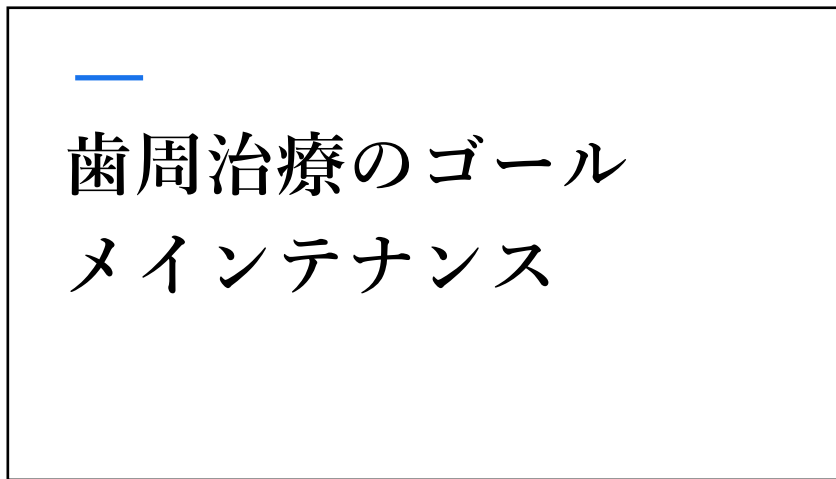
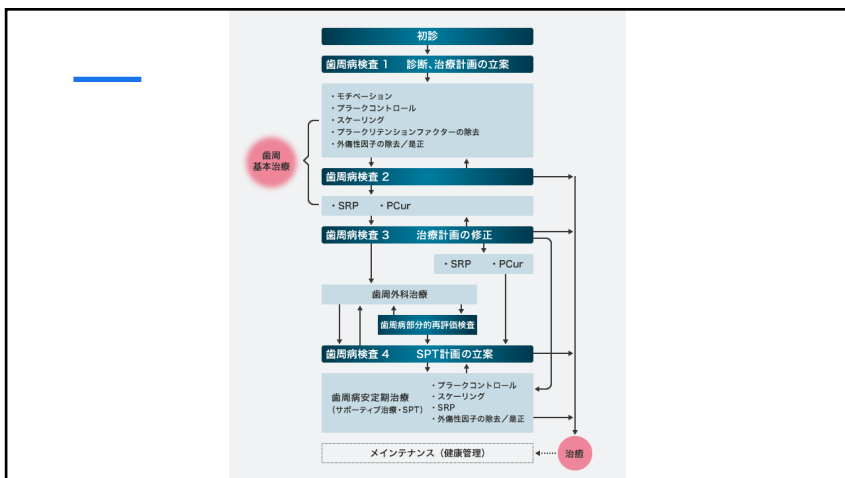


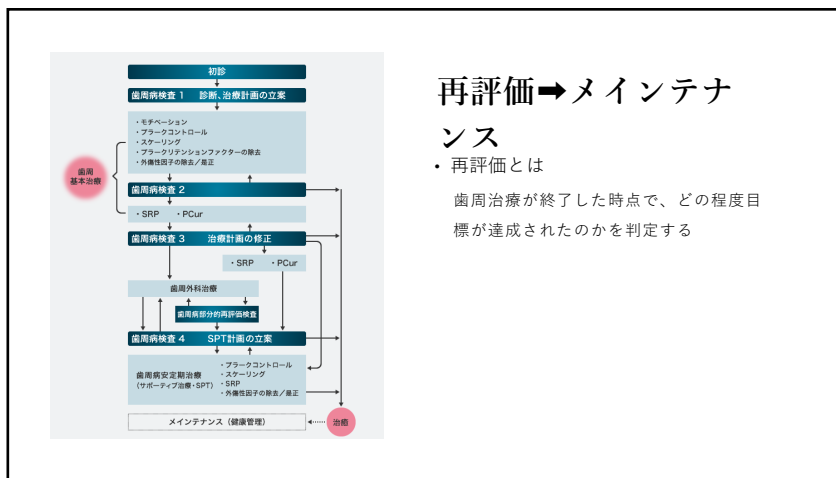
1



2



3



4

歯周基本治療の目標

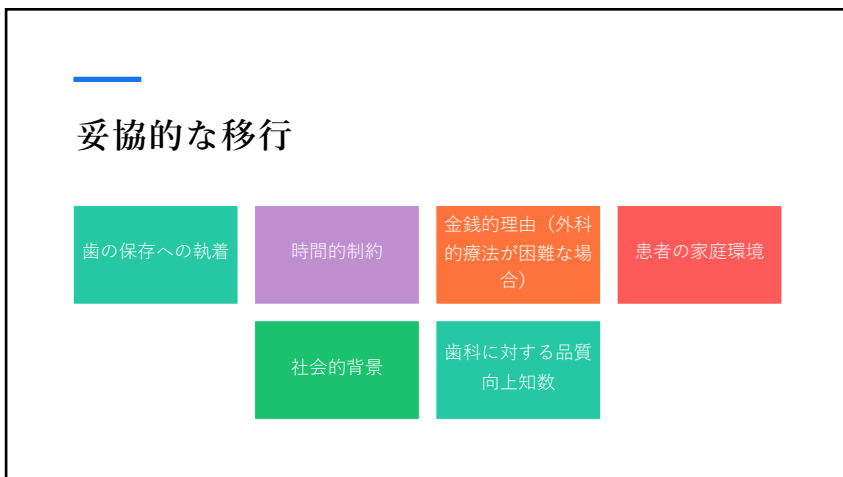
目標	指標	数値
上皮バリアの修復	ポケットの深さ	ポケット3mm以内
止血	BOP	プロービング時に出血がない
バイオフィルムの病原性を下げる	BOP, PCR	出血がない PCR 20%以下

5

歯周治療の理想的なゴール

全身状態	・全身疾患のコントロールが出来ている
咬合	・安定が得られている
歯列	・安定が得られている
歯の動揺	・生理的な範囲内 (0.2mm以内) である・長期的に付着の喪失を伴わない程度の動揺
歯周ポケット	・4 mm以内で推移している
歯肉出血	・BOP20%以下で推移している
歯肉の状態	・発赤、腫脹などの炎症所見はない
口腔清掃状態	・良好である (PCR20%以下)
エックス線像	・歯槽硬線の明瞭化、均一な歯根膜腔の存在

6



7



8

メンテナンス 用語の定義



9

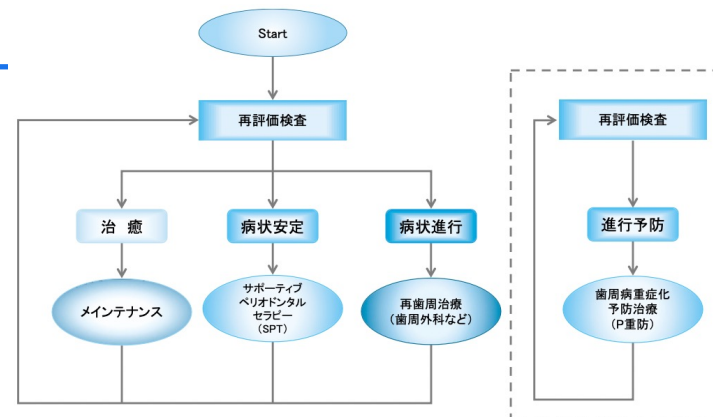


図 16 メンテナンス・SPT・病状進行・P重防の流れ
 [-----] 歯周病重症化予防治療 (P重防) は保険診療に導入された新たな継続管理の考え方。

10

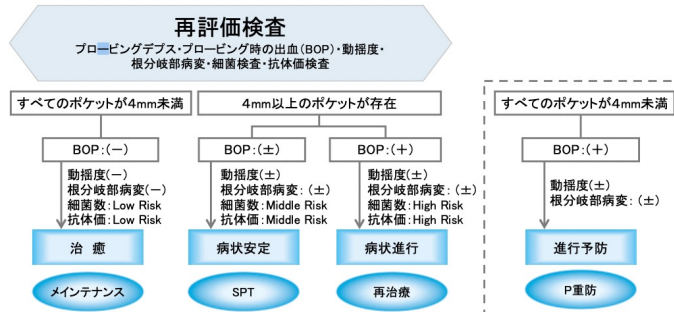


図 17 歯周治療の効果の判定
 プロービングデプス・プロービング時の出血 (BOP)・動揺度・根分枝部病変・細菌検査・抗体価検査を参考にして総合的に診断する。
 細菌数、抗体価のリスク評価は「歯周病患者における抗菌薬適正使用のガイドライン2020」p.16 参照
 [-----] 歯周病重症化予防治療 (P重防) は保険診療に導入された新たな継続管理の考え方。

