

# 島根県歯科医師会主催 日本スポーツ歯科医学会公認 スポーツデンティスト養成講習会

## スポーツ歯科概論

安井利一  
日本スポーツ歯科医学会理事長  
日本歯科医学会連合理事長

### 日本におけるスポーツ医歯学の発展(学会)

- 1949年 日本体力医学会
- 1950年 日本体育学会
- 1972年 整形外科スポーツ医学研究会
- 1975年 日本整形外科スポーツ医学会
- 1979年 東日本スポーツ医学研究会
- 1980年 西日本スポーツ医学研究会
- 1990年 日本臨床スポーツ医学会(医師・歯科医師が正会員)  
スポーツ歯学研究会
- 1994年 日本スポーツ歯学研究会
- 2000年 日本スポーツ歯科医学会

### 令和4年度改訂版 歯学教育モデル・コア・カリキュラムにおける 「スポーツ歯学」に関する教育の充実について

- スポーツ基本法第16条において「国は、医学、歯学、生理学、心理学、力学等のスポーツに関する諸科学を総合して実際の及び基礎的な研究を推進し、これらの研究の成果を活用してスポーツに関する施策の効果的な推進を図るものとする」とあり、スポーツに関連する歯学の重要性が示されている。
- 2019年ラグビーワールドカップ、2021年東京オリンピック・パラリンピック大会を経て、国民のスポーツに対する関心がより一層高まりつつあり、「スポーツ歯学」の重要性が広く認識されている。
- 令和4年度改訂版コアカリでの「スポーツ歯学」に関する項目の新規追加を通して、顎顔面外傷の予防と対応や口腔健康管理についての知識や技能の学修・習得が見込まれる。

#### 【平成28年度改訂版 コアカリ】



※平成28年度改訂版コアカリでは、  
スポーツ歯学に関する具体的な記載はない。

#### 【令和4年度改訂版 コアカリ(記載項目 抜粋)】

歯学教育モデル・コア・カリキュラムの考え方  
3. 歯学生に求めたいこと  
今日の歯科医師に求められる役割の一つとして、予防医療がある。すなわち、医療全体を考えるにあたっては、病気の診断や治療だけではなく病気の背景を考え、また健康の社会的決定要因、**スポーツ・運動**や栄養・食育の重要性についても認識することが必要である

#### C 社会と歯学

C-5 予防と健康管理  
C-5-7 **スポーツマウスガード**による外傷予防を理解している。

#### D 臨床歯学

D-5 基本的臨床技能  
D-5-1-7 **コンタクトスポーツ**におけるマウスガード使用の必要性を理解している。

#### E 診察・診断と治療技能

E-5 基本的治療手技  
E-5-2-8 **スポーツ**における歯と口腔周囲の健康管理や安全対策が実施できる。

### 日本におけるスポーツ医歯学の発展(養成)

- 1977年 日本体育協会スポーツ関係臨床医協議会
- 1978年 日本体育協会スポーツ関係臨床医相互研修会(開始)
- 1982年 日本体育協会公認「スポーツドクター」制度発足  
養成講習会開始整形外科スポーツ医学研究会
- 1986年 日本整形外科学会認定「スポーツ医」養成講習会開始
- 1988年 体力づくり事業財団「健康運動指導士」養成講習会開始
- 1989年 日本医師会「健康スポーツ医」養成講習会開始
- 1994年 日本体育協会「アスレティックトレーナー」養成講習会開始
- 2005年 日本スポーツ歯科医学会「認定医」制度発足
- 2006年 日本スポーツ歯科医学会「MGテクニカルインストラクター」制度発足
- 2009年 日本スポーツ歯科医学会「スポーツデンタルハイジニスト」制度発足
- 2010年 日本歯科医師会「健康スポーツ歯科医」指導者講習会開始
- 2013年 日本体育協会公認「スポーツデンティスト」制度発足
- 2014年 日本体育協会公認「スポーツデンティスト」第1期生

# スポーツ基本法

平成23年法律第78号  
平成23年6月24日公布  
平成23年8月24日施行

この法律は、スポーツに関し、基本理念を定め、並びに国及び地方公共団体の責務並びにスポーツ団体の努力等を明らかにするとともに、スポーツに関する施策の基本となる事項を定めることにより、スポーツに関する施策を総合的かつ計画的に推進し、もって国民の心身の健全な発達、明るく豊かな国民生活の形成、活力ある社会の実現及び国際社会の調和ある発展に寄与することを目的

## (スポーツ事故の防止等)

第十四条 国及び地方公共団体は、スポーツ事故その他スポーツによって生じる外傷、障害等の防止及びこれらの軽減に資するため、指導者等の研修、スポーツ施設の整備、スポーツにおける心身の健康の保持増進及び安全の確保に関する知識(スポーツ用具の適切な使用に係る知識を含む。)の普及その他の必要な措置を講ずるよう努めなければならない。

## (スポーツに関する科学的研究の推進等)

第十六条 国は、医学、歯学、生理学、心理学、力学等のスポーツに関する諸科学を総合して実際の及び基礎的な研究を推進し、これらの研究の成果を活用してスポーツに関する施策の効果的な推進を図るものとする。この場合において、研究体制の整備、国、独立行政法人、大学、スポーツ団体、民間事業者等との連携の強化その他の必要な施策を講ずるものとする。

2 国は、我が国のスポーツの推進を図るため、スポーツの実施状況並びに競技水準の向上を図るための調査研究の成果及び取組の状況に関する情報その他のスポーツに関する国の内外の情報の収集、整理及び活用について必要な施策を講ずるものとする。

## スポーツ基本計画の策定について

(中間報告)

平成24年1月30日

中央教育審議会  
スポーツ・青少年分科会

スポーツ基本法は、スポーツを取り巻く現代的課題を踏まえ、スポーツに関する基本理念を定め、国・地方公共団体の責務やスポーツ団体等の努力等を明らかにするとともに、スポーツに関する施策の基本となる事項を規定するものである。

同法は、スポーツを通じて幸福で豊かな生活を営むことは全ての人々の権利であるとともに、スポーツが、青少年の健全育成や、地域社会の再生、心身の健康の保持増進、社会・経済の活力の創造、我が国の国際的地位の向上等国民生活において多面にわたる役割を担うことを明らかにしている。今後のスポーツの推進に当たっては、体を動かすという人間の本源的な欲求に応え、精神的充足や楽しさ、喜びをもたらすというスポーツの内在的な価値とともに、前述のようなスポーツが果たす役割を常に念頭におく必要がある。

### 第3章 今後5年間に総合的かつ計画的に取り組むべき施策

#### 1. 学校と地域における子どものスポーツ機会の充実

○国及び地方公共団体は、年齢や性別に応じたスポーツの促進や体力向上方策の中で、**医学・歯学・生理学・心理学・力学をはじめ経営学や社会学等を含めたスポーツ医・科学の積極的な活用を図る。**







○国及び地方公共団体は、学校の体育に関する活動を安心して行うことができるよう、**スポーツ医・科学を活用したスポーツ事故の防止及びスポーツ障害の予防・早期発見に関する知識の普及啓発や、学校とスポーツドクター等地域の医療機関の専門家等との連携を促進するとともに、安全性の向上や事故防止等についての教員等の研修の充実を図る。その際、マウスガードの着用の効果等の普及啓発を図ることも考えられる。**また、学校で保有しているスポーツ用具の定期的な点検・適切な保管管理に関する啓発を図る。

○独立行政法人日本スポーツ振興センターは、災害共済給付業務から得られる学校の管理下における災害事例について、**医学・歯学等の専門家と連携しつつ、調査・分析を行い、学校関係者等に情報提供を行う。**

### 第3期スポーツ基本計画（概要）

「スポーツ基本計画」は、スポーツ基本法の規定に基づき、文部科学大臣が定めるスポーツに関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るための重要な指針です。

