



社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

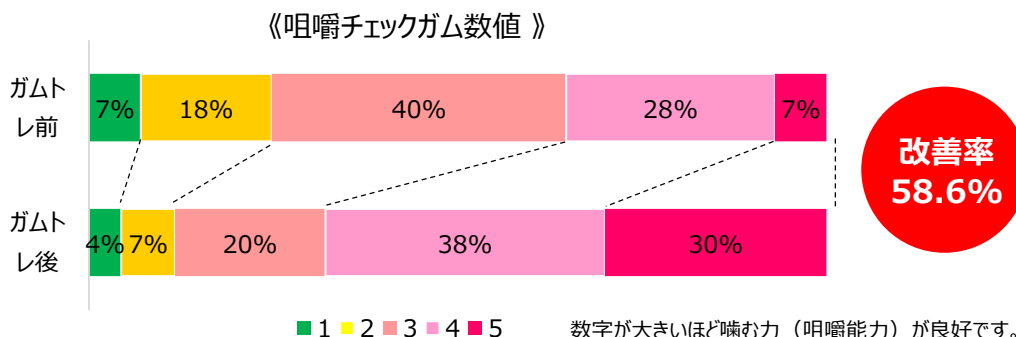
株式会社ロッテ
2024年4月12日(金)

約6割が咀嚼能力アップ！約4割がお口ポカンやいびきが改善！ ～保護者も実感！フーセンガムトレーニングによる口腔機能の改善～ 山口県内約1,300名の年長園児がフーセンガムトレーニング実施

株式会社ロッテ（本社：東京都新宿区、代表取締役社長執行役員：中島英樹）は、「健口スマイル推進事業の展開に関する連携協定」を締結する公益社団法人山口県歯科医師会（会長：小山 茂幸、以下山口県歯科医師会）と、口腔機能向上を目指し、山口県内44園、約1,300名の年長園児が2023年10月より2か月間、園や家庭でフーセンガムトレーニングを実施しました。この度、本取組を受け保護者・先生を対象に、フーセンガムトレーニングによる咀嚼能力の発達、お口ポカン、滑舌、いびきの改善度や取組満足度等についてアンケート調査を行いました。



フーセンガムトレーニングの様子



■保護者から「よく噛んでいない子に気付くことができた」「滑舌が良くなったように感じる」など好評の声多々！

「唾液の量」「咬み合わせの面積」「舌の力」「唇・舌・顎関節の運動機能」など複合的な因子で総合的に咀嚼能力を評価することができるキシリトール咀嚼チェックガム（※1）を用いて、トレーニング前後の咀嚼能力を測定したところ、2か月のトレーニングによる改善率は58.6%（回答343名中）という結果に。また、保護者へのアンケート調査（637名回答）によると、トレーニング前は食事中にペチャペチャと咀嚼音になっていた園児の過半数が、咀嚼音が改善していることがわかりました。また、昼間（何もしていないとき）に口が開いてしまう（お口ポカン）園児の保護者に、トレーニング後のお口ポカン改善有無を質問したところ、44%が「改善した」、「やや改善した」と回答。「歯ごたえのある食品の喫食」、「睡眠時の口の開き」、「睡眠時のいびき」「食べこぼし」についても40%以上が改善したことがわかりました。先生方（41名回答）からも「毎日楽しんで取り組むことができた」、「自分の歯や噛むことに興味をもつようになった」などの声が寄せられ、取組満足度も90%が「とても満足」、「やや満足」と回答し、とても高いことがわかりました。

（※1）商品紹介サイト：<https://www.oralcare.co.jp/product/post-32.html> 商品説明書：https://www.oralcare.co.jp/product/images/soshaku_ss.pdf



フーセンガムトレーニングの様子





社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

「トレーニングにより子どもの口腔について改善したこと／保護者の意識・行動変化（一部抜粋）」

【子どもの口腔】

- ・ 口を開けて寝ることが改善されているような気がする
- ・ 生野菜などかみごたえのあるものもよく食べるようになった
- ・ 口の動かし方が大分よくなり、発語に意識しながら話す様子が見られるようになった
- ・ 食事中に疲れたと言っていたが、最近は言わなくなった