11

それぞれの目的

メンテナンス

歯周病重症化予防治療

サポータティブペリオドンタルセラピー

12

表 16 治療・進行予防・病状安定・病状進行に対する治療内容

治療	メンテナンス	適切な間隔でのメンテナンスによる 口腔衛生指導（ブラークコントロール） 専門的機械的歯面清掃 スケーリング・ルートプレーニング
進行予防	歯周病重症化予防治療（P重防） （保険診療に導入された新たな継続管理）	適切な間隔での歯周病重症化予防治療による 口腔衛生指導（ブラークコントロール） 専門的機械的歯面清掃 スケーリング・ルートプレーニング
病状安定	サポートペリオドンタルセラピー（SPT）	適切な間隔でのSPTによる 口腔衛生指導（ブラークコントロール） 専門的機械的歯面清掃 スケーリング・ルートプレーニング 歯周ポケット内洗浄 歯周ポケット内抗菌薬投与 外傷性因子の除去（咬合調整、固定）
病状進行	歯周外科治療など	歯周外科治療 ・フラップ手術 ・歯肉切除術 など 口腔機能回復治療

13

メンテナンスの分類


- 予防的メンテナンス** ・ 歯周病、う蝕がなく、健康な口腔内
- 治療後メンテナンス** ・ 積極的に治療が終了した後
- 試験的メンテナンス** ・ 境界病変がある（紺分岐部病変、付着歯肉の不足部位など）
- 妥協的メンテナンス** ・ 何らかの理由で、積極的治療をしない場合

14

予防的メンテナンス

対象

- ・ 歯周病、う蝕がなく健康な口腔内



目的

- ・ 歯周病、う蝕が発生しないこと



15

予防型メンテナンス

セルフレケアに熱心で良好に維持されている患者さん

- ・ 小さな変化を見逃さない！

熱心ではないがもともと問題のない患者さん

- ・ 患者さんの使用清掃用具をきちんと確認！
- ・ プロフェッショナル・トゥースクリーニングでリフレッシュ！

アンチエイジングやホワイトニングのような意味合いで来院希望の患者さん

- ・ 健康志向・審美志向の高い患者さん
- ・ 常に情報を発信する
- ・ 自費診療に移行しやすい




16

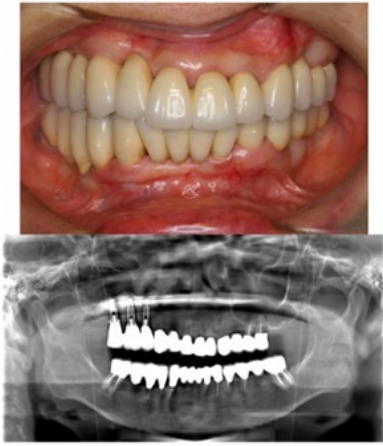
治療後メンテナンス

対象

- 積極的治療が終了した後

目的

- 再発防止、経過観察



5年経過時

17

経過型メンテナンス

治療後も意欲的な患者さん


- 歯肉退縮、歯間部のプローピング時の出血の有無など細かい部分のチェック
- 歯周補綴物は良好に維持できているかをチェック

再生療法を行った患者さん

- プローピング値の変化、プローピング時の出血の有無、歯肉縁下のプラークのチェック
- 処置前後の骨欠損の形態を把握し、再発を予防する

インプラント手術を行った患者さん

- 歯肉の炎症・咬合の状態
- 動揺・上部構造の変形
- アバットメントの緩み



18

試験的メンテナンス

対象

- 境界病変がある（根分岐部病変、付着歯肉の不足部位など）

目的

- 境界病変が進行していかないこと



19

経過型メンテナンス

危険な部位が残っている患者さん

- 問題の部位の状態や悪化した場合の対応を伝えておく！
- メンテナンスの間隔に注意！

全身的な疾患を持つ患者さん

- 全身的な疾患のコントロールの確認！
- 徹底的なプラークコントロール



20

妥協的メンテナンス



6年経過時

対象

- 何らかの理由で積極的治療をしない場合

目的

- 進行防止、経過観察、モチベーションアップ

21

妥協的メンテナンス



全身状態が悪く、積極的な治療ができない患者さん

- 入院を繰り返している
- 数値が悪い

積極的な治療を希望されない患者さん

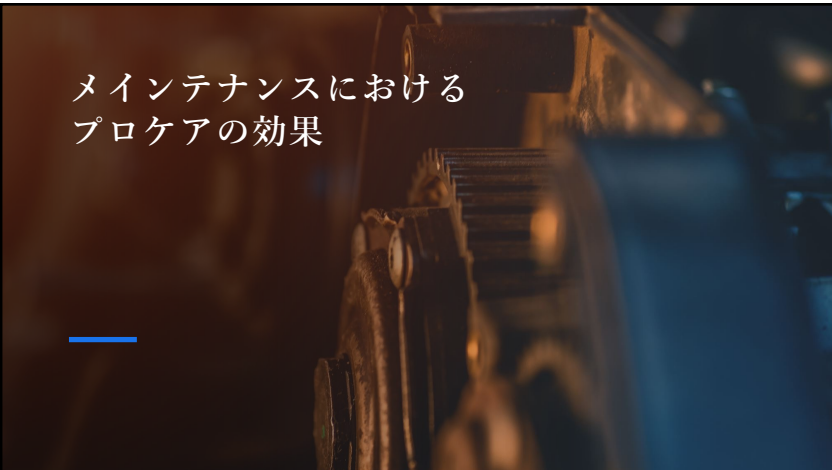
- 患者さんによるプラークコントロールの必要性を強調させる
- 限界があること、悪化した場合の治療の方向などを伝えておく