#### 1. 東京オリ・パラ大会のスポーツ・レガシーの継承・発展に資する重点施策

 <b>持続可能な国際競技力の向上</b> ○東京大会の成果を一過性のものとせず、持続可能な国際競技力を向上させるため。 ・NFの強化戦略プランの実効化を支援 ・アスリート育成バスウェイを構築 ・スポーツ医・科学、情報等による支援を充実 ・地域の競技力向上を支える体制を構築	 <b>共生社会の実現や多様な主体によるスポーツ参画の促進</b> ○東京大会による共生社会への理解・関心の高まりと、スポーツの機運向上を契機としたスポーツ参画を促進 ○オリパラ教育の知見を活かしたアスリートとの交流活動等を推進	 <b>スポーツを通じた国際交流・協力</b> ○東京大会に向けて、世界中の人々にスポーツの価値を届けたスポーツ・フォー・トゥモロー（SFT）事業で培われた官民ネットワークを活用し、更なる国際協力を展開、スポーツSDGsにも貢献（ドレーピング防止活動に係る人材・ネットワークの活用等） <b>スポーツに関わる者の心身の安全・安心確保</b> ○東京大会でも課題となったアスリート等の心身の安全・安心を育くみ事業に対応するため、 ・研修準備や性的ハラスメントの防止 ・熱中症対策の徹底など安全・安心の確保 ・暴力根絶に向けた相談窓口の一層の周知・活用
 <b>大規模大会の運営ノウハウの継承</b> ○新型コロナウイルス感染症の影響下という困難な状況の下で、東京大会を実施したノウハウを、スポーツにおけるホスピタリティの向上に向けた取組も含め今後の大規模な国際競技大会の開催運営に継承・活用	 <b>地方創生・まちづくり</b> ○東京大会による地域住民等のスポーツへの関心の高まりを地方創生・まちづくりの取組に活かし、将来にわたって継続・定着 ○国立競技場等スポーツ施設における地域のまちづくりと調和した取組を推進	 <b>スポーツに「誰もがアクセスできる」</b> 性別や年齢、障害、経済・地域事情等の違い等によって、スポーツの取組に差が生じない社会を実現し、機運を醸成。 ◆住民誰もが気軽にスポーツに親しめる「場づくり」等の機会の提供 ◆居住地域にかかわらず、全国のアスリートがスポーツ医・科学等の支援を受けられるよう地域機関の連携強化 ◆本人が望まない理由でスポーツを途中で諦めることがない継続的なアクセスの確保

#### 2. スポーツの価値を高めるための第3期計画の新たな「3つの視点」を支える施策

<b>スポーツを「つくる/はくぐむ」</b> 社会の変化や状況に応じて、既存の仕組みにとらわれず柔軟に見直し、最適な手法・ルールを考えて作り出す。 ◆柔軟・適切な手法や仕組みの導入等を通じて、多様な主体が参加できるスポーツの機会創出 ◆スポーツに取り組む者の自主性・自律性を促す指導ができる質の高いスポーツ指導者の育成 ◆デジタル技術を活用した新たなスポーツ機会や、新たなビジネスモデルの創出などDXを推進	<b>スポーツで「あつまり、ともに、つながる」</b> 様々な立場・背景・特性を有した人・組織があつまり、ともに課題に対応し、つながりを感じてスポーツを行う。 ◆施設・設備整備、プログラム提供、啓発活動により誰もが一緒にスポーツの価値を享受できる、スポーツを通じた共生社会の実現 ◆スポーツ団体のガバナンス・経営力強化、関係団体等の連携・協力による我が国のスポーツ体制の強化 ◆スポーツ分野の国際協力や魅力の発信	<b>スポーツに「誰もがアクセスできる」</b> 性別や年齢、障害、経済・地域事情等の違い等によって、スポーツの取組に差が生じない社会を実現し、機運を醸成。 ◆住民誰もが気軽にスポーツに親しめる「場づくり」等の機会の提供 ◆居住地域にかかわらず、全国のアスリートがスポーツ医・科学等の支援を受けられるよう地域機関の連携強化 ◆本人が望まない理由でスポーツを途中で諦めることがない継続的なアクセスの確保
---	--	--

#### 3. 今後5年間に総合的かつ計画的に取り組む12の施策

<b>①多様な主体におけるスポーツの機会創出</b> 地域や学校における子供・若者のスポーツ機会の充実と体力向上、体育の授業の充実、運動部活動改革の推進、女性・障害者・働く世代、子育て世代のスポーツ実施率の向上等	<b>②スポーツにおけるDXの推進</b> 先進技術を活用したスポーツ実施のあり方の拡大、デジタル技術を活用した新たなビジネスモデルの創出等	<b>③国際競技力の向上</b> 中長期の強化戦略に基づく競技力向上支援システムの確立、地域における競技力向上を支える体制の構築、国・JSPC・地方公共団体が一体となった国民体育大会の開催等
<b>④スポーツの国際交流・協力</b> 国際スポーツ界への意思決定への参画支援、スポーツ産業の国際展開を促進するプラットフォームの検討等	<b>⑤スポーツによる健康増進</b> 健康増進に資するスポーツに関する研究の充実・調査研究成果の活用促進、医療・介護や企業・保険者との連携強化等	<b>⑥スポーツの成長産業化</b> スタジアム・アリーナ整備の着実な推進、他産業とのオープンイノベーションによる新ビジネスモデルの創出等
<b>⑦スポーツによる地方創生、まちづくり</b> 武道やアウトドアスポーツ等のスポーツツーリズムの更なる推進など、スポーツによる地方創生、まちづくりの創出の全国での加速化等	<b>⑧スポーツを通じた共生社会の実現</b> 障害者や女性のスポーツの実施環境の整備、国内外のスポーツ団体の女性役員候補者の登用・育成の支援、意識啓発・情報発信等	<b>⑨スポーツ団体のガバナンス改革・経営力強化</b> ガバナンス・コンプライアンスに関する研修等の実施、スポーツ団体の戦略的経営を行う人材の雇用創出を支援等
<b>⑩スポーツ推進のためのハード、ソフト、人材</b> 民間・大学も含めた地域スポーツ施設の有効活用の促進、地域スポーツコミッションなど地域連携組織の活用、全NFでの人材育成及び活用に関する計画策定を促進、女性のスポーツ指導に精通した指導者養成支援等	<b>⑪スポーツを実施する者の安全・安心の確保</b> 怪力や不適切な指導等の根絶に向けた指導者養成・研修の実施、スポーツ安全に係る情報発信、安全対策の促進等	<b>⑫スポーツ・インテグリティの確保</b> スポーツ団体へのガバナンスコードの普及促進、スポーツ仲裁・調停制度の理解促進等の推進、教育研修や研究活動等を通じたドレーピング防止活動の展開等

#### 『感動していただけじゃなくスポーツ界』の実現に向けた目標設定

全ての人が自発的にスポーツに取り組むことで自己実現を図り、スポーツの力で、前向きで活力ある社会と、絆の強い社会を目指す

<b>国民のスポーツ実施率を向上</b> ✓成人の週1回以上のスポーツ実施率を <b>7.0%</b> （障害者は <b>4.0%</b> ） ✓1年に一度以上スポーツを実施する成人の割合を <b>10.0%</b> に近づける（障害者は <b>7.0%</b> を目指す）	<b>生涯にわたって運動・スポーツを継続したい子供の増加</b> （児童86%⇒90%、生徒82%⇒90%） ✓子供の体力の向上 （新体力テストの総合評価C以上の児童68%⇒80%、生徒75%⇒85%）	<b>誰もがスポーツに参画でき、共に活動できる社会を実現</b> ✓体育授業への参加を希望する障害のある児童生徒の見学ゼロを目指した学習プログラム開発✓スポーツ団体の女性理事の役割を <b>40%</b>
<b>オリンピック・パラリンピック等の国際競技大会で、過去最高水準の金メダル数、総メダル数、入賞者数、メダル獲得競技数等の実現</b>	<b>スポーツを通じて活力ある社会を実現</b> ✓スポーツ市場規模 <b>15兆円</b> の達成（2025年まで） ✓スポーツ・健康まちづくりに取り組む地方公共団体の割合 <b>15.6%</b> ⇒ <b>40%</b>	<b>スポーツを通じて世界とつながる</b> ✓ポストSFT事業を通じて世界中の国々の <b>700万人</b> の人々への裨益を目標に事業を推進 ✓国際競技連盟（IF）等役員数 <b>37人</b> 規模の維持・拡大

### 学校保健安全法（平成20年6月改正・平成21年4月施行）

学校保健安全法は、学校保健と学校安全について定める法律、旧学校保健法に第3章「学校安全」が加えられ大幅な改正となった。

#### （学校安全に関する学校の設置者の責務）

第二十六条 学校の設置者は、児童生徒等の安全の確保を図るため、その設置する学校において、事故、加害行為、災害等（以下この条及び第二十九条第三項において「事故等」という。）により児童生徒等に生ずる危険を防止し、及び事故等により児童生徒等に危険又は危害が現に生じた場合（同条第一項及び第二項において「危険等発生時」という。）において適切に対処することができるよう、当該学校の施設及び設備並びに管理運営体制の整備充実その他の必要な措置を講ずるよう努めるものとする。

