研 究 者：宋　聖経、竹内　夏海、設楽　智也、大川口　優真
（所属：東北大学歯学部 歯科医療研究会）

研究題目：韓国での二十歳を中心とした口腔保健意識調査と日韓でのフロス推進の方略の開発

目　的：

活動①：我々の実施してきた仙台若者のフロス使用率の向上を目指す「ハローフロスプロジェクト」の口腔保健の意識とフロスの使用実態調査に基づき、10～20 代に焦点を当てて韓国の若者の口腔保健意識を調査し、調査から得られた情報やアイデアを、今後の両国の若者の口腔保健の推進活動に有効活用する。

活動②：ソウル・延世大学の歯学部に訪問して、韓国の口腔衛生状況や歯に関わる習慣、意識の日本との違いを 10～20 代に焦点を当てて調査する。また韓国の歯科大学カリキュラムなどについても現地で調べる。

活動③：韓国の小学校でブラッシング・デンタルフロスの指導を行う。韓国の児童にコロナ以降中止された歯科保健教育の機会を提供し、歯科医療研究会の部員は国際コミュニケーション能力を養う。

対象および方法

活動①：既に 2023 年 4 月、仙台市の若者を対象として実施された「みなさんのオーラルケア（お口の健康）に関するアンケート」[1]を韓国でも実施する。

表１：アンケートの実施概要

	韓国	日本：大学	日本：高等専門学校
実施機関	城湖高等学校	宮城学院女子、東北生活文化、仙台白百合女子大学	仙台高等専門学校（広瀬、名取）
実施日	2024 年 3 月 5 日	2023 年 4 月 3 日～24 日	2023 年 4 月 3 日～24 日
実施方法	Google form	Google form	アンケート用紙配布
対象者	１～３年生	１～３年生	１～５年生
回答数	128 人	392 人	1100 人

活動②：⑴ソウル大学校 歯医学大学院 予防歯科学分野の Hyun-Jae Cho 先生に韓国と日本の口腔衛生状況などについてお話を伺う。

⑵延世大学校 歯科大学 歯科生体材料研究所 Jae-Sung Kwon 先生に韓国歯学部や延世大学カリキュラムについて学ぶ

活動③：韓国 安山市 檀園区に位置する大南初等学校にて小学校５、６年生 22 名に対しブラッシング、デンタルフロス使用の指導を実施する。

結果および考察

活動①：アンケートの内容の中、Q9、Q10 の結果を抽出し、表２、３にまとめた。

表２：「Q9. デンタルフロスを知っていますか。」の日韓の結果（χ^2検定、p<0.001）

選択肢	日本	韓国	差（日本－韓国）
全く知らない	28%	2%*1	26%
見たこと・聞いたことある	34%	24%	10%
使ったことある	27%	60%*2	-33%
定期的に使用中	11%	14%	-3%

表３：「Q10. デンタルフロスの使い方を知っていますか。（複数選択可）」の日韓の結果

選択肢	日本	韓国	差（日本－韓国）	χ^2 検定
全く知らない	53%	20%	33%	p<0.001
歯科医院で習った	24%	23%	1%	
ネット・メディアで習った	11%	14%	-3%	P=0.017
友人・家族から習った	17%	56%*3	-39%	p<0.001

アンケート結果；表２、３から目立った違いを以下に挙げる。

①韓国はデンタルフロスの認知度が日本より高い *1

②韓国はフロス使用経験のある人が日本より多い *2

③韓国は友人・家族からデンタルフロスの使い方を習った人が日本より多い *3

→この違いの原因を知るため、日韓の歯間部掃除用具（フロスや歯間ブラシ）の使用状況を調べて表４、５にまとめた。

表４：日本の性・年齢別歯間部掃除用具使用率[2]

年齢（歳）	男	女
20～24	17.8%	22.9%
25～29	25.3%	36.5%
30～34	25.4%	39.6%
35～39	31.0%	48.7%

表５：韓国の年齢別歯間部掃除用具使用率[3]

年齢（歳）	男女
19～24	32.4%
25～29	50.4%
30～34	59.0%
35～39	57.4%

表４、５から韓国の歯間部掃除用具の使用率が日本より全年齢で高いことがわかる。表４、５とアンケートの結果より韓国では家庭内で親から子供へ、垂直的にフロスの使用指導が行われて、日本より若者のデンタルフロスの認知度、使用経験者の割合が高いと思われる。ハローフロスプロジェクトは、若者に直接デンタルフロス使用の必要性・重要性を知らせることで、フロス使用率の向上を図っているが、今回のアンケートの結果から、家庭内の垂直的なフロス使用指導の重要性を実感した。若者のフロスの使用率を上げるためには、ハローフロスプロジェクトの展開範囲を拡大し、家族単位でのアプローチも必要であることが示された。

