ方は、窒息の原因になるため、特に危険が伴う食べ方として注意するよう指導します。

（5）３歳：（乳歯列完成期の咀嚼についての事前指導）

- 乳歯列が完成する３歳以降になると、口に入れる食物の硬さや大きさ、粘性に応じて、生え揃った乳歯でよく噛んで唾液と混和して、充分に味わえる食べ方ができるよう指導します。

（6）４歳、５歳：（五感が満たされる食べ方についての事前指導）

- 就学までの幼児期後半は、通常の食物なら大人と同じ形態のものが食べられるようになりますが、大人より噛む力が弱いため、同じ食物を食べるには噛む回数を多くする、一口量を少なくする、などの食べ方の工夫をするよう指導します。
- 早食い、丸飲み、食べ過ぎを防ぐ噛む食べ方の習慣化の必要性と、よく噛むことで少量でも満足感が得られる五感を意識した食べ方を指導します。
- 食具を使って、自立した食べ方の機能を学んだり、集団の場で他の人と協調して食べることを通じて、よく噛んで食べる食べ方のマナーを身につけ、食事の持つ広がりと楽しさ、食物のおいしさを経験できる食環境をつくれるよう指導します。

歯・口腔の事故や外傷予防

わが国では、不慮の事故が子どもの死亡原因の上位となっています。子どもは発達とともに活動的になっていきますが、乳幼児は転びやすく、その結果、歯・口腔に外傷を負うことが多くあります。発達過程でどんな事故が起こりやすいのかを知っておくことは、歯・口腔の外傷を予防する上で大切です。

- 机の角に顔をぶつけやすいので、机の角をラバーなどでカバーしましょう。
- 電気のコードをくわえてしまって、唇や舌または歯に外傷を負うことがあるので、コードのしまい忘れに注意し、またコンセントにカバーをするなどの対策をしましょう。
- 目を離した瞬間の誤嚥時の事故も頻発します。手にしたものをすぐに口に持っていくこともあります。タバコや薬、先の尖ったものなどを出したままにしないようにしましょう。
- 子どもは口にものを咥えて歩くことがあります。転倒によって歯・口腔の外傷や、重大な事故を起こす

ことがあるので要注意です。

- 階段からの転落防止の柵を付けましょう。
- 自動車に乗る時はベビーシート、チャイルドシートに座らせましょう。自転車に乗せるときはヘルメットを着用するようにしましょう。

＊8ページ割愛

3 歯科診療室における母子健康手帳の活用

母子健康手帳は妊婦に対して交付されるので、妊産婦、乳児または幼児が歯科医院に来院した場合に、母子健康手帳を確認しましょう。少なくとも妊産婦、乳児または幼児を診る機会には、呈示いただくように促し、健診結果を記入してください。

以下に解説する内容は、省令記載部分で、この部分は全国的にも共通ですが、任意記載部分は市区町村など、各地方自治体の創意工夫により特色が加えられているため、必ずしも記載があるとは限りません。

母子健康手帳への記入を通して、妊産婦、乳児または幼児についての健康情報、成長情報を得るだけでなく、要支援家庭の早期発見や育児支援などにも活用できることから、歯科健診や歯科治療現場において、妊産婦、乳児または幼児に保健指導などを行う際にコミュニケーションツールの一つとして活用することが望まれます。

妊娠中

1）表紙

表紙に記入されている保護者の氏名、ならびに交付日を確認してください。妊娠週齢に比して遅い交付は、妊娠・出産について悩みや問題を抱えている場合があります（要支援家庭の早期発見、早期支援に繋げられます）。

出産されていれば、乳児または幼児の氏名、第何子であるかが記載されています。

次頁には両親の生年月日、職業などが記入されており、妊産婦の職業性疾病や家族の生活基盤の概要を知ることができます。

2）妊婦の健康状態等

BMI が身長、体重、結婚年齢の下に記載されるようになりました。病歴にあたる記載欄に、高血圧、慢性腎炎、糖尿病、心臓病、甲状腺の病気に続いて、精神疾患（心の病気）が加わっています。ここに記載されている病気は、妊娠経過に影響するだけでなく、産婦、出生児にとっても留意する必要があります。具体的に服用している薬や、喫煙、飲酒などの状況も知ることができます。