国の責務として、**学校保健安全法第3条2項 学校安全の推進に関する計画の策定**

## 「第3次学校安全の推進に関する計画」(答申案)概要

### I 総論

第3次学校安全の推進に関する計画(計画期間:令和4年度から令和8年度)において取り組むべき施策の基本的な方向性、目指す姿は以下のとおりとする。

#### <施策の基本的な方向性>

- 学校安全計画・危機管理マニュアルを見直すサイクルを構築し、学校安全の実効性を高める
- 地域の多様な主体と密接に連携・協働し、子供の視点も踏まえた安全対策を推進する
- 全ての学校における実践的・実効的な安全教育を推進する
- 地域の災害リスクを踏まえた実践的な防災教育・訓練を実施する
- 事故情報や学校の取組状況などデータを活用し学校安全を「見える化」する
- 学校安全に関する意識の向上を図る(学校安全文化の醸成)

#### <目指す姿>

- 全ての児童生徒等が、自ら適切に判断し、主体的に行動できるよう、安全に関する資質・能力を身に付けること
- 学校管理下における児童生徒等の死亡事故の発生件数について限りなくゼロとすること
- 学校管理下における児童生徒等の負傷・疾病の発生率について障害や重度の負傷を伴う事故を中心に減少させること

### 4. 学校における安全管理

- 学校における安全点検に関する手法の改善(判断基準の明確化、子供の視点を加える等)
- 学校設置者による点検・対策の強化(災害時に備えた専門家との連携等)
- 学校施設の老朽化対策・水害対策、非構造部材の耐震対策の推進
- 重大事故の予防のためのヒヤリハット事例の活用
- 重大事故発生後の国への報告(学校事故対応に関する指針)に関する検討

### 5. その他、横断的な事項等

- 学校安全に関する情報の見える化、共有、活用の推進(調査項目、調査方法の見直し等)
- 災害共済給付等データを活用した分かりやすい啓発資料の周知・効果的な活用
- 設置主体(国立・公立・私立)に関わらない、学校安全に関する研修等の情報・機会の提供
- AIやデジタル技術を活用した、科学的なアプローチによる事故予防に関する取組の推進
- 学校安全を意識化する機会の設定の推進(各学校の教職員等の意識を高める日・週の設定)
- 国の学校安全に関する施策のフォローアップ体制の充実

## II 学校安全を推進するための方策

### 1. 学校安全に関する組織的取組

- 学校経営における学校安全の明確な位置付け
- セーフティプロモーションスクールの考え方も参考とし、学校安全計画を見直すサイクルの確立
- 今後想定される大規模災害など地域ごとのリスクを踏まえた危機管理マニュアルの見直し
- 学校における学校安全の中核を担う教員の位置付けの明確化、研修の充実
- 教員養成における学校安全の学修の充実

### 2. 家庭、地域、関係機関等との連携・協働による学校安全の推進

- コミュニティ・スクール等の仕組みを活用した地域との協働による学校安全の推進
- 通学時の安全確保に関する地域の推進体制の構築、通学路交通安全プログラムの充実・強化
- SNSに係る被害、痴漢等を含む性被害の根絶に向けた防犯対策の促進

### 3. 学校における安全に関する教育の充実

- 児童生徒等が自ら危険を予測し、回避する能力を育成する安全教育の充実、指導時間の確保
- 地域の災害リスク、正常性バイアスの学習を含めた実践的な防災教育の推進、関係機関(消防団等)との連携の強化
- 幼児期からの安全教育の充実、幼児期、特別支援学校における安全教育の好事例等の収集
- ネット上の有害情報対策(SNSに起因する被害)、「教育職員等による児童生徒性暴力等の防止等に関する法律」等を踏まえた性犯罪・性暴力対策(生命(いのち)の安全教育)など、現代的課題に関する教育内容について、学校安全計画への位置付けを推進

## 【安全に関する資質・能力】(学力の三要素)

### (知識・技能)

様々な自然災害や事件・事故等の危険性、安全で安心な社会づくりの意義を理解し、安全な生活を実現するために必要な知識や技能を身に付けていること。

### (思考力・判断力・表現力等)

自らの安全の状況を適切に評価するとともに、必要な情報を収集し、安全な生活を実現するために何が必要かを考え、適切に意思決定し、行動するために必要な力を身に付けていること。

### (学びに向かう力・人間性等)

安全に関する様々な課題に関心を持ち、主体的に自他の安全な生活を実現しようとしたり、安全で安心な社会づくりに貢献しようとしたりする態度を身に付けていること。

児童生徒への安全の講話の際に気にかけて頂きたいこと

## 運動部活動の地域移行に関する検討会議

### 提言

～少子化の中、将来にわたり我が国の子供たちがスポーツに  
継続して親しむことができる機会の確保に向けて～

令和4年6月6日

運動部活動の地域移行に関する検討会議

本提言は公立中学校等における運動部活動について対象としているが、国立の中学校等においても、本提言の内容については、改革・改善が求められるものであることから、学校等の実情に応じて積極的に取り組むことを望みたい。

また、公立及び国立の高等学校等(中等教育学校後期課程及び特別支援学校高等部を含む)については、義務教育を修了し進路選択した高校生等が自らの意思で運動部活動への参加を選択している実態や、多様な教育活動が行われる高等学校の中でスポーツに特色を有する学校が存在することなどの面で、中学校等とは異なる状況にある。一方、高等学校等においても、スポーツを通じた生徒の心身の健全育成や教職員の働き方改革の観点からは重要であり、学校等の実情に応じて運動部活動の改善に取り組むことを望みたい。私立学校においても、これらの取組も参考にしながら、学校等の実情に応じて適切な指導体制の構築に取り組むことを望みたい。

