

# 子供たちに異変が 起きています。

かみかみセンサー発案者「安富和子先生」と  
小児歯科専門医「中原弘美先生」が語る。



食べる時の咀嚼回数を正確に測る「かみかみセンサー」を発案し、これを効果的に使い食育に取り組む安富和子先生。そして、小児歯科医として現代っ子の歯の異常に注視し、その原因究明と生活環境が噛むことに及ぼす影響を提唱する中原弘美先生。お二人は職域こそ違いますが、噛むことの大切さというメッセージを送りつけ、「かみかみセンサー」で噛むことの意識促進に傾注されている。そんな両先生に「噛むことの大切さ」をテーマに語っていただきました。



**中原弘美**(なかはらひろみ)先生

歯科医師 小児歯科専門医・指導医  
ケアマネージャー  
米国NLP協会認定NLPプラクティショナー



**安富和子**(やすとみかずこ)先生

咀嚼回数カウント装置  
「かみかみセンサー」の発案者  
学校法人 高松学園 飯田女子短期大学  
家政学科 保健養護コース 准教授  
日本咀嚼学会理事 上級教育カウンセラー

東大阪市にある中原歯科医院でお二人の対談が始まった。

## ■噛めない子供たち。

安富先生が壁一面に貼られた子供たちの写真に注目した。安富先生「可愛いお子さんたち。患者さんですか。」

中原先生「そうです、虫歯ゼロの子供たちなんです。でも…」と口ごもった。

「実は、この中に歯の噛み合わせが極度に悪い子がいるんです。1歳3か月の子ですが、これまで9か月用の離乳食だけを不安定な歩行器で食べ続けていたんです。噛まずに舌を前後に動かすだけの食べ方が原因なんです。」

さらに中原先生は「今、永久歯に生え変わらない子が多くなっている。」と言う。一枚のレントゲン写真を取り出し「永久歯ができてのに乳歯が抜けられない11歳の患者さんです。」「乳歯はゆすられないと根っこが短くならないようなんです。咬合力と歯の萌出力には関連があるという報告があります。」と付け加え続けた。「奥歯ですこし噛めば飲み込めちゃう食事を続けたため、奥歯ですり潰す動きがなく噛む力が歯に伝わらず、生え変わりがうまくいっていません。」これを受けるように安富先生が「私の大学でも乳歯が残っている学生が何人もいました。驚いてしまいました。」

中原先生「二十数年前に、噛まなくなった、背筋がグニャとしていると警鐘された時よりも、もっと、何かが変わだと感じる子が増えているように思えますね。」

## ■なぜ?から見えてきた前屈み。

中原先生「子供たちを診て、なぜ永久歯が生えてこない、なぜ腫れてくるといった疑問を突き詰めていくと曲がった背筋にたどり着くんですよ。」

中原先生は食べる時の姿勢についても語る。「姿勢は奥歯で噛むことに大きく影響します。食べる時に足の裏を床にしっかり付けることも大切なんです。」

安富先生「その通りです。かみかみセンサーで測定する時も姿勢が悪いとカウントしないんです。効率的な噛み方ができていない証拠ですね。」

中原先生「現代はパソコンや電子辞書など前屈みで使うものが多く、子供が体を起こす機会が少なくなっています。上手に正しい姿勢の意識付けをしてあげないと思いますね。」

## 食べる練習をする女の子。

中原先生の案内で別の診療室で行われている噛み方指導を見学させていただいた。かみかみセンサーを付けて楽しそうにご飯を噛んでいる女の子とトレーナーの先生の姿があった。その和やかな状況を真剣に見つめる安富先生の姿が印象的である。



## ■楽しんで噛んで。

指導を終えてから中原先生は「今の子は絶対にお茶碗を持って食べない子だったんです。かみかみセンサーを付けて「体を起こさないとセン



サーが数を数えられないから起こそうね、お茶碗を持たないのも同じことだよ」と理解させています。」

**安富先生**「噛むことの効用と噛み方を楽しんで体得させる、いい指導だと思います。小学校の指導に取り入れたいですね。それから、かみかみセンサーの活躍も本当に嬉しいです。」

**中原先生**「違った方向から教える。それができるのが、かみかみセンサーですね。」

**安富先生**「ありがとうございます。保育園で使っていただいた時に先生が、ちゃんとよく噛



みなさいよと何度も言うより、今日はこの機械付けてやってみようねと言うだけで、よく噛むようになりましたとおっしゃいました。それだけで意識が高められるんです。」

**中原先生**「いろんな点で素晴らしい機械です。それにこのデザイン、子供たちに大好評ですよ。」

### 【かみかみセンサーの発案へ。

**中原先生**「かみかみセンサーは学校の現場に携われながら開発されたんですね。」

**安富先生**「平成13年頃から噛み方がおかしい、奥歯で噛めないなどの子供を目の当たりにして、何とか噛むことを意識してほしいと思い始めました。平成20年までの開発期は大変な道のりもありましたけれど、試作の段階から子供たちに噛むことへの興味を高められると思って



いました。製品化には日陶科学の社長さんに多大なご協力をいただいて今のかみかみセンサーがあるんです。」

### 【噛める学校給食を。

**安富先生**「私、養護教諭の全国大会で、長野県の給食メニュー写真に咀嚼回数を表記して展示したんです。それをご覧になったある県の養護教諭の先生が、「長野の給食はずいぶん固形物が多いですね、私の県は流動食ですよ。」とおっしゃってました。」「文部科学省では食育を提唱していますが、噛む指導を考えたら、給食に歯ごたえの検討も必要だと思います。」

**中原先生**「給食に問題意識をお持ちの歯科医は多いとお聞きますよ。噛む効用を考えると、給食の改善余地は多いと思います。」

**安富先生**「私も食育の面から、給食における平均咀嚼回数比較データを取り、メニューに対する問題提起をしたいと考えるんですけど、壁も多いです。」

**安富先生**「以前勤務していた小学校でのことですが、「噛むことの大切さ」という単元を題材にかみかみセンサーを使った授業を行っていました。でも、学校の教育方針が変わると授業廃止

になりそうなこともありましたが、幸い噛む授業の有用性を説き継続できましたが、この時は私の考えの良き理解者であった学校歯科医の先生の方添えが大きかったです。私たちが学校で噛む大切さを広めるには、学校歯科医と養護教諭の理解と熱意が必須だと思います。」

**中原先生**「虫歯予防を推奨する学校は多いけど、食育のところまで踏み込まれる学校と先生は少ないですね。」

### 【これからは何を目標にするか。

対談の最後に**中原先生**は「保健指導をした子供は「いっぱい噛んだらおいしかった!」と言ってくれます。心に残せる指導がしたいですね。」「かみかみセンサーで噛む体験をしたその場だけでなく、毎日の食事で意識してもらおう指導。」と目標を語られました。

そして、今年から飯田女子短期大学に勤められている**安富先生**は「これまでに調べたことのない、学生さんや付属幼稚園の子供たちの咀嚼の実態について、かみかみセンサーを使って調べたい。」と今後の目標を語られました。

お二人の目標は、さらなる発展を予感させられます。両先生には、これからも子供たちのために益々のご活躍を期待いたします。