3）妊婦の職業と環境

妊婦自身による記入欄ですが、ここに記入されている内容から、歯科保健に関して関心を持ち、良き理解者であり協力者、実践者になり得る素養があるかなどを知ることができます。

4）妊婦自身の記録（1）～（4）

この頁は、妊婦自身が記入するため、妊産婦の性格も少なからず垣間見ることができます。

5）妊娠中の経過

妊娠は、本来、病気ではないとされますが、妊娠週齢が進むと、身体への負荷が増すため、妊産婦の基礎的疾患を推測できる場合があります。

6）検査の記録（予備欄含む）

各種検査の結果が記入されているので、直接的に歯科診療を行う場合において参照する頁です。

7）母親（両親）学級受講記録（予備欄含む）

母親（両親）学級受講の有無は、生まれてくるお子様への期待と不安を反映すると考えられるだ

けでなく、妊産婦あるいは家庭の協力、理解度を知ることができます。

・・・・・

出産から 1 歳まで

1）出産の状態

分娩方法、鉗子や吸引分娩などの他、輸血（血液製剤含む）の有無も記入できるようになりました。

2）出産後の母体の経過

記入欄が増えたほか、初めての授乳についての記載が加えられています。母乳であるか人工乳であるか、出生児の口腔機能発達経過、栄養、免疫能力などについて知ることができます。

3）早期新生児期【生後 1 週間以内】の経過

哺乳力の記載が「普通」、「弱」となりました。新生児期に各家庭にて訪問指導を強化するために、記録欄は詳細な記入ができるようになりました。

4）検査の記録（予備欄含む）

新生児に対する検査として、先天性代謝異常検査と聴覚検査の記載欄があるので、確認してください。

5）保護者の記録【1 か月頃】

育児不安や困難の把握も可能になるように、記載が加えられています。特に産婦にとって、育児に対して身近に相談できる人がいないか、あるいは知識が乏しいため、新生児の健康状態把握の一環として胆道閉鎖症等の早期発見のために「うんちの色」がカラー写真で表示されました。

6）1 か月健康診査

お子様の成長を確認することができます。栄養摂取の選択肢は母乳、混合、人工乳になり、指導事項は特記事項となりました。

7）保護者の記録【3 ～ 4 か月頃】

首のすわり、成長の様子の記載の他、子育て環境について知ることができます。

8）3 ～ 4 か月健康診査

お子様の成長を確認することができます。また、指導事項は特記事項となりました。

9）保護者の記録【6 ～ 7 か月頃】

寝返り、おすわりについての記載の改正と、子育てについて相談者の存在や不安、困難の把握ができるようになりました。

10）6 ～ 7 か月健康診査

お子様の成長を確認することができます。また、指導事項は特記事項となりました。

11）保護者の記録【9 ～ 10 か月頃】

はいはい、つかまり立ちについての記載はできた時期を確認するものとなりました。また、子育てについて相談者の存在や不安、困難の把握ができるようになりました。

この頁の下段では、乳歯列歯式の記載や歯の異常について記入できます。

12）9 ～ 10 か月健康診査

お子様の成長を確認することができます。また、指導事項は特記事項となりました。

1 歳から 3 歳

1）保護者の記録【1 歳の頃】

つたい歩き、脳の発達など幼児の成長を知ることができます。この頁には歯磨きの練習開始を問いかけている項目がありますので、必要があれば歯磨きの指導を行ってください。また、子育てについて相談者の存在や不安、困難の把握ができるようになりました。