歯科恐怖症の患者さん

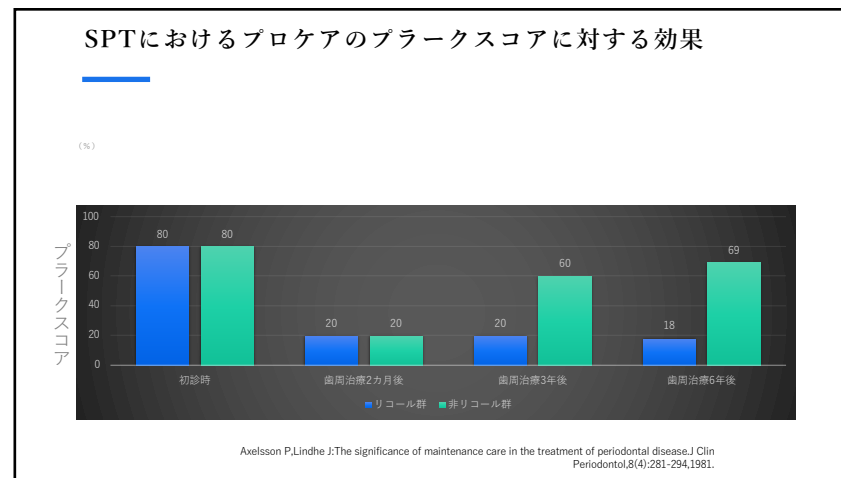
- 自分自身のコントロールで長持ち度合いが変わる
- 患者さんの希望に沿う

22

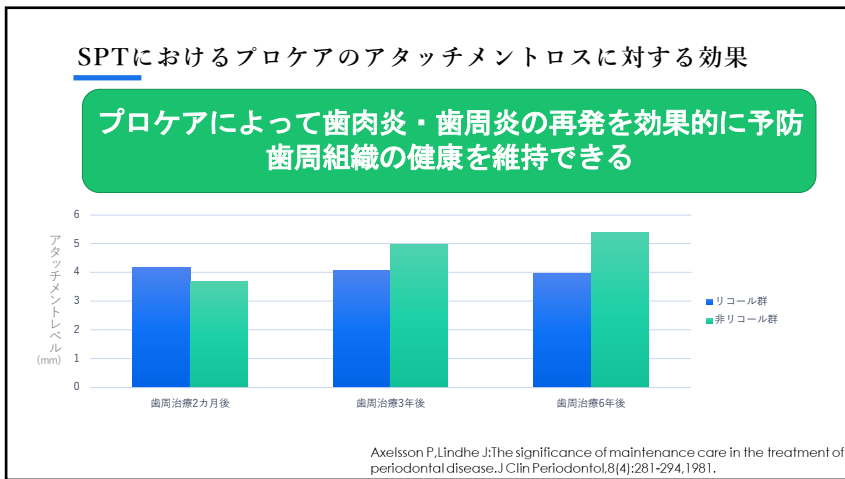
メンテナンスにおけるプロケアの効果



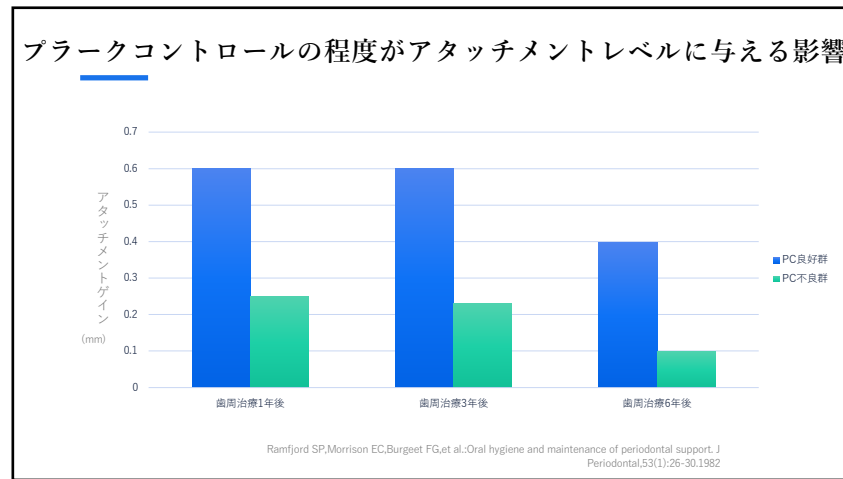
23



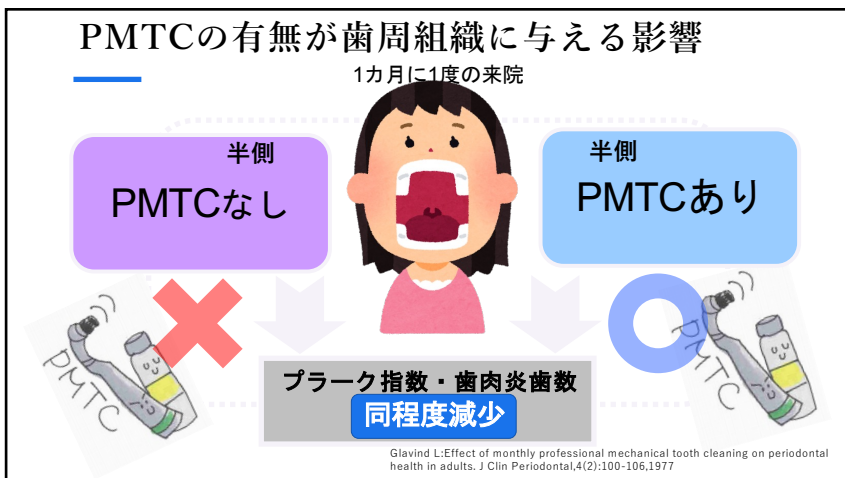
24



25



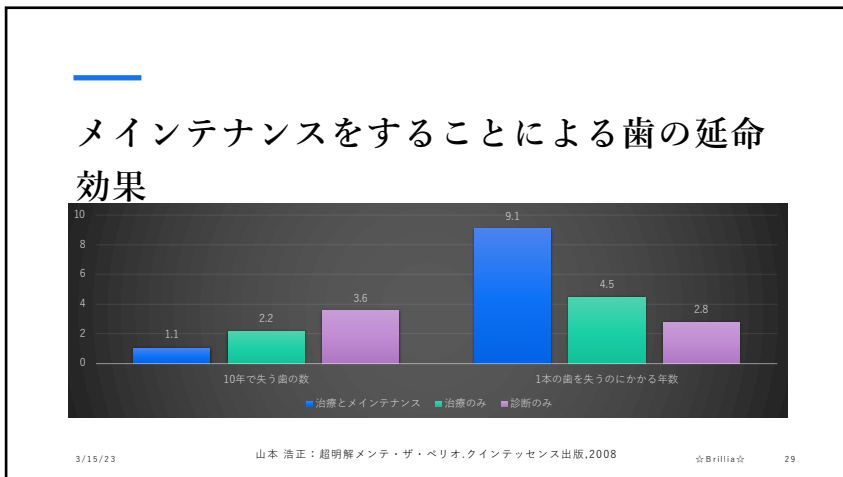
26



27



28



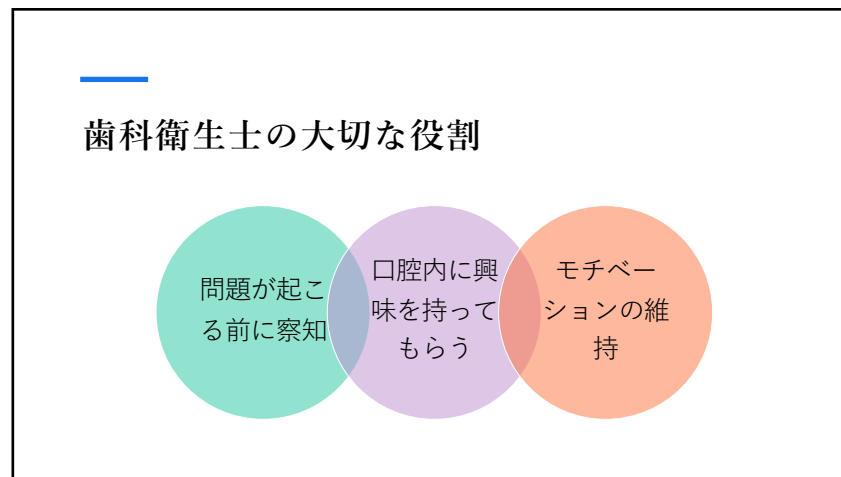
29

メンテナンスにおける 歯科衛生士の役割

30



31



32

歯科衛生士の 8つの視点

33

歯科衛生士としての留意すべき視点

歯肉を読む

BOPの有無

う蝕の有無

全身疾患等
の把握過剰な力の
察知

咬合

インプラ
ント

義歯

日本歯周病学会会誌歯科衛生士コーナー57巻3号「メンテナンス・SPTにおける3つのポイント」参照

34

歯肉を読む

- ・ 治療終了時や前回のメンテナンス時と比較します。炎症があれば、ブラークの存在を示していますので、セルフケアの方法、唾液の量の変化や口呼吸などブラークが付着している原因を探ります。口腔内写真は継続的に比較ができるよう、規格性をもって撮影しておくことが重要です。

35


35

歯肉を読む

歯のカタチ・歯肉のカタチ・歯肉の色

36

歯肉退縮



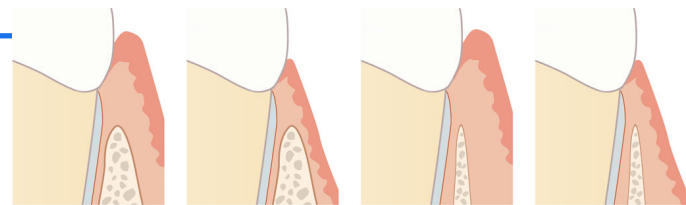
解剖学的要因
 ・薄い歯肉
 ・薄い歯槽骨
 ・歯科矯正治療後

内部からの力
 ・咬合性外傷

機械的刺激
 ・オーバースラッシング

その他
 ・不適当な補綴物
 ・歯周外科処置後

37



Type1

Type2

Type3

Type4

メイナーダの分類

Type1: 歯槽骨が厚く、付着歯肉も十分にある
 Type2: 歯槽骨は厚いが、付着歯肉は少ない
 Type3: 歯槽骨は薄い、付着歯肉は十分にある
 Type4: 歯槽骨が薄く、付着歯肉も少ない