## スポーツ歯科医学の目標

スポーツ歯科医学は「歯科医学領域からスポーツを支援する科学と技術」

1. スポーツによる国民の健康・安全づくりを  
支援する歯科医学的配慮



2. 顎顔面口腔領域でのスポーツ外傷を予防する  
ためのサポート



3. スポーツ競技力の維持・向上を支援するための  
歯科医学的配慮



スポーツ歯科医学の目標(安井, 1992)から

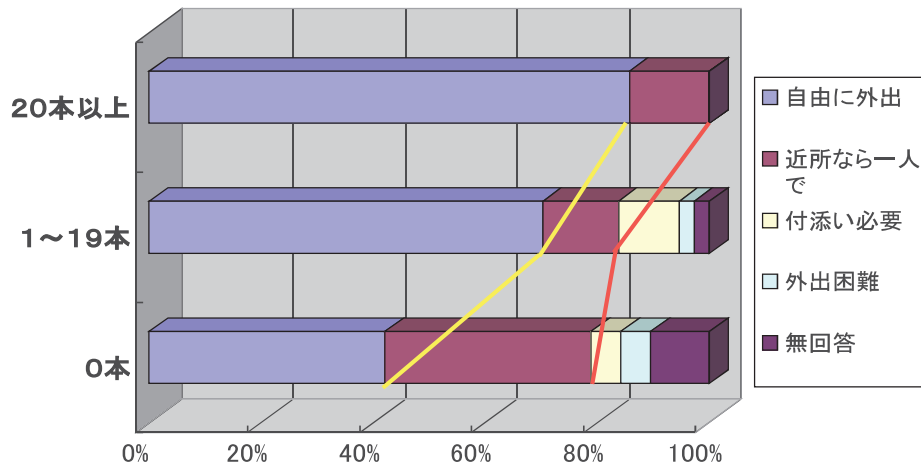
## 1. スポーツによる国民の健康・安全づくりを支援する 歯科医学的配慮

スポーツ歯科医学を通じて、国民のスポーツを支援することにより、健康寿命の延伸およびQOLの向上に寄与する。

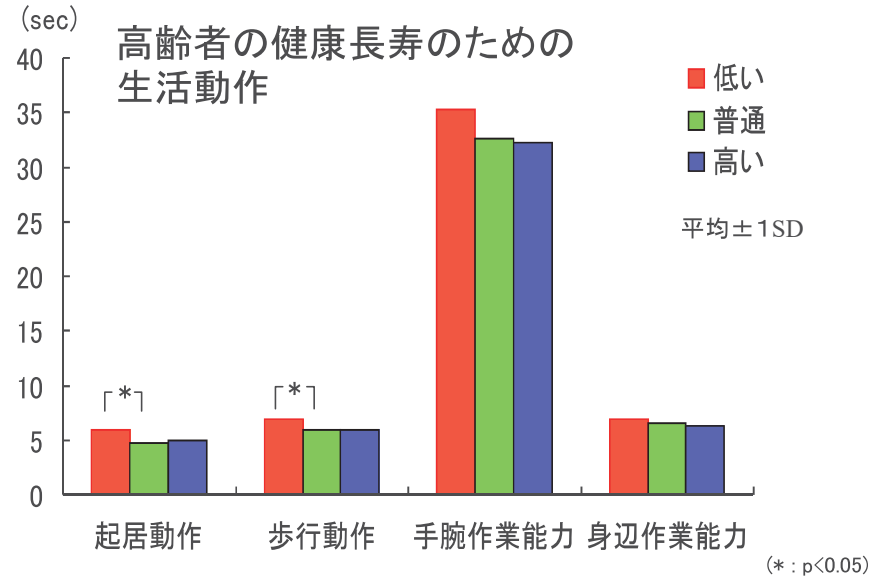
具体的には、生涯スポーツをおこないやすくするための支援、高齢者の健康寿命の延伸のための支援、あるいは高齢者の転倒予防のための支援などがあげられる。

平成元(1989)年に始まった8020運動は35年が経過し、既に8020達成者は、令和6年(2024)年に厚生労働省が実施した歯科疾患実態調査によれば61.5%となっている。8020運動の20本という歯数は「食べる機能」から導き出されたものであるが、スポーツ歯科臨床の立場では、**運動・スポーツがよりしやすくなるという効果も予測されている**。また、高齢者においては、生活を自活できることや安全に行動できることが大切なことである。

# 生涯スポーツの活動支援



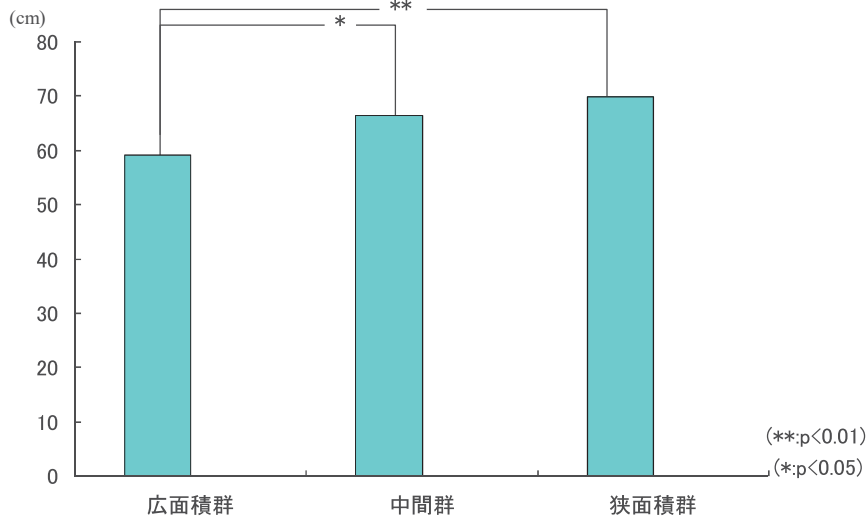
80歳聞き取り調査結果(杉並区・明海大学)



## 総咬合力の段階と生活活動動作時間の比較

松本 勝 他:スポーツ歯学、1、9-15、1998。

# 高齢者の転倒予防のための支援



## 咬合接触面積別重心動揺の平均(総動揺距離)

宮澤 慶 他:スポーツ歯学13(1):16-22、2009を改変



歯がなければ噛み合わせられない,

噛み合わせがないと頭は動く

頭が動けば体の軸は動く

咬合関係の喪失あるいはバランスの変調は、スポーツ選手の静的姿勢保持における身体動揺の増加につながる可能性が推察される。ただし、固有の個体バランスを有していると考えられる。

したがって、**体操競技の一部の動作、フィギュアスケートの一部動作、射撃関係、アーチェリーなどの競技種目においては咬合関係の維持が重要となると推察される。**

### (1) ルールの理解及びフェアプレーの精神の育成

スポーツ安全の最初はルールをしっかりと理解し、身に付けることである。小学校時代は運動も遊戯的な要素があるが、課外活動としてのスポーツを安全に行うには相手や審判を尊重し、フェアプレーの精神で臨むことが必要である。

### (2) 技術の習得

幼少時から色々な身の動かし方を経験しておくことが外傷の防止に役立つと言われている。更に、スポーツ外傷の予防のためには、正しい技術と危険な行為を理解し、普段の練習で徹底的に身に付けておくことが必要である。

### (3) 施設設備ならびに用具の管理

体育館の床やコートあるいはグラウンドの整備点検はスポーツに入る前に必ず実行するように指導する。また、終了した際にも、掃除をしながら危険な箇所がないかも点検する必要がある。

## 2. 顎顔面口腔領域でのスポーツ外傷を予防するためのサポート

顎顔面口腔領域の外傷の予防ならびに対応は、歯科医師の積極的な対応が望まれる領域である。口腔外傷による歯の喪失は、QOLの低下などを引き起こし生涯にわたる健康の保持増進に影響を与える。特に、学齢期の口腔外傷は、長期間にわたり問題となることもあるので十分な注意と配慮が必要である。3歯以上の補綴を必要とするような歯の障害は、全障害の約20%を示している。最近10年間の状況を見ると、徐々に減少傾向にはあるが、なお改善が必要である。口腔外傷の予防においては主体管理と環境管理の両面から考える必要がある。主体管理ではマウスガードの使用が推奨される。我が国でマウスガードの普及が進まないのは、安全教育が実施されていないからである。歯科医師の安全教育への貢献がおおいに期待される。

### (4) 予見学習

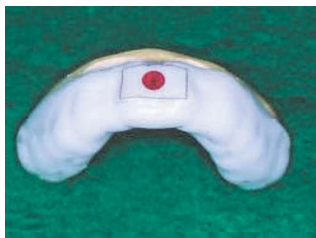
スポーツ外傷では、特徴的な外傷の発生状況があり、統計的にも状況設定が可能である。したがって、どのような状況下で外傷が発生しているかを事例学習しておくことは予見性を高めるために有効である。

### (5) 安全具の使用

歯・口腔の外傷予防にはマウスガードが有効である。特に、歯科医院で歯列模型から作製するカスタムタイプマウスガードの有効性は高い。指導者に対しての啓発が必要である。



☆スポーツ外傷を予防しましょう  
☆マウスガードを利用しましょう



マウスガードは歯科医療関係者の継続的な管理が必要です

第十四級	1	一眼のまぶたの一部に欠損を残し、又はまつげはげを残すもの
	2	三歯以上に対し歯科補綴を加えたもの
	3	一耳の聴力が1メートル以上の距離では小声を解することができない程度になったもの
	4	上肢の露出面にてのひらの大きさの醜いあとを残すもの
	5	下肢の露出面にてのひらの大きさの醜いあとを残すもの
	6	一手の母指以外の手指の指骨の一部を失ったもの
	7	一手の母指以外の手指の遠位指節間関節を屈伸することができなくなったもの
	8	一足の第三の足指以下の一又は二の足指の用を廃したものの
	9	局部に神経症状を残すもの

障害・死亡見舞金・供花料・歯牙欠損見舞金の状況(令和5年度)

★障害見舞金の給付状況

a: 学校種別・障害等級別の給付状況

等級別	学校種別	小学校 (件)	中学校 (件)	高等学校等 (件)	高等専門学校 (件)	幼稚園 (件)	幼保連携型 認定こども園 (件)	保育所等 (件)	計 (件)
第1級		1	1	5	0	0	0	1	8
2		0	1	0	0	0	0	0	1
3		0	1	2	0	0	0	0	3
4		0	0	0	0	0	0	0	0
5		0	0	9	0	0	0	0	9
6		0	0	2	0	0	0	0	2
7		1	4	10	0	0	0	0	15
8		0	0	9	0	0	0	0	9
9		6	7	18	0	1	0	0	32
10		0	0	7	0	0	0	0	7
11		4	6	14	0	0	0	0	24
12		21	19	38	1	1	1	8	89
13		3	6	30	0	1	0	0	40
14		8	10	51	0	0	0	0	69
計		44	55	195	1	3	1	9	308

過去5年の障害発生状況(学校種別)

