

～自己管理スキルの応用～

いまさとかずひろ
○今里憲弘¹⁾、山本未陶²⁾、筒井昭仁²⁾

1) 福岡県歯科医師会、2) 福岡歯科大学口腔保健学講座

【背景】福岡県歯科医師会は平成13年度より、8020運動推進事業の一環として、11月7日、8日を中心とした週間を「いいな、いい歯。」週間とし、県民に対して歯科保健の重要性を広く啓発するための事業を実施している。「いいな、いい歯。」週間を通して県民のブラッシング行動をアンケート調査し、成人期のブラッシング行動を評価するブラッシング行動スキル尺度を開発したので報告する。

【目的】本研究では、成人のブラッシング行動の実態をブラッシングの自己管理能力を含めて調査し、「いいな、いい歯。」週間事業を通じて住民に還元する情報を検討し、8020運動の推進に寄与することを目的とした。

【方法】福岡県歯科医師会12名の各診療所を受診した対象者129名（男性44名、女性85名）に対して高橋らの自己管理スキルを基に作成した調査紙により事前の予備調査を行い、「いいな、いい歯。」週間に実施する調査項目の検討を行った。これに基づき成人期のブラッシング行動スキル調査紙（16項目、表1）を作成し、歯科保健大会、街頭啓発、公開フォーラム等においてアンケート調査を実施した。

【結果】本調査における有効回答数は632名（男184名、女448名）、回答者の年齢は20～86歳（49.4±15.7）であった。20歳から40歳、41歳から60歳、61歳以上の3群に分けたところ、男女比は年齢群によらずほぼ3:7で女性が多かった。

質問票16項目を合計した得点は年齢層が上がるごとに増加していた。年齢層に分けない年齢と質問票得点の相関は、 $r=-0.46$ 、 $p<0.01$ で有意であった。16項目で質問票の信頼性は十分であった（クロンバックの信頼係数 $\alpha=0.87$ ）。設問の1から16の回答傾向を1項目ずつ検討したところ、性別による差が13項目にみられた。女性の方が良好な結果を示した。年齢層による差も12項目にみられ、高齢者ほど良好な結果を示した。

【結論】高橋らの一般性自己管理スキルの報告は、年齢が上がるごとに尺度得点が上がるとされている。今回は、高齢者（61歳～86歳）、女性ほど歯科保健行動がとれていることが確認された。さらに具体的には歯周病の予防に重要な「補助具の使用」が特に成人男性で低調であることが確認された。

（連絡先）今里憲弘

〒831-0045 大川市大字大野島 2893-2

Tel 0944-88-3210 Fax 0944-86-6636

e-mail ng2k-imst@asahi-net.or.jp

表1 成人期のブラッシング行動スキル（質問紙略記）

1. 歯ぐきの腫れを鏡で確かめる	7. 問題点を明確にする	13. 歯と歯の間は歯間ブラシで磨く
2. 周りが磨かなくても磨く	8. 問題点を歯科医に相談	14. 歯と歯の間はフロスで磨く
3. 夜寝る前には必ず磨く	9. 歯みがきの問題点を反省	15. 歯みがき後はデンタルリンスを使う
4. 定期健診には事前情報を収集	10. 心の中で自分を励ます	16. 電動ブラシなどを使用
5. 定期健診の予定を計画的に立てる	11. 歯と歯ぐきの境目は丁寧に磨く	
6. 歯科医院で正しい歯みがきを習う	12. 歯と歯の間は丁寧に磨く	