歯肉と歯槽骨の厚みの状態によって、**歯肉退縮のリスクを示す分類**のこと

38

BoP


- ・ブローピング時の出血は、炎症の状態を反映していることから、BOP陰性の場合、病態が安定していると考えられますが、陽性の場合、歯肉縁下のプラークの存在を疑い、対応が求められます。

2023/3/15 ☆ Brillia ☆ 39


39

BOP

BOP(+++)：多量の出血




ポケット測定前



ポケット測定中

活動期



ポケット測定後
出血 → 多量

BOPは歯周組織の崩壊だけでなく、血管と身体を蝕む

BOP → 歯周組織の崩壊

→ 血管の損傷 → 動脈硬化

→ 全身疾患 (脳疾患系、高血圧、心血管系、肺疾患系、糖尿病、低体重出産等)
最近ではアルツハイマー性痴呆、自己免疫疾患、臓器の老化等

40

40

う蝕

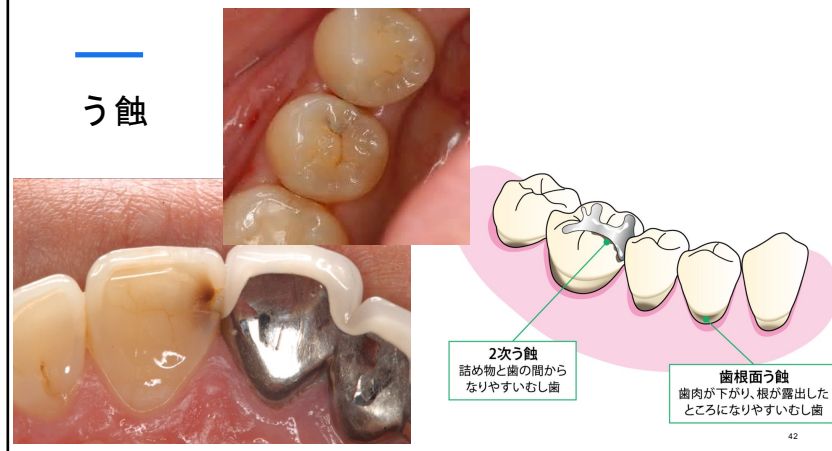
白濁や脱灰、歯の変色、二次う蝕、根面う蝕、隣接面う蝕などを確認します。

2023/3/15

☆Brillia☆ 41

41

う蝕



42

42

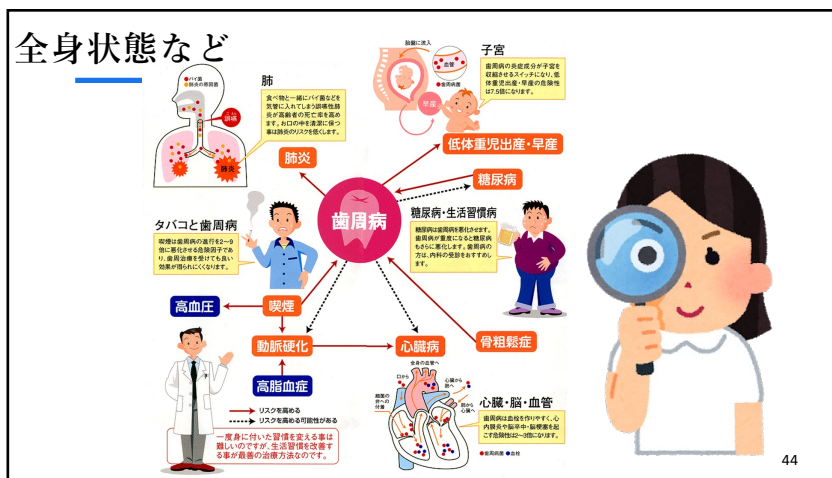
全身状態など

口腔内の情報収集ばかりでなく、生活習慣病や新たな疾患、服用薬の変更や追加、喫煙の有無、認知症や肢体の動きの制限等の加齢に伴う変化や思春期・妊娠期・更年期といったライフサイクルなども確認します。

43

43

全身状態など



44

44

全身的健康状態の診査

- 2～3年に一度くらいの頻度で初診時間診票を見ていただき、変更があるところは記録していただく（他の医療機関通院中であるか？服薬、アレルギーなど）
- 一般的には高血圧症、糖尿病、骨粗鬆症などの歯科に関わる病気
- 現在、内科、外科などを受療中か、否か（現症）
- 過去に診断を受けた慢性の病気（既往歴）
- それに伴って服用している薬



45

「いかがですか？」 「お変わりございませんか？」

- オープンクエスション
- 患者さんが一番気になっていることを話してくれる
- いつもと違う？ネガティブな様子が伺えても、単刀直入に聞かずに



46

過剰な力の察知

メンテナンス時には、炎症のコントロールとして、セルフケアの強化、PMTc、歯肉縁下のデブリッドメントを行うだけでなく、歯周組織に負担をかける過剰な力にも目を向ける必要があります。過剰な力は、咬耗、骨隆起、1～2歯に限定した歯の動揺、金属補綴物の著しいシャイニースポット、パラファンクション※1、アブフラクション※2、頬粘膜や舌にある歯の圧痕、数歯にわたる知覚過敏などから察知することができます。視診やエックス線写真により、歯冠部（摩耗等）、歯頸部（アブフラクション）、歯根部（歯根膜腔の拡大、歯根破折、セメント質剥離）に表れる過剰な力を察知して、その原因を探り、患者さんへ悪習癖の気づきを与えたり、ブラキシズムやTCHの是正指導などにも取り組んだりする必要があります。

2023/3/15

☆ Brillia ☆ 47

47

過剰な力の察知



48

咬合

上顎の唇頬側面に人差し指の腹をそっとおいて、静かに閉口し、かみしめてもらいフレミタス※3を探ります。時には、タッピング※4や下顎を前方運動、側方運動をしてもらい、歯の動揺を確認します。過重負担部位では、歯の動揺が進行し、骨吸収を促しますので、状況によって歯科医師に相談します。

- ・ フレミタス※3：動揺まで至らないわずかな振動があり、早期接触または咬合干渉がみられるもの。二次性咬合性外傷の診断に用いられます。
- ・ タッピング※4：咬合面に食物のない状態で連続的に早いスピードで下顎を開閉運動させ、カチカチと咬み合わせる運動。臨床的には、咬合、顎関節、筋などの検査・診断に利用されます。歯周組織に加わる力も弱く、間欠的なので、有害作用は比較的少ないです。