(4) 障害の発生件数の推移

学校等の管理下における障害について、過去5年間の推移状況は下表のとおりである。「治癒時」の欄は、傷病が治癒し、障害の状態となったときに在籍した学校種別ごとの件数であり、「原傷病発生時」は、障害を残すものとなった傷病が発生したときに在籍した学校種別ごとの件数である。

	令和元年度		令和2年度		令和3年度		令和4年度		令和5年度	
	治癒時	原傷病発生時	治癒時	原傷病発生時	治癒時	原傷病発生時	治癒時	原傷病発生時	治癒時	原傷病発生時
総数	363	363	393	393	321	321	259	259	308	308
小学校	60	100	48	77	51	85	34	64	44	65
中学校	68	94	97	139	65	89	51	64	55	80
高等学校等	226	157	239	165	192	130	165	119	195	141
高等専門学校	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
幼稚園	3	4	1	3	0	1	1	2	3	3
幼保連携型認定こども園	2	2	0	1	3	2	1	1	1	2
保育所等	3	5	7	7	10	14	6	8	9	16

c: 学校種別・災害発生の場合別の給付状況

場合別 学校種別	各教科・ 道徳・保育 (件)	学校行事以外の 特別活動 (件)	学校行事 (件)	課外指導 (件)	休憩時間 (件)	通学・通園 (件)	寄宿舎 (件)	計 (件)
小学校	13	4	0	0	23	4	0	44
中学校	21	3	4	16	8	3	0	55
高等学校等	45	3	8	102	17	20	0	195
高等専門学校	0	0	1	0	0	0	0	1
幼稚園	3	0	0	0	0	0	0	3
幼保連携型 認定こども園	1	0	0	0	0	0	0	1
保育所等	9	0	0	0	0	0	0	9
計	92	10	13	118	48	27	0	308

(注) 上記3表中の件数は、傷病が治癒・症状固定したときに在籍していた学校種別で集計しています。

日本スポーツ振興センター

【お知らせ】「歯牙欠損見舞金」の支給について

独立行政法人日本スポーツ振興センターでは、これまで災害共済給付の障害見舞金の対象となっていなかった1歯の歯牙の欠損(※1)についても、令和3年4月から、災害共済給付に附帯する業務として、新たに「歯牙欠損見舞金」を支給することとしました。

「歯牙欠損見舞金」の主な内容は、以下のとおりです。

※1 歯牙の欠損とは、永久歯が根から全部取れてなくなったもの(喪失歯)をいいます(治療過程で抜歯したものを含まず。)

1 支給対象

学校の管理下における災害により生じた1歯以上の歯牙の欠損に対し、「歯牙欠損見舞金」を支給します(障害見舞金の対象となるものを除きます。)

2 支給額

「歯牙欠損見舞金」は、1歯につき80,000円を支給します。

3 支給理由

歯牙の損傷で支払われる障害見舞金は、「3歯以上に対し歯科補綴を加えたもの(第14級)」が対象であり、1歯のみの歯牙の欠損に対し歯科補綴を加えた場合には、障害見舞金の支給対象とはなりません。

一方、歯牙の欠損は、1歯であっても、発音、摂食、審美において影響を及ぼすことから、障害見舞金の対象とならない1歯の歯牙の欠損についても、災害共済給付に附帯する業務として、新たに「歯牙欠損見舞金」を支給することとしました。

4 適用関係

令和3年4月1日以降に発生した災害(治癒又は症状固定した日ではありません。)について適用します。

5 対象とならない主な場合

- (1) 歯牙が破折した場合
- (2) 欠損した歯牙が乳歯、欠損補綴歯(※2)の場合
- (3) 脱落した歯牙を再植した場合

※2 欠損補綴歯とは、歯牙の欠損に対し歯科補綴を加えたものをいいます。

IV 学校等の管理下における歯牙欠損見舞金の状況

◇ 学校等の管理下における歯牙欠損見舞金の発生件数(令和5年度給付対象事例)

表-11 場合別の発生件数

各教科等	その他の教科	小学校	中学校	高等学校等・ 高等専門学校	特別支援学校			幼稚園・幼保 連携型	合計
					小	中	高		
保育中			1						1
特別活動 (除学校行事)	学級(ホームルーム)活動						1		1
学校行事	日常の清掃	1							1
課外指導	体育的部活動	サッカー・フットサル部		2	1				3
		ソフトボール部				1		1	
		野球部(合衆式)				6		6	
		ハンドボール部				1		1	
		バレーボール部			1			1	
		バスケットボール部			4	4		8	
		ラグビー部				3		3	
		ホッケー部				1		1	
		その他				1		1	
		休憩時間	休憩時間中		1				
	昼食時休憩時間中		1					1	
	幼童園の特定時間中		3					3	
寄宿舎にあるとき				1	4			5	
通学中	登校(登園)中	1	1	4				6	
	下校(降園)中	1	2	3				6	
合 計		9	11	25	0	1	0	46	

※幼童園：幼保連携型認定こども園の略

表-12 男女別の発生件数

	小学校	中学校	高等学校等・ 高等専門学校	特別支援学校			幼稚園・幼保 連携型	日本スポーツ 振興センター
				小	中	高		
男	7	7	22		1			37
女	2	4	3					9
合 計	9	11	25	0	1	0	0	46

3 高等学校等・高等専門学校における歯牙欠損見舞金の事例

課外指導

◆体育的部活動

サッカー・フットサル部

2023歯-21 歯牙欠損 高1・男

サッカー部の試合中、学校外の運動場で相手選手とボールの取り合いになった際、相手の頭が頭に当たり、前歯を破折し、欠損した。

ソフトボール部

2023歯-22 歯牙欠損 高2・女

ソフトボール部の練習中、運動場で守備練習をしていた際、打球が顔を直撃して前歯を負傷し、歯科補綴を加えた。

野球部(合衆式)

2023歯-23 歯牙欠損 高1・男

野球部の活動中、屋内運動場でウェイトトレーニングをしていた際、立って両手でバーベルを持ち、胸の高さから垂直に持ち上げようとしたところ、バーが当たり前歯を破折し、歯科補綴を加えた。

2023歯-24 歯牙欠損 高2・男

野球部の活動中、運動場で相手チームの送球が下顎に当たり前歯が抜け、歯科補綴を加えた。

2023歯-25 歯牙欠損 高2・男

野球部の練習中、運動場でノックを受けていた際、イレギュラーしたボールが口に当たり前歯を脱臼し、歯科補綴を加えた。

2023歯-26 歯牙欠損 高1・男

野球部の練習中、運動場でノックを受けていた際、ゴロを取ろうとしたところイレギュラーボールが口に当たり前歯を脱臼し、歯科補綴を加えた。

2023歯-27 歯牙欠損 高2・男

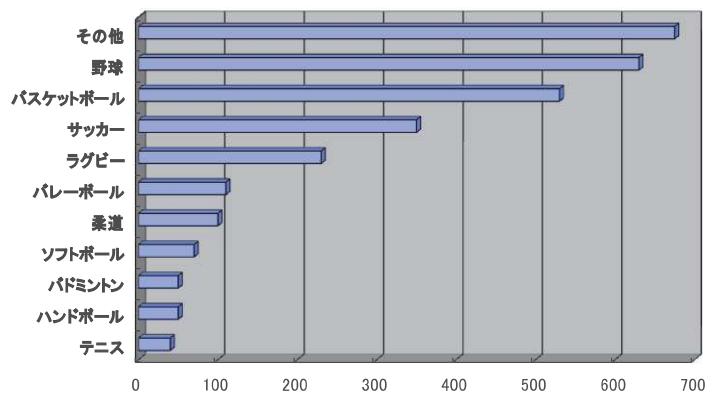
野球部の活動中、運動場でフライのボールを取り損ね、ボールが口に当たり前歯を負傷し、保存困難のため抜歯した。