【保護者意識】

- ・ 噛みごたえのある食材を使ったり、家でのおやつでガムを食べるようになった
- ・ よく噛んで食べているかに注目して見守るようになった

「担任の先生のトレーニング満足度や子どもたちの変化（一部抜粋）」

- ・ 口を開けて食べ物を噛んでいた子どもに口を閉じてガムを噛むよう声をかけ、意識して口を閉じるようになった
- ・ 食事のペースが緩やかな子どもの咀嚼力が強くなり、早く食べられるようになった
- ・ 子どもたちがフーセンガムトレーニングを楽しみながら行っているため、トレーニングに積極的になり、友達同士で教え合ったり家庭でも練習したりするようになった

公益社団法人山口県歯科医師会 小山会長 コメント



近年、お口ポカンや上手に食事を取れない子どもが増えてきており、口腔機能に関する適切な情報提供や指導を行う必要性が高まっている中、一昨年山口県内の幼稚園で実証実験を行った結果、フーセンガムトレーニングでお口の機能が高まる結果が出ました。そこで、昨年山口県内44園でフーセンガムトレーニングを導入した結果、多くの園児で咀嚼能力の向上や日常生活でのお口ポカンや食事・睡眠時での口の開きが改善されるとともに、意識や行動変化も促すことがわかりました。改めて、子どもたちが楽しみながら実践できるフーセンガムトレーニングの可能性を大いに感じましたし、今後も子どもたちの健全な口腔機能の発達を促すために、本事業を推進してまいります。

■フーセンガムトレーニング取組概要

山口県内の保育所、幼稚園、認定こども園にフーセンガムトレーニング取組の募集案内、トレーニングの方法・流れ、フーセンガムトレーニングによる口腔機能向上エビデンス等の説明資料を送付し、健口スマイル推進事業のホームページから申し込みいただいた園へフーセンガムを提供、トレーニングを実施。

【対象】保育所、幼稚園、認定こども園の年長児童

【配布】キシリトール品質フーセンガム（2か月分）、咀嚼チェックガム、説明動画DVD

咀嚼チェックガムスコア記録用紙、膨らませ方説明用紙

【方法】園の活動の中でフーセンガムトレーニングを2か月間実施（2023年10月～12月）

【評価】トレーニング前後で咀嚼チェックガムによる咀嚼能力を測定

トレーニング後に口腔機能の変化に関するアンケートを実施し集計



咀嚼チェックガム



社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロット」

■フーセンガムトレーニングにより、児童の口腔機能が向上！ ガムを噛むことで口腔発達だけでなく、運動能力や記憶力・集中力への良い影響も！

近年、歯ごたえのある食物を噛めない、上手に飲み込めないといった子どもが増加しており、口の発達の重要性が認識され、口腔機能発達不全症の管理が2018年より保険収載されました。また、口腔機能発達不全の一つである口唇閉鎖不全（お口ポカン）はむし歯や歯周病、鼻閉、アレルギー、歯並びの悪化など様々なトラブルの要因と言われています。一方、山口県内の保育所、幼稚園、認定こども園等を対象にしたアンケート調査結果（*1）から子どもたちの口腔機能の低下を懸念する声が多く挙がりました。そのための対策として手軽に楽しく口腔のトレーニングができるフーセンガムの実証実験を、学校法人徳山めぐみ幼稚園（山口県周南市／園長：村田 佳奈）で2022年に行いました。その結果、フーセンガムトレーニングを70日間行うことで、咀嚼能力および唇の巧緻性の向上が認められ、子どもの口腔機能の健全な発育の一助になる事が分かりました（*2）。

*1：健口スマイル推進事業 子どもの口腔衛生に関するアンケート（2021年）

*2：リリース参照 <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000009.000110734.html>（2023年6月8日）

【ガムを噛むメリット】

①口腔の発達：

口腔機能の発達不全は、口の健康だけではなく、生活まで悪影響を及ぼします。子どもたちのお口周りの筋力低下の原因としては、やわらかい食べ物が増え食事で噛む回数が減っていることが挙げられます。この状態を改善するためには、口を閉じる習慣を身につけたり、口を閉じたり舌を動かす筋肉のトレーニングが重要です。2022年に徳山めぐみ幼稚園で行った実証実験等でフーセンガムトレーニングが口腔機能やお口ポカンの改善に役に立つことがわかっています。

参照 <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000009.000110734.html>

②テストの点数：

中学生を対象にした研究では、14週間継続的にガムを噛みながら勉強することで、噛まないで勉強した子どもたちより、数学テストの点数の増加が大きかったことが報告されています。脳が活発に働くことで注意力や集中力が向上することもわかっています。

出典：J Adolesc. 2012;35(2):455-459

③足の速さ：

中学生の女子生徒で、継続的にガムトレーニングした子どもたちの方が、ガムトレーニングをしなかった子どもたちより、スタートから10mの足の速さが約0.1秒速くなったことが報告されています。

出典：スポーツ歯学 2020;24(1):12-17.