2023/3/15

☆ Brillia ☆ 49

49

咬合



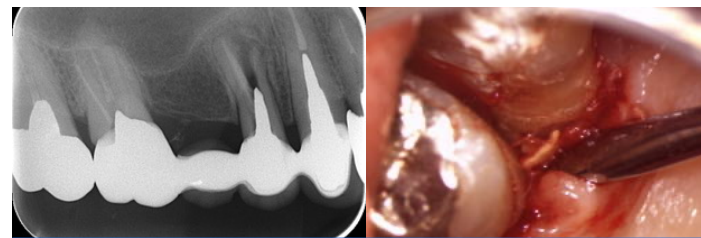
50

50

歯周病憎悪への咬合の関与を察知するポイント

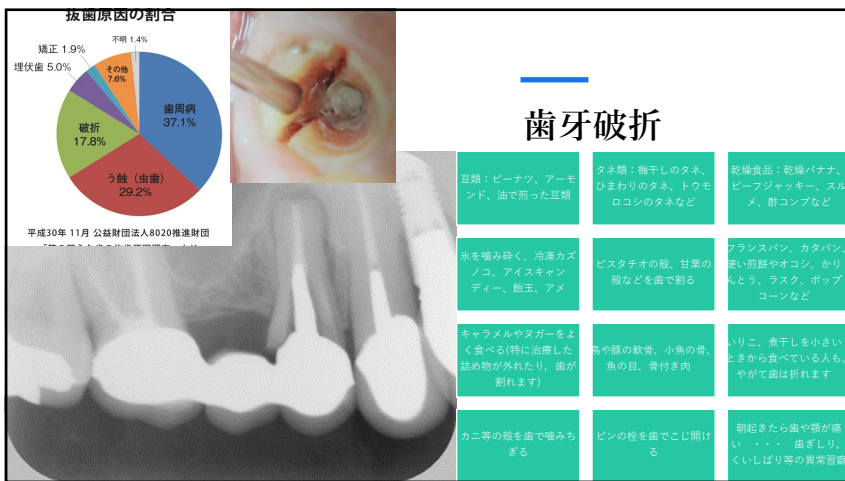


51

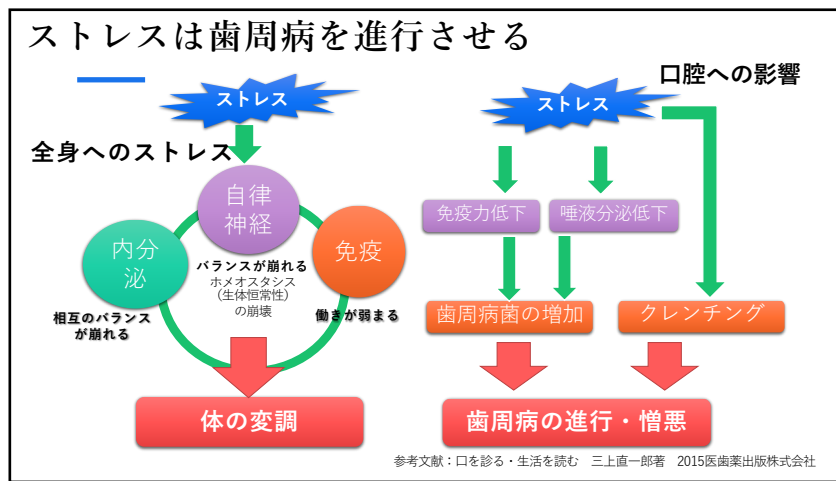


歯根破折・セメント質剥離

52



53



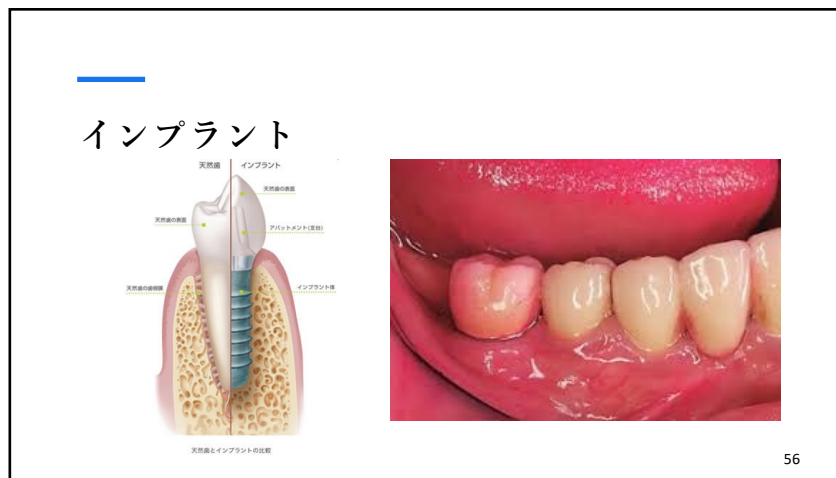
54

インプラント

インプラント周囲炎の早期診断と治療を行うためにも、残存歯の歯周組織とともに、インプラント周囲組織の継続的なモニタリングが必要です。インプラント周囲炎、アバットメントと上部構造の間の緩み、プラークの付着状況の評価します。上部構造あるいはアバットメントにプラークの付着や歯石の沈着が認められた場合には、インプラント用の超音波スケーラーチップやインプラント用の手用スケーラーを用いて除去します。なお歯石沈着は、プラークの存在を意味しているので、セルフケアの強化がかかせません。

2023/3/15 ☆B rillia☆ 55

55



56



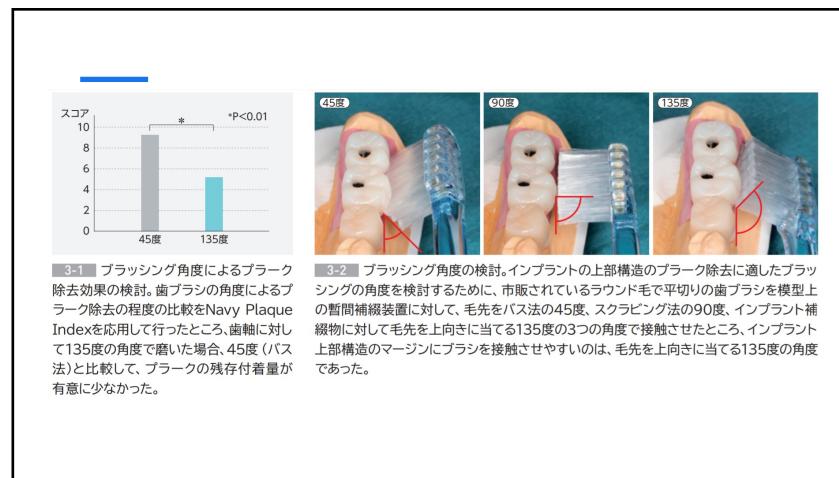
57



58



59



60

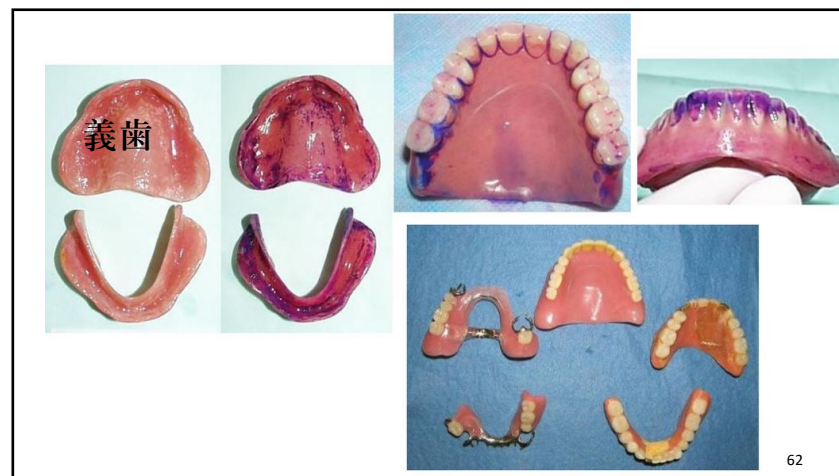
義歯

- ・義歯を装着している場合には、適合性や義歯のプラークの付着状況、義歯床下の粘膜の傷などもあわせて確認します。

2023/3/15

☆Brillia☆ 61

61



62

62

メンテナンスの流れ

- ・メンテナンスってどんなことをするの？

☆Brillia☆ 3/15/23

63

63

メンテナンスの内容

悪くなっていないか、悪くなるようなことが起こっていないかの確認

- ・問診・検査

悪くならないための対応

- ・セルフケアの強化・プロフェッショナルケア

64

メンテナンスの目的

悪くはないか、悪くなるようなことが起こっていないかの確認

- ・早期発見・早期治療→二次予防

悪くならないための対応

- ・むし歯、歯周病などを発症させない→一次予防

メンテナンス≠クリーニング

歯周病は完治しない
危険因子を見逃さない

65

早期発見・早期治療→二次予防

- ・経過観察
- ・危険因子の早期発見

むし歯、歯周病などを発症させない→一次予防

- ・モチベーションの維持
- ・セルフケアのチェック
- ・プロフェッショナルケア

66

メンテナンスの 目的 <ミッション>

モチベーションの維持

セルフケアのチェック

プロフェッショナルケア

危険因子の早期発見

経過観察

67

モチベーションの維持

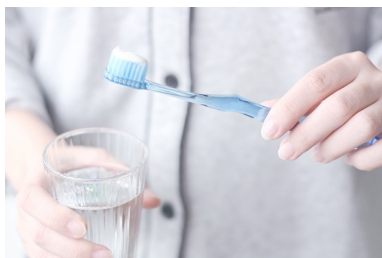
- ・歯周病に完治はない
生活環境の変化
体調
歯科医院への通院頻度
セルフケアの度合い など
- ・ケアを長く続けてもらうことが大切