2023歯-28 歯牙欠損 高2・男

野球部の練習中、運動場でキャッチボールをしていた際、相手が投げたボールが口に直撃し、前歯を破折し、歯科補綴を加えた。

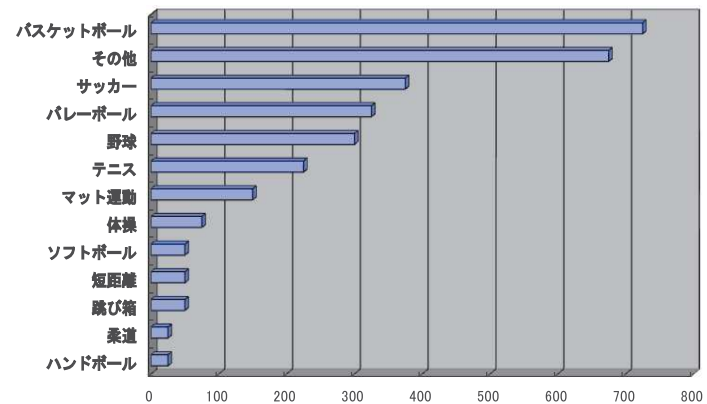
また、約1年後、野球部の活動中、運動場で練習試合をしていた際、相手投手のボールが口に当たり、前歯を欠損し、歯科補綴を加えた。

日本スポーツ振興センター



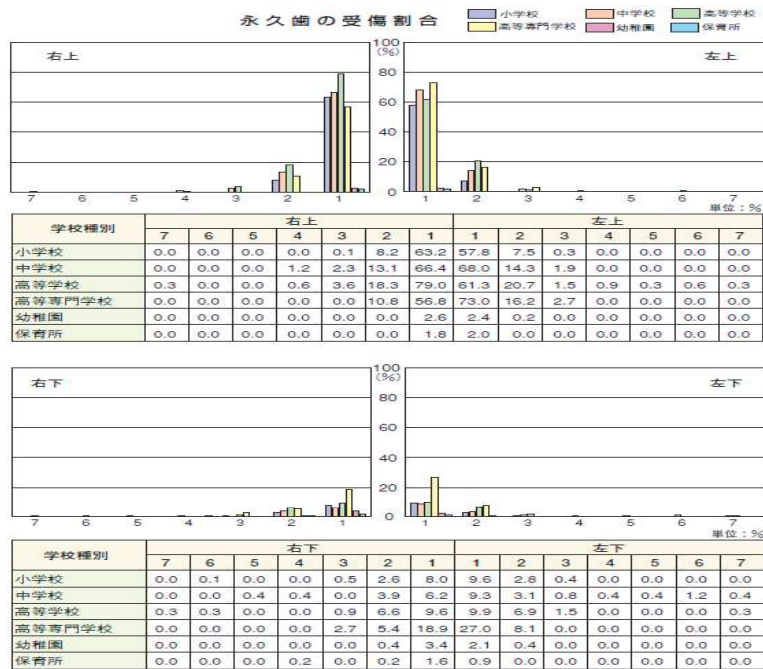
外傷を受けたスポーツの種類(高等学校)

日本スポーツ振興センター



歯の外傷を受けたスポーツの種類(中学校)

日本スポーツ振興センター



歯の外傷は前歯に集中している(咀嚼、発音、審美等に影響) 日本スポーツ振興センター

場合別の傷害発生割合

	各教科	特別活動	課外指導	休憩時間中	寄宿舍	通学(園)中
小学校	20.5%	4.4%	1.2%	61.0%	0.0%	13.0%
中学校	22.4%	2.3%	34.0%	35.9%	0.0%	5.4%
高等学校	23.7%	1.2%	62.5%	8.7%	0.3%	3.6%

日本スポーツ振興センター

## マウスガードと口腔外傷予防

スポーツ選手が外傷を受けるとパフォーマンスが低下するばかりでなく、その影響は継続する。

日本スポーツ歯科医学会による疫学調査の結果によれば、カスタムタイプのマウスガードによる歯および口唇・口腔粘膜等に対する外傷予防効果はオッズ比で0.941 (95%信頼区間:0.895-0.989) ( $p < 0.05$ )となり口腔外傷の予防効果は示されている。現在も継続中。

また、国際歯科連盟もマウスガード未装着の場合には口腔外傷リスクが1.6-1.9倍高くなるとしている。NZラグビーでは装着義務開始後で43%減少、未装着では4.6倍の外傷率だった。

### スポーツ競技とマウスガード(2023年3月現在)

注意：このリストは会員からの提供情報に基づいて作成しております。最新の規則など、詳しい取り決めは各競技団体に照会願います。また、記載内容の変更や誤りがありましたら学会事務局までご連絡ください。

競技種目	対象	備考
ボクシング(日本ボクシング連盟)	義務	必ず歯にしっかりと合ったマウスピースを使用しなくてはならない。赤色及び赤系統の色が含まれるものは禁止する。
キックボクシング(複数組織あり)	義務(国内・国際)	
空手(組手)(団体・流派により異なる)	義務(一部団体・国際)	全日本空手道連盟・国際空手道連盟。透明(全日本)
テコンドー(ワールドテコンドー)	義務(国内・国際試合)	透明・白のみ。例外なく装着義務。矯正装置等のない選手は上顎歯列を覆う。安全面から歯科医師作成のMGがベスト。
総合格闘技	義務(国内・国際)	
ラグビーフットボール(日本ラグビーフットボール協会)	義務(国内)	小学校5・6年生は推奨。13-18歳は義務。WR競技規則4条許可
アメリカンフットボール(日本アメリカンフットボール協会)	義務(国内・国際)	見た目にわかりやすい色とする(白、透明は禁止)
ラクロス(日本ラクロス協会2022)	義務(国内・国際)	女子:見た目にわかりやすい色とする(白、透明は禁止)、グラフィックの歯が描かれてはならない。 男子:見た目にわかりやすい色とする(白、透明以外の色を推奨)、また使用するマウスガードは上顎の歯全てを覆うように歯科医もしくは歯科技工士により調整されたもの。一歯科医もしくは歯科技工士により選手の外傷回避のために作られた口腔内保護用品のいずれかでないといけない。

The screenshot shows the homepage of the Japanese Academy of Sports Dentistry. At the top, there is a logo and the text 'Japanese Academy of Sports Dentistry' and '一般社団法人日本スポーツ歯科医学会'. Below this are navigation tabs: 'ホーム', '学会紹介', '学術大会', '認定制度', '研修会', '出版物', '表彰制度', '入会案内'. A main banner contains the text: '日本スポーツ歯科医学会は、スポーツ歯学に関する調査・研究を通じて、その進歩を図り、会員の知識の向上と国民の啓発を目的としています。' Below the banner is a 'ピックアップ' (Pickup) section with buttons for '倫理・利益相反', 'マウスピース、マウスガードの作成は歯科医にご相談ください!', 'いわゆるマウスピース等の取り扱いについて(厚生労働省より)', '良質なマウスガードの製作・提供に向けて(学会での取り組み)', and '学術研究委員会での研究報告'. To the right is a '学会からのお知らせ' (News from the Association) section with several articles, including 'スポーツ庁より事務連絡「スポーツ外傷等による脳脊髄液減少(漏出)症への適切な対応について」', '公益財団法人日本スポーツ協会スポーツデンティストのご案内', '【重要】2023年度より認定資格制度の変更について', '令和4年度改訂版「歯学教育モデル・コア・カリキュラム」へのスポーツ歯学分野新規掲載について(お知らせ)', and 'スポーツ競技別マウスガードの取り決め(2023年3月現在) ※変更があった場合は、ご連絡ください。'

ホッケー(日本ホッケー協会)	義務(スポーツ少年団、マスターズ大会は強く推奨)	2022年度より完全実施(ゴールキーパー:推奨)
インラインホッケー(World Skate)(国際アイスホッケー連盟2011・12)	義務(国際アイスホッケー連盟:18歳以下、ワールドスケート:バイザー装着者)	統一ルールなし
アイスホッケー(公式国際競技規則2018-2022年度)	成人女子:推奨 U-20男子:義務(条件付き)	女子:カスタムメイドの着用推奨 男子:「アンダー20」の年齢カテゴリーのプレイヤーは全員、顔面全体の保護具(フルフェイスバイザーまたはケージ)を着用していない場合には、マウスガード(望ましくはカスタムメイド)を着用しなくてはならない。
モーターバイク(2021ロードレース競技規則:国際モーターサイクリズム連盟)	推奨(ロードレース、モトクロス、トライアル、エンデューロ、スーパーモト、モタード)	出血が見やすい色 ロードレース モトクロス トライアル