④免疫：

5分間ガムを噛むことで、唾液中に約2.5倍の免疫物質が分泌されることが報告されています。

出典：薬理と治療 2020;48(12):2161-2166.

「健口スマイル推進事業」とは

公的機関(山口県・山口県歯科医師会・山口県歯科衛生士会)と民間事業者(ロッテ・サンスター・ライオン・山口フィナンシャルグループ)、それぞれが持つ特性や知見を連携・融合させ、「健康と笑顔は口元から」を合言葉に、口腔衛生意識の向上を通じ山口県民の健康寿命の延伸を応援する事業です。

(1)学校から家庭、職場における口腔ケア意識を定着化させ健康寿命の延伸を応援します。

(2)かかりつけ医の定着による歯科定期健診の充実を目指します。

ロッテは、ESG中期目標として、健康のために「噛むことを意識し、行動する人」、「キシリトールを生活に取り入れる人」の割合を2028年までにそれぞれ50%とすることを目標として掲げ、事業展開しております。ロッテの掲げる目標や達成に向けた課題意識が一致したため、連携し、取り組みを行う運びとなりました。

口からカラダへ。





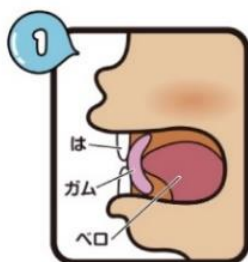
社名の由来である
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン
「シャルロッテ」

口の発育には「お口遊び」！吹き戻し、シャボン玉、フーセンガム…なつかしの遊びで口のトレーニングをしよう

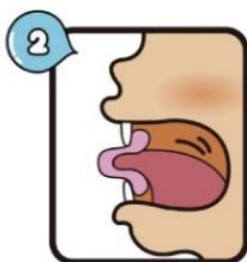
子どもの口周りの運動のためには、「シャボン玉」や「吹き戻し」など口をつかった遊びが効果的です。フーセンガムを膨らませることは「噛むこと」に加えて「舌を動かしてガムをまとめる・伸ばす」「口をしっかり閉じる」など、繊細な動きと筋肉運動が必要で口周りのトレーニングになると考えられます。

フーセンガムでガムトレ！

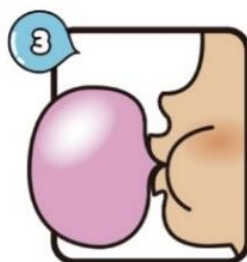
フーセンガムを噛むことはお子さまの口育につながります。



1 ガムがやわらかくなるまでよくかみ
平らに伸ばしたガムを
歯のうらにくっつける



2 上の歯と下の歯を少しあけながら
ガムの中にペロを入れて
ふくらます準備をする



3 いきをゆっくりふきこんで
フーセンみたいにふくらませよう！

あなたのお子さんは大丈夫？口腔機能の発達具合をチェック

ご自身のお子さんに症状があるかどうか、チェックしてみてください。複数当てはまったら要注意かもしれません。

日本歯科医学会（日本歯科医学会のチェックシートを参考に作成
<https://www.jads.jp/basic/pdf/document-200401-3.pdf>）

口腔機能の発達不全チェック

- check1 気がつくと口がポカンと開いてしまい、
顎が上がってしまう。
- check2 鼻もつまっていないのに、いびきをかくようになった。
- check3 強く噛みしめられず、
やわらかいものばかり好んで食べている。
- check4 食べ物を口に入れてからなかなか飲み込めない。
- check5 5歳以上の子どもの滑舌が気になる。
特に「力行・サ行・タ行・ナ行・ラ行」がしっかり言えない。
- check6 食事の際、片側の歯・顎ばかりで噛んでいる。