68

セルフケアのチェック

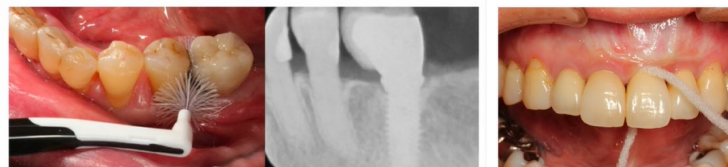
- 一人一人に合わせた指導
- 指導内容は1回につき2～3個まで
- 患者さん自身に目標を決めさせる



69

プロフェッショナルケア

- セルフケアに限界がある箇所
細分岐部病変



70

危険因子の早期発見

- 何が危険因子となるのか？
不良補綴物
外傷性咬合
清掃不良（病原性の高い菌の増加）
生活環境の変化 など
- 危険因子を分かっていないとチェックできない！



71

経過観察

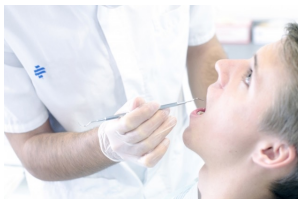
- 記録を残すこと！
口腔内写真
歯周検査
エックス線検査
現症（歯式） など
- 誰が見ても分かる方法であることが大切



72

患者の変化に気づくことの重要性

- 患者自身の生活環境の変化→口腔内に直結
 - 仕事
 - 過程
 - 子ども
 - 友人
 - 自分自身に時間をかけられる状況でなければ難しい
- 共感、提案
 - 「毎日3回、きちんと全部を磨きましょう！」
 - 「毎日歯間ブラシを使いましょう」



73

メンテナンスの流れ

01
導入

02
チェック

03
プロケア

04
まとめ

3/15/23

☆BRILLIA☆ 74

74

導入

1

2023/3/15

☆Brillia☆ 75

75

導入

- 確認
- 誘導
- 患者さんのコンディション
- 問診（医療面接）

76

76

データ

データ (資料)

- 初診時の主訴
- 口腔内写真
- レントゲン写真
- 歯周検査
- 歯科衛生士のカルテ

での生活習慣
らの治療プロセス
からの意識と行動

残された派の意義 (残した理由、
メリットなど)

77

患者さんを診る

- 全身疾患 (服用薬剤)
- 身体機能障害 (目・耳・手・足)
- 食事 (食欲・嗜好)
- ストレス・悩み
- セルフケアへの意欲
- 食生活 (飲食回数・規則性)
- 仕事
- 家族構成
- 趣味
- 睡眠時間
- 喫煙

78

チェック

2

2023/3/15

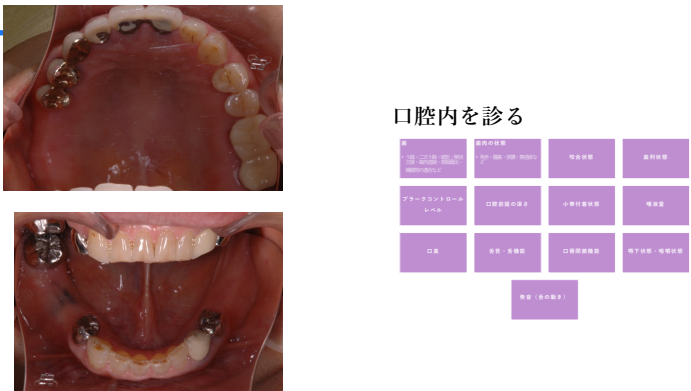
☆Brillia☆

79

チェック

- 診査・検査
- セルフケアのチェック

80



口腔内を診る

歯肉の健康 歯肉炎、歯肉腫、歯肉退縮	咬合状態 咬合不全、咬合不正	歯牙状態 歯冠、歯根、歯槽膿漏	歯肉状態 歯肉炎、歯肉腫、歯肉退縮
顎関節症 顎関節炎、顎関節症候群	口腔粘膜の状態 口腔粘膜病、口腔乾燥症	小児科歯科 小児歯科、小児矯正	検査法 視診、触診、X線検査
口臭 口臭、口臭症	歯周病 歯周炎、歯周病	口腔癌 口腔癌、口腔癌前症	歯下検査、歯根検査
検査（視診、触診）			

81



プロケア

2023/3/15 ☆Brillia☆ 82


82



プロフェッショナルケア

- セルフケアのアドバイス
- 必要のある部位の治療
- プロフェッショナルケア

83



効果的なブラッシング指導

効率的にできる磨き方

ブラークの染め出しばかりに頼らず、歯肉をよく見てもらう

分かりやすく達成しやすい目標を立てる

指導は見やすく効果の出やすいポイントを選ぶ

歯肉が改善したとき、その都度見てもらい努力を賞賛

84

プロフェッショナルケア

まず、患者さんの口腔内の状態を知り
オーダーメイドのケアを行う

急がない


クリーニングの原則

痛みを与えない

傷付けない

長期にわたって患者さんとお付き合いしていくためのテクニックも必須

歯の表面を傷つけると、それがバイオフィルムの温床になってしまう場合がある



2023/3/15 内山 茂、渡多野映子：新PMTC 予防・メンテナンス・SPTのためのプロケアテクニック 原典業出版、2016 Brillia ☆ 85

85

まとめ

4



2023/3/15 ☆Brillia☆ 86

86

まとめ

- メンテナンス・SPTの目的
- 処置内容
- 状態確認
- 目標設定
- 約束



87

87

「〇〇さんお疲れさまでした」

処置内容・現状確認

- 鏡で見てもらおう
- 舌で触ってもらおう
- リスクの高い部位
- プラーク付着部位
- 今日やったこと
- 今回の状態



☆Brillia☆ 3/15/23 88

88

次回までの約束

次回までの間隔

- ・ 1ヵ月
- ・ 2ヵ月
- ・ 3ヵ月
- ・ 4ヵ月
- ・ 半年

次回までの目標

- ・ PCR 5% 下げる
- ・ 歯間ブラシを1週間に1回使用
- ・ 下顎前歯舌側に歯石沈着なし
- ・ 最後臼歯の遠心面にブラシが当たっているか？
- ・ 食いしばりを意識する

2023/3/15 ☆Brillia☆ 89

89

メンテナンス・SPTの時間配分

病状悪化 モチベーション低下

所要時間

■チェック ■指導 ■ケア ■まとめ

所要時間

■チェック ■指導 ■ケア ■まとめ

2023/3/15 ☆Brillia☆ 90

90

メンテナンス・SPTの時間配分

	■チェック	■指導	■ケア	■治療	■まとめ
スタンダード	2	3	4	0	1
モチベーション低下	3	3	3	0	1
免疫力低下	2	2	4	1	1
病状悪化	2	2	3	2	1

2023/3/15 ☆Brillia☆ 91

91

生活の変化

健康面の变化

- ・ 病気、入院、手術、新たな薬の服用、喫煙・禁煙

家族の変化

- ・ 受験、結婚、引っ越し、離婚、出産、死亡

職業面の变化

- ・ 失業、転職、退職、異動

免疫力低下をもたらす要因

✓ **加齢**

体内臓器萎縮、機能低下によって免疫細胞の活力も低下。

✓ **外的要因**

・ 環境汚染
・ ウイルス・病原菌
皮膚や口、鼻を通して体内に侵入。免疫力低下の一因に。

✓ **生活習慣**

・ 睡眠不足 ・ 偏った食生活 ・ 運動不足 ・ 喫煙・飲酒
・ ストレスフルな生活(仕事/人)

加齢に負けない体力作りには生活習慣の改善が欠かせない。

92

私のメンテナンス時間配分

45分予約 (持ち時間30分)	60分予約 (持ち時間45分)
導入 (10) ・観察・問診・会話	導入 (10) ・観察・問診・会話
チェック (5) ・口腔内全体・リスク部位・プラーク・炎症	チェック (15) ・口腔内写真・リスク部位・歯間ポケット・BOP・PCR・検査結果の比較
プロケア (10) ・口腔内全体・リスク部位・プラーク付着部位・出血状況	プロケア (15) ・口腔内全体・リスク部位・プラーク付着部位・出血状況
まとめ (5) ・紙でチェック・PCR結果用紙・指導のおさらい・次回の約束	まとめ (5) ・紙でチェック・精密検査用紙・PCR検査用紙・指導のおさらい・次回の約束