競技種目	対象	備考
バスケットボール(日本バスケットボール協会:競技規則2021)	許可(国内・国際)	透明
高校野球(日本高等学校野球連盟:2010年3月～)	許可	透明・白に限る
柔道(全日本柔道連盟)	許可	透明・白に限る (量に上がる前に審判員に申告、2017年3月)
ハンドボール (IHF:International Handball Federation 国際ハンドボール連盟 競技規則2022)	許可(国内・国際)	透明で単一色のMG装着を許可 <a href="https://www.ihf.info/sites/default/files/2022-09/09A%20-%20Rules%20of%20the%20Game-Indoor%20Handball_E.pdf">https://www.ihf.info/sites/default/files/2022-09/09A%20-%20Rules%20of%20the%20Game-Indoor%20Handball_E.pdf</a> より (2022年12月12日アクセス)

## 保存可能時間の比較

保存状態	保存可能時間
乾燥状態	30分
精製水	30分
生理的食塩水	1～2時間
唾液	1時間
牛乳	24時間
歯牙保存液「ネオ」	48時間

## 応急手当

歯・口のけがの応急手当で重要なことは『抜けたり折れたりした歯を乾燥させず、いかに早く元に戻すか』である。(特に、抜けてしまった場合には歯根にはさわらないように注意し、可能な限り30分以内に、再植処置できるようにしたい)

また、「歯・口のけが」は、歯だけ単独の傷害は少なく、歯肉のほか、顔や顎の骨、口唇や小帯などの軟組織の負傷の有無など、全体的な確認も忘れずに行う。

### ★応急手当のポイント★

① 抜けたり、破折したりした時は、その歯を**捜して**乾燥させないように歯の保存液に浸す。

【注意！】歯の保存液は、歯や歯根膜の**乾燥を防ぎ**、再植に必要な歯根膜細胞を守るために使用する。

歯が抜けた時、歯の保存液がなかったら、歯根膜細胞が浸透圧で変性しないように冷たい牛乳でも代用は可能である。

② 口をぬるま湯で軽くすすぎ、汚れや血を流す。

③ (歯の保存液につけた歯)を持って歯科・口腔外科あるいは近隣の歯科医院へ！



FDI POLICY STATEMENT
Sports Mouthguards
Adopted by the FDI General Assembly: 26 <sup>th</sup> September 2008, Stockholm, Sweden

FDI POLICY STATEMENT
Sports Mouthguards
Revised version adopted by the FDI General Assembly: September 2022, Geneva, Switzerland
Original version adopted by the FDI General Assembly: September, 2008, Stockholm, Sweden

FDIは、コンタクトスポーツやコンパットスポーツに参加する場合、マウスガードを着用することの重要性について患者を教育する歯科医の役割を強調しています。歯科医師または歯科医師の指示に従って作業する歯科チームのメンバーのみがカスタムメイドのマウスガードを提供できます。マウスガードを定期的に、少なくとも年に1回評価する必要があります。

FDIは、新世代の材料の使用とカスタマイズを奨励します。エチレン酢酸ビニル(EVA)の注入または積層技術で作られたマウスガードは、特に激しい接触を伴うスポーツに最も効果的で耐久性があるため、強く推奨されます。マウスガードは歯科用器具として考慮され、歯科医および歯科チームの教育とトレーニング(適応症や製作など)が必要です。

#### グレーゾーン解消制度・新事業特例制度(経済産業省)

平成26年1月20日(月)から施行された「産業競争力強化法」では、産業競争力の強化の観点から、企業の提案に基づき「規制改革」を実行する新たな制度が創設されました。

#### グレーゾーン解消制度

事業者が、現行の規制の適用範囲が不明確な場合においても、安心して新事業活動を行い得るよう、具体的な事業計画に即して、あらかじめ規制の適用の有無を確認できる制度です。

### 3. 新事業活動に係る事業の概要

<事業の流れ>

- ① 利用者が事業者の通販サイトで型採りキット購入する。
- ② 利用者へ型取りキットを郵送する。
- ③ 利用者が型取りキットにて歯型を採り、型採り後の確認写真を事業者のLINE@あるいはメールにて送付する。
- ④ 事業者の型取り確認担当が、型取り状態を確認する。
- ⑤ 利用者が事業者へ歯型を返送する。
- ⑥ 事業者がマウスピースを製作後、利用者へ郵送する。

上記3.に記載の事業におけるスポーツマウスピース(マウスガード)及びナイトガード(以下「マウスピース等」という。が、医療品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律の第2条第4項に規定する①医療機器に該当しないことを確認したい。また、本事業におけるインターネット通販を活用したマウスピース等の製作・提供について、歯科医師でない者が行う場合に②歯科医師法第17条に該当しないこと、また、歯科医師が行う場合であっても③歯科医師法第20条に該当しないことを確認したい。加えて、本事業においてインターネット通販を活用してマウスピース等を製作することが、④歯科技工士法第2条の「**歯科技工**」に該当しないことを確認したい。

第十七条 歯科医師でなければ、歯科医業をなしてはならない。

第二十条 歯科医師は、自ら診察しないで治療をし、又は診断書若しくは処方せんを交付してはならない。

## 厚生労働省の回答

御照会の事業におけるマウスピース等は、医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律の第2条第4項に規定する①**医療機器には該当しない**。なお、広告・表示等において疾病の治療効果、予防効果等に訴求した場合は、当該マウスピース等が医療機器に該当する可能性もあるため留意すること。

ただし、御照会の事業において事業者が特定人に対して作成するマウスピース等は、口腔内に装着されるものであり、不適切なものであった場合、歯列や咬合等に影響を及ぼし、歯科医師の歯科医学的判断及び技術をもってするのでなければ人体に危害を及ぼすおそれのある④**歯科医行為に該当し**、当該事業により提供等されるマウスピース等は歯科技工士法第2条第1項に規定する歯科技工により作成されるべきである。

以上より、御照会の事業は、②**歯科医師法第17条に規定する歯科医業**に該当する。なお、③御照会の事業を歯科医師が行った場合、無診察治療に該当し、**歯科医師法第20条に抵触**する。

次の各号のいずれかに該当する者は、五十万円以下の罰金に処する。

一 第六条第三項、第十八条、第二十条、第二十一条又は第二十三条の規定に違反した者

次の各号のいずれかに該当する者は、三年以下の懲役若しくは百万円以下の罰金に処し、又はこれを併科する。

一 第十七条の規定に違反した者

## 医療保険の口腔内装置

1 口腔内装置 1	1500点
2 口腔内装置 2	800点
3 口腔内装置 3	650点

(17) (1)の「又 外傷歯の保護を目的として製作した口腔内装置」を製作し、口腔内装置を算定する場合は、当該外傷歯の受傷日を診療録に記載すること。なお、他の保険医療機関で受傷後の処置及び暫間固定が行われた場合は、患者又はその家族等から聞きとった受傷時の状況等を診療録に記載すること。

(18) (1)の「又 外傷歯の保護を目的として製作した口腔内装置」について、当該外傷歯の受傷日から起算して1年を超えた場合は、算定出来ない。

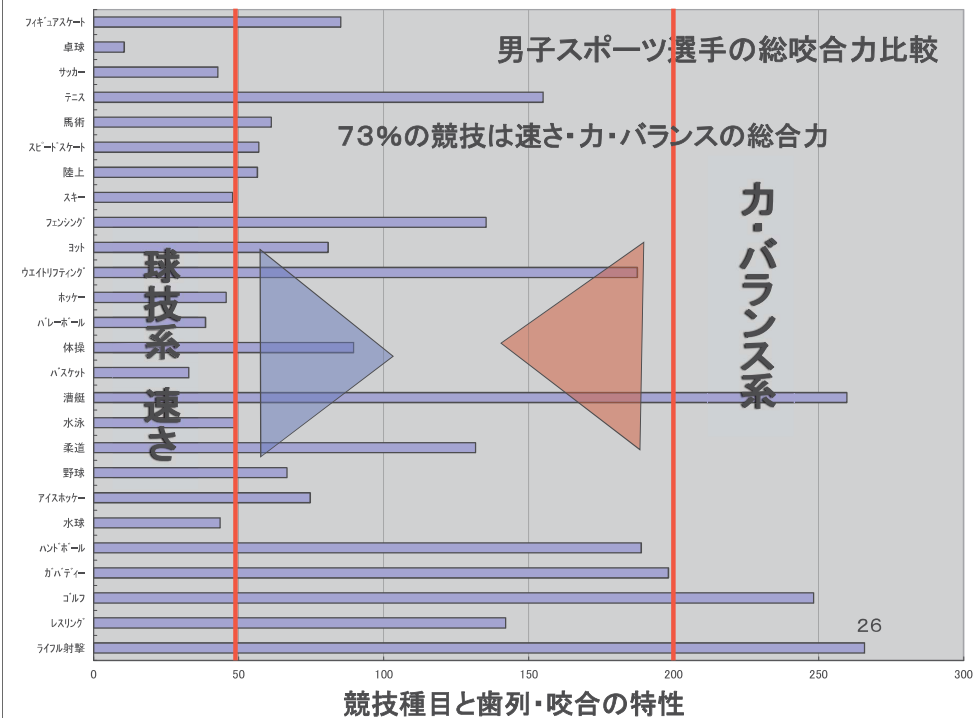
(19) (1)の「又 外傷歯の保護を目的として製作した口腔内装置」について、日常生活時の外傷歯の保護を目的とするものと運動時の外傷歯の保護を目的とするものについて別の装置を必要とする場合には、それぞれ「口腔内装置 2」を算定して差し支えない。