活動②：⑴ソウル大学

初めに日韓それぞれのブラッシング方法について話し合った。日本ではスクラビング法が一般的である。一方韓国ではローリング法が広く用いられている。しかしローリング法は手が疲れる、歯頚部が上手く磨けないなどのデメリットがあり、韓国の歯科医師の間でもこの方法は変更する必要があるとの声もあるようだ。韓国内での多くの歯科医院にて患者への歯みがき指導として紹介されるのがより清掃効果の高いSOOD法である。スクラビング法とほぼ同じだが、軽い力で歯頚部を磨くのが特徴である。

次にデンタルフロスの使用について話が及んだ。韓国のフロス使用率は高い訳ではないが日本よりは多少高い。ハローフロスプロジェクトの調査結果によると、仙台市の18～22歳大学生のフロス使用率はわずか18%である。それに対し、韓国の2019年の20代のフロス使用率は29.2%であった（Zilan Wang, 2024）[4]。

韓国での歯みがきがローリング法であることやフロス使用率が低いままである原因については、「人々の歯や口腔に対しての関心や意識が低いことが大きな原因として考えられる。歯科医院で清掃指導はされるものの、依然として傾向は大きくは変化していない」とのことである。日本でも同様な状況ではあるが、これは歯や口腔内の状態が全身にも大きな影響を与えうることを多くの人々に着実に伝えていく必要があると考える。加えて若者は見た目を重視する面もある。よって歯みがきやフロスを使用しないことによる審美面への影響をわかりやすく周知させることも有効であると考える。これらの周知は一歯科医師や一歯科医院では限界があるので、自治体や影響力のある人物を巻き込むことも場合によっては必要だろう。

活動②：⑵延世大学

韓国での大学歯学部と延世大学のカリキュラムなどについて話を伺った。延世大学含む韓国の歯学部は日本と同じく６年制だが、それぞれ「予科、本科」と呼ばれる２年間の予備課程と４年間の歯医学科課程、2+4の構造となっている。延世大学の「本科」で特徴的なのは、Flipped learningという方法である。Flipped learningとは、講義前に自宅等で予習動画を見て基本事項を学び、講義ではクラスメイトとの討論で理解を深めるという学習法である。この方法で講義受講後は、従来の学習法のような課題や試験勉強に追われることなく、理解をより深めるために時間を割くことが出来る。延世大学はこのように学生の効率の良い知識技能習得にこだわった仕組みのカリキュラムを構築していて、大学職員の方のお話によると延世大学は韓国内の大学ランキングで１位だという。施設やカリキュラムを教えていただいてその成果を実際に体感できた。

活動③：大南（デナム）初等学校にて５・６年生の生徒22名を対象に歯みがき、デンタルフロス使用の重要性を説明し、表６の大切なポイントを意識しながら、以下の手順に沿って指導を実施した。

①生徒を３～４人程度の小グループに分けて、歯科医療研究会メンバーが顎模型で手本を見せる。

②歯ブラシ、デンタルフロスを配布する。

③手鏡を見ながら教えてもらった通りに歯を磨き、デンタルフロスを使ってみるように指導。

④表６のポイントをしっかり押さえているか、個別指導を行う。

メンバー全員が自己紹介と簡単な指導ができるように韓国語を練習し、言語の壁を越えた活動

を実施した。現代の日本はグローバル化が進んでいて、街の中で外国の人に出くわすことももう普通である。このような流れから歯科も例外ではない。これから日本語ではコミュニケーションを取れない患者が増えていくことが考えられ、歯科医師として国際コミュニケーション能力を養うことがとても大事である。よって大南初等学校での活動は、未来の歯科医師である歯科医療研究会のメンバーにとって非常に有意義な時間であった。

表６：重点的に指導したポイント

ブラッシング指導	デンタルフロス指導
●ペングリップ ●肘は脇につける ●ローリング法の短所説明 ●スクラッビング法の指導	●歯ぐきを傷つけないようにフロスを使う方法 ●フロスで正しく左右の歯を磨く方法 ●フロスの使用頻度

図１：個別指導

図２：ソウル大学 Cho 先生と

図３：延世大学のカリキュラム勉強

図４：６年生の学生と

[1] アンケート全問はこちらのリンクからご覧いただけます。https://forms.gle/jfG877KqAQhEYNSXA

[2] 厚生労働省，平成 28 年 歯科疾患実態調査結果の概要，表３，４から抜粋。

[3] Su-Jin Han（2021），The use of interdental care products in Korean young adults aged 19–39 years and factors affecting their use, J Korean Soc Dent Hyg 21⑹：721-9, Table 1 から抜粋。

[4] Zilan Wang（2024），Trends in oral health behaviors and status among Korean adults from the Korean National Health and Nutrition Examination Survey 2012-2019, Seoul National University Preventive and Social Dentistry 修士論文，p28.