2023/3/15 ☆Brillia☆ 93

93

私のプロケア内容

スケーリング	ポケット内洗浄	デブリドメント	歯面研磨	PTC
・超音波スケーラー	・超音波スケーラー	・超音波スケーラー ・キュレットスケーラー	・ハンドピース ・ラバーカップ ・エアフロー	・歯ブラシ ・歯間ブラシ ・フロス ・スーパーフロス
歯肉線上歯石	4 mm以上のポケットの存在	4 mm以上のポケット+出血・発赤・腫脹(軽度)	歯面バイオフィーム	プラークなど

2023/3/15 ☆Brillia☆ 94

94

実際に使用しているメンテナンス道具

染め出し液	超音波スケーラー (EMS・キャビトロン)	ハンドピース (ラバーカップ・研磨剤)
歯ブラシ (患者さん持参)	フロス・スーパーフロス	エアフロー

2023/3/15 ☆Brillia☆ 95

95

メンテナンスが続かない理由とは？

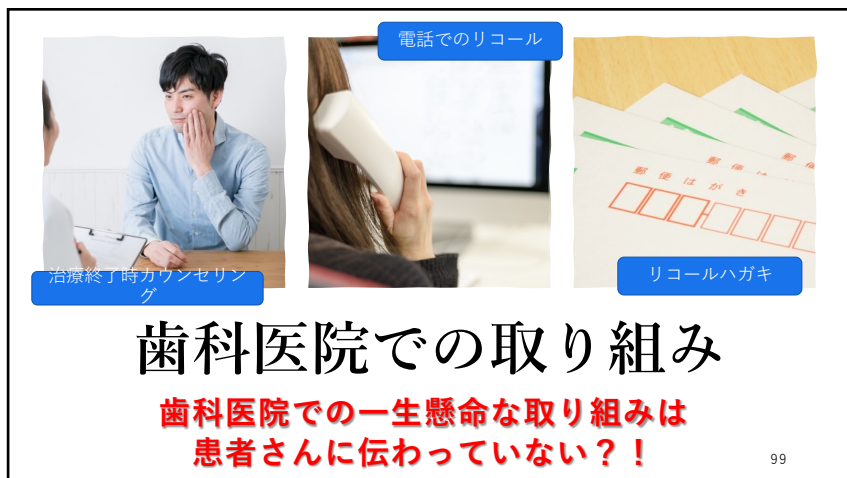
96



97



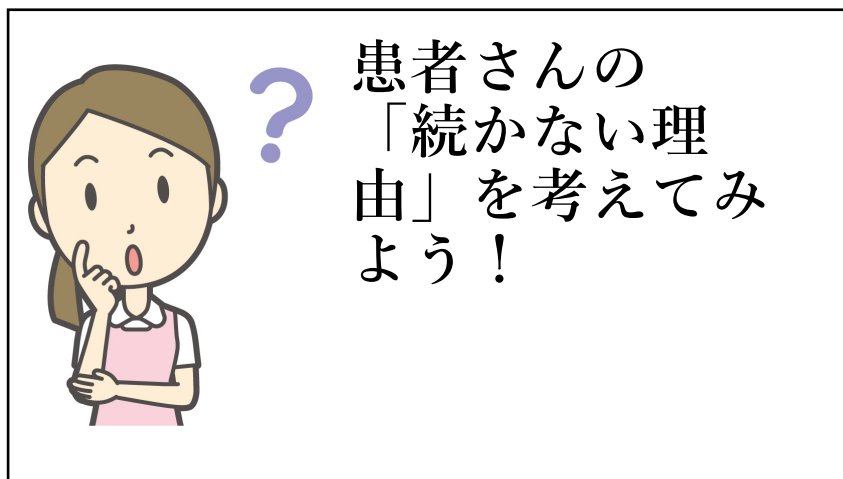
98



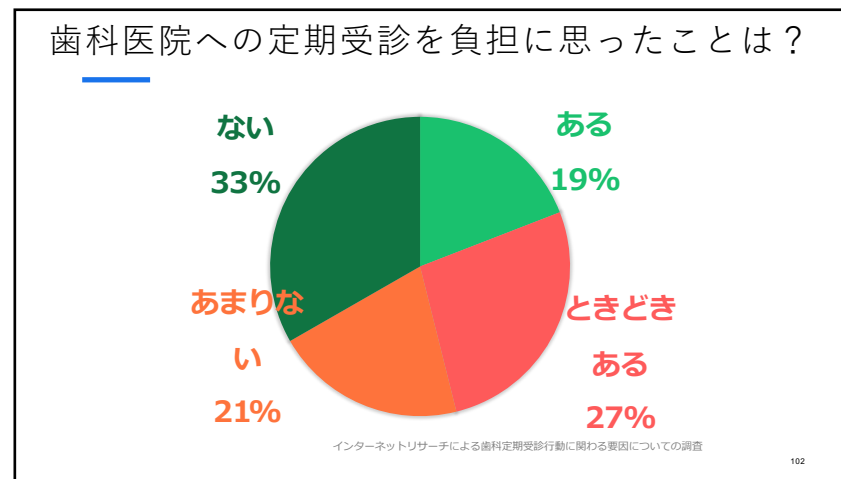
99



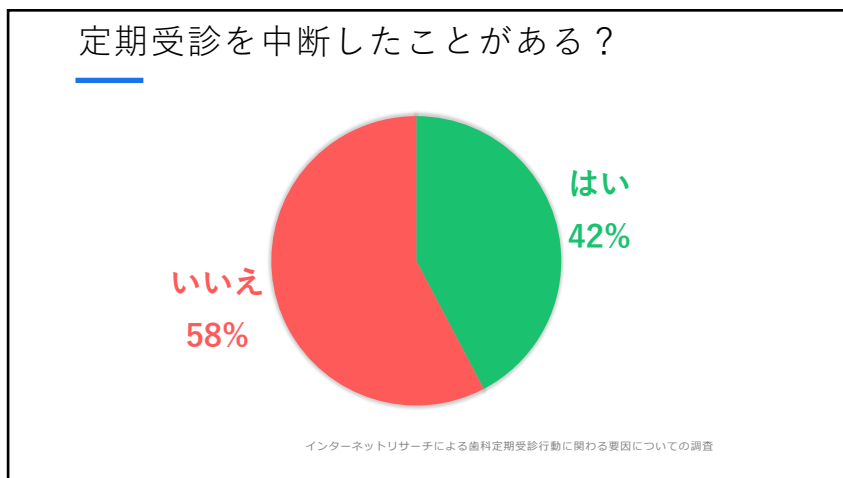
100



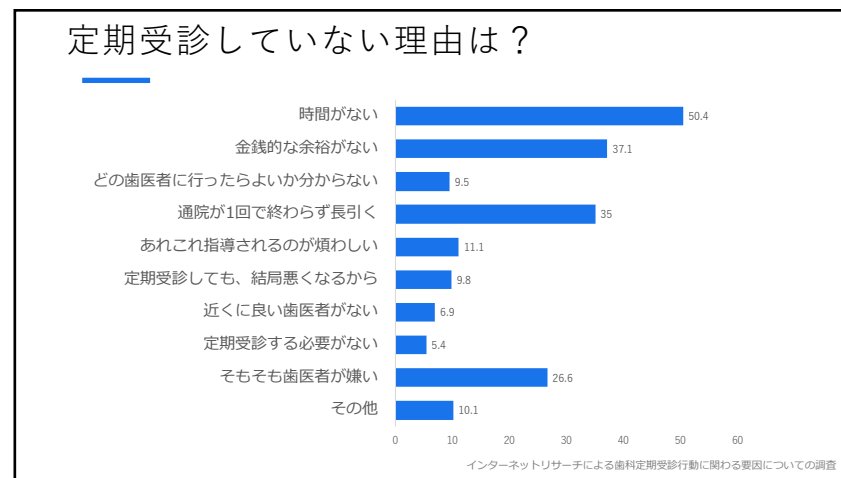
101



102



103



104

患者さんの「期待すること」を
考えてみよう！



105

患者さんが「期待する」キーワードとは…

虫歯	時間・回数	治療	指導・アドバイス	歯石除去・クリーニング
予防	料金	早期発見	歯周病	

インターネットリサーチによる歯科定期受診行動に関わる要因についての調査

106

通院する歯科医院の特徴とは…

続かない理由って何だろう??