## 医療保険の口腔内装置

I 0 1 7	口腔内装置 (1装置につき)
1~3	(略)
注	顎関節治療用装置、歯ぎしりに対する口腔内装置、口腔粘膜等の保護のための口腔内装置、外傷歯の保護のための口腔内装置又はその他口腔内装置を製作した場合に当該製作方法に係る区分に従い、それぞれ所定点数を算定する。
I 0 1 7-1-2~I 0 1 7-1-4	(略)
I 0 1 7-2	口腔内装置調整・修理 (1口腔につき)
1	口腔内装置調整
イ	口腔内装置調整 1
	120点
ロ	口腔内装置調整 2
	120点
ハ	口腔内装置調整 3
	220点
2	(略)
注1	(略)
2	1のロについては、区分番号I 0 1 7に掲げる口腔内装置の注に規定する歯ぎしりに対する口腔内装置、口腔粘膜等の保護のための口腔内装置又は外傷歯の保護のための口腔内装置の調整を行った場合に算定する。
3~5	(略)

### 3. スポーツ競技力の維持・向上を支援するための歯科医学的配慮

咬合と競技力との関係、競技種目と歯列・咬合の特性、あるいは咬合挙上や咬合接触面積と競技力などがあげられる。スポーツ競技力は、心・技・体の3者のバランスの上に成り立つものであるから、顎口腔系だけの管理で左右されるものではない。しかし、咬合の変化によって、筋力が変化したり、身体動揺が変化したりすることは知られているので、歯・口腔の健康な状態を確保しておくことがすべての基本であることは言うまでもない。子どもの競技力も成人期以降の競技力も歯や咬合の状態によって向上することができるであろう。歯科は、心電図や血圧などを測定してスポーツのリスク管理をするような診療科ではなく、より積極的に咬合の確立を通じて、国民がスポーツに取り組みやすくなる状況を創り出せる可能性を秘めているといえる。



### 噛み合わせとスポーツ能力との関係について

- 球技系や早い動きをするアスリートの咬合力は高くない  
⇒ 強く咬合することで非相反性促進による関節固定が誘発される可能性がある
- カ・バランス系のアスリートでは咬合力や接触面積が大きい  
⇒ 体軸の安定性、関節固定、筋力発揮の有用な競技では必要な時期に噛みしめる可能性がある
- 多くの競技は上記の1と2の組み合わせと考えられる  
⇒ 噛みしめと非咬合を適度に調整している可能性がある
- 下顎の位置の固定が体軸の安定につながるスポーツもある  
⇒ 噛みしめることの関節固定を防ぎながらも体軸の安定を求めため下顎の位置を保つ可能性がある
- 咬合の変化は重心動揺に影響を与える  
⇒ 静止運動、バランス運動、軸回転運動などの要素のあるアスリートは咬合変化に注意を

科学的トレーニング = さらなるエビデンスを求めて

### トップアスリートへの歯科医学的支援の項目

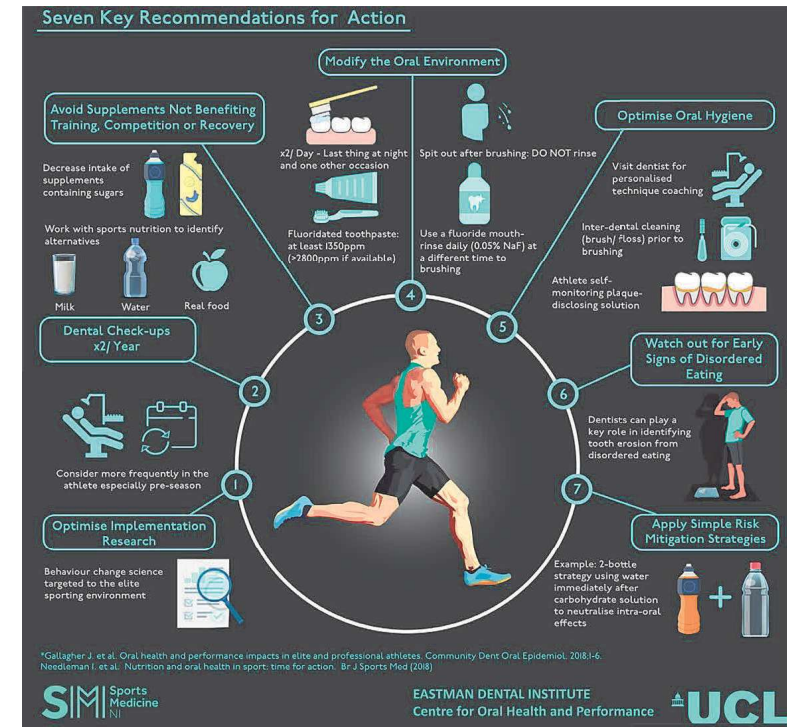
- 身体機能を維持する食事と咀嚼機能の維持  
「食べる」ことは最大のコンディショニング
- 姿勢反射と頭部保持  
頭部の固定は重心動揺を抑制し静止状態を良好にする
- 重心動揺と咬合維持とバランス  
頭部固定のためには臼歯咬合の安定性が欠かせない
- 咬合(噛みしめ)と筋力  
噛みしめは筋力発揮に有効に作用することがある
- 咬合(噛みしめ)と関節固定  
噛みしめは関節の固定に寄与する
- その他  
口腔の急性炎症、顎関節の急性症状は確実にパフォーマンスを減弱する

# スポーツと歯科医師の役割

スポーツデンティストはスポーツドクターやコーチ等との緊密な連携の下、  
歯科医師の立場からスポーツにかかわる国民の健康管理、スポーツ障害、  
スポーツ外傷の診断、予防、研究等にあたる者である。

具体的な役割としては次のとおりとする

1. 歯科医師の立場から、スポーツを行う者に対する健康・安全づくりの支援と競技力の維持・向上の支援
2. 歯科口腔領域のスポーツ外傷・障害に対する予防、診断、治療、リハビリテーションなど
3. 競技会等の医事運営の支援並びにチームデンティストとしての参加
4. スポーツ歯科医学の研究、教育、普及活動
5. その他、上記に準ずる必要な事項



## メディカル・コンディショニング資格とは



病院や地域・クラブチーム等で、医科学の知識をもとに健康管理や競技能力の向上の援助等をされている医師及びトレーナーや、スポーツ活動現場において、栄養・食事に関する専門的なサポートを行っている方、また、これから活動しようと考えられている方におすすめの資格です。

### ▶ スポーツデンティスト 役割

#### ▶ スポーツドクター

・歯科医師の立場からスポーツにかかわる国民の健康管理、スポーツ障害、スポーツ外傷の診断、予防、研究等。

#### ▶ スポーツ栄養士

・競技会等の医事運営の支援並びにチームデンティストとしての参加。

・スポーツ歯科医学の研究、教育、普及活動。

#### ▶ アスレティックトレーナー

#### (1) スポーツドクター

スポーツ医学の研究、教育、普及活動を通して、スポーツ活動を医学的な立場からサポートする。競技会等ではチームドクターとしてサポートにあたる。

#### (2) アスレティックトレーナー

運動学などの専門的な知識を持ち、スポーツドクターやコーチとの緊密な協力のもと、競技者の健康管理、スポーツ外傷の応急処置、リハビリや外傷トレーニング、コンディション調整などにあたる。

#### (3) スポーツ栄養士

スポーツ栄養の知識を持つ専門家として、競技者の栄養・食事に関する自己管理能力を高めるための栄養教育や、食事環境の整備に関する支援等、栄養サポートを行う。

ご清聴ありがとうございました



Japanese Academy of Sports Dentistry

一般社団法人日本スポーツ歯科医学会