・・・・・

3）保護者の記録【1 歳 6 か月の頃】

ひとり歩き、子どもの発達を知ることができます。この頁には、哺乳瓶が原因によるむし歯の予防やフッ化物によるむし歯予防に関連した記載と、下段に乳歯列歯式の図並びにむし歯などの歯の異常について記入できるようになっているので、適切かつ必要に応じてこれらの指導、啓発を行ってください。また、子育てについて相談者の存在や不安、困難の把握ができるようになりました。

・・・・・

7）保護者の記録【3 歳の頃】

子どもの発達を知ることができます。この頁には歯みがき習慣、保護者による歯の仕上げ磨き、習慣性の指しゃぶり、よく噛んで食べる習慣などの項目があり、さらにかみ合わせや歯並び、フッ化物応用・活用についても項目が追加されました。是非、この時期に、フッ化物入り歯磨き剤の使用など、むし歯予防についてより一層の普及啓発を図ってください。また、子育てについて相談者の存在や不安、困難の把握ができるようになりました。

・・・・・

3 歳以降

1）保護者の記録【4 歳の頃】

歯磨き、口ゆすぎ（ぶくぶくうがい）並びに保護者による歯の仕上げ磨きについて質問があり、より一層のむし歯予防について普及啓発を図ります。また、子育てについて相談者の存在や不安、困難の把握ができるようになりました。

・・・・・

8）男の子・女の子　乳幼児身体発育曲線

頭囲の成長予測が記載されています。

9）男の子・女の子　幼児の身長体重曲線

身長、体重における成長予測が記載されているので、肥満とやせの一応の目安を把握できます。

10）予防接種の記録（1）及び（2）

予防接種の摂取記載と薬剤や食品のアレルギーなどの記載があるので、確認してください。

予防接種

わが国の感染症に対する対策は、「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律:感染症法」（1999 年 4 月に施行）に基づいています。

- 感染症の重篤度別に、危険性を考慮して類型を 1 ～ 5 類に分類
- 新型インフルエンザ等の感染症、指定感染症、新感染症
- 類型別に入院、就業制限、他の人に対する措置
- 消毒、鼠族、他の物に対する措置が規定されている

この他の関連法規としては、

- 母子保健法：B 型肝炎対策
- 学校保健安全法：学校における伝染病対策
- 食品衛生法：食中毒
- 水道法：水系感染
- 予防接種法：定期予防接種
- 検疫法：輸入感染症

予防接種法による予防接種

- わが国の予防接種制度は予防接種法により規定されています。
  集団の予防を目的とした「1 類疾病」と、個人の予防を重視した「2 類疾病」に区分されています。
- ワクチンの接種は強制ではなく、各個人が「受けるよう努めなければならない」（努力義務）と同法に明記されています。

- ワクチンは、微生物を弱毒化した生ワクチンと微生物を死滅した不活化ワクチンに大別されています。
  稀ですが、ワクチンの接種で障害あるいは不幸にして死亡するケースが出てきます。そこで、それらに対する救済を目的とした「予防接種健康被害救済制度」があります。
  健康被害者に医療給付、年金給付、死亡一時金などが給付されます。

- 予防接種は、予防接種法に基づき市区町村が実施する定期接種と対象者の希望により行う任意予防接種があります。

作成：社団法人日本歯科医師会 地域保健委員会 小児歯科保健・食育に関する打合会

＜委　　員＞

委員長	深井穫博
副委員長	佐藤　徹
委　員	髙野直久
同	増井峰夫
同	柘植紳平
ワーキングメンバー	一戸達也
同	植松　宏
同	田中英一
同	福田雅臣
同	向井美恵
同	宮城　敦
同	水野明広

＜担当役員＞

副会長	山科　透
常務理事	佐藤　保
理　事	榎本　滋

母子健康手帳活用ガイド

平成 24 年 3 月発行

社団法人日本歯科医師会
地域保健委員会
小児歯科保健・食育に関する打合会

〒 102-0073　東京都千代田区九段北 4-1-20
TEL　03-3262-9211（地域保健課）
FAX　03-3262-9885