インターネットリサーチによる歯科定期受診行動に関わる要因についての調査

107

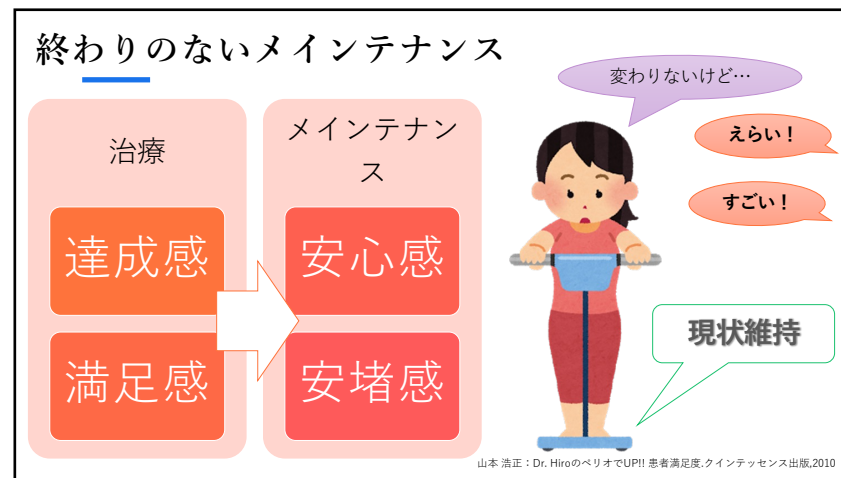
患者さんの誤解

- 主治医は先生と歯科衛生士さん
- 私はチェアで寝転んで口を開けるだけ～
- 治療したら治る
- 病気は飲み薬で治る
- 歯石取りすれば大丈夫でしょ？
- むし歯や歯周病は治ったから大丈夫！

108



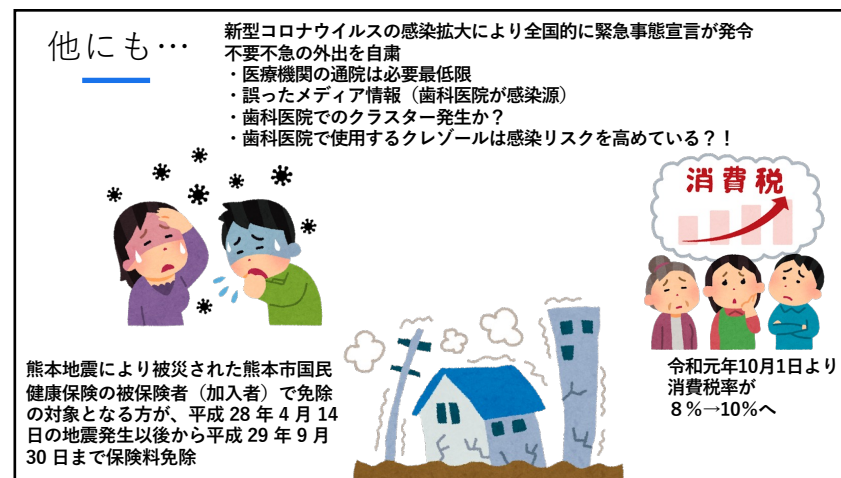
109



110



111



112

中断・キャンセルは
誰のせい？

113

途中で来院されなくなるのは
患者さんサイドの問題？

114

信頼関係が築けていたと思っていた患者さんが！

- ◆患者さんの表情の変化に気づく
- ◆フィードバックをする
- ◆一方的なコミュニケーションは避ける

115

もしかしたら歯科医院サイド（私）のせい？

- 痛み
 - ・歯科衛生士が変わって痛いクリーニング
 - ・ずっと口を開けておくことが苦痛
- 言葉
 - ・何となく行きたくない
 - ・どうせ分かってもらえない
- モチベーション
 - ・メインテナンスに行く価値あるの？
 - ・メインテナンスにお金も時間もかけられない

116

気持ちの良いクリーニングをしていますか？

- ・患者さんの歯科医院に対するイメージ
- ・「痛くされるところ」「不快なところ」「治っている実感がない」



117

言葉

- ・ 傷つけるような表現
- ・ 責めるような表現
- ・ ネガティブアプローチ



118



119

距離感



120

中断し、再来院された時の対応

温かく迎える

- ・顔が見れてうれしい
- ・お元気で
- ・心配していました

データの悪化

- ・患者さん自身が反省材料と感じていただけるならば成功

悪化なし

- ・一緒に喜ぶ
- ・ハラハラ感はもう嫌だと感じていただけるならば成功



121

モチベーションアップの アプローチ法

122

メンテナンスに行かなきゃ！

メンテナンスとSPTの「良さ」「目的」を伝え続けること

専門家のワンポイントアドバイス

「やりたい」「やってみよう」をうまく引き出す

注意や指導の仕方

123

メンテナンス・SPTの「良さ」を伝えていますか？

お疲れさまでした。
今日はこれで終わりですよ。

次は2カ月後に来てくださいね
♪

また歯石取りに来てくださいね！



124



メンテナンスの「良さ」
「目的」を伝え続けること

125

「そうか!」「なるほど!」と思ってもらえるワンポイントアドバイスをしよう

歯磨きで上手く磨けていない箇所とその磨き方	どんな道具を使うとうまくできるか (フロスやワンタフトブラシ)	虫歯予防に最適な歯磨き粉	着色汚れを予防できる歯みがき粉	歯肉退縮しやすい口腔内の特徴
ブラッシング圧を弱めるための工夫	食後30分後の歯みがきが何故いいのか	虫歯になりにくい間食 (おやつ)	口腔内細菌と誤嚥性肺炎	ムセと口腔機能低下
	唾液のすごい力 唾液腺マッサージ	食べること=生きること		

126

向こうからやりたい気持ちにさせる 相手の気持ちに寄り添うと、動いてもらいやすい

「理由」	<ul style="list-style-type: none"> 歯みがきをすることによって口腔内細菌を減らすので、虫歯や歯周病を予防することができます。 夜寝る前の歯磨きは、寝ている間に細菌が最も増えるため、有効なのですよ
「同情」	<ul style="list-style-type: none"> 毎日のことなのですが、習慣化することは本当に難しいと思います。お忙しいですね。 なかなかお酒を飲んだ後はしっかり歯みがきできませんよね～
「選択」	<ul style="list-style-type: none"> やっても、やらなくても構いません。もしよかったら… 面倒でなければワンタフトブラシも使ってみてください

参考資料：エドワード・L・デシ『内発的動機づけ』、安藤延男・石田梅男訳、誠信書房、1980年

127

命令形から質問形へのアドバイス

～してください → ～していますか？
～しないでください → ～しないでみませんか？

奥歯はしっかり注意して磨いてください。
奥歯はしっかり注意して磨いていますか？

押付け
うっとうしい
偉そうに感じる
上から言われている…

128

注意や指導の仕方

！メッセージで伝えよう！

「歯間ブラシを使ってください」

「もっときれいに磨いてください」

129

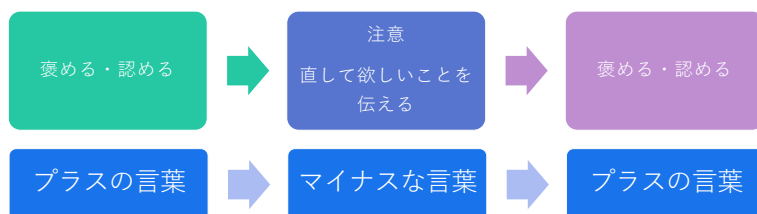


サンドイッチ 話法

・ 注意する・叱る・お願いする

130

サンドイッチ話法



131

注意や指導の仕方

サンドイッチ話法で伝えよう！

「歯間ブラシを使ってください」

「もっときれいに磨いてください」

132