

歯科健康診査 マニュアル

～歯科医院直接受診型～

平成28年2月

新潟県歯科医師会
新潟県歯科保健協会

目 次

歯科医院直接受診型歯科健診の流れ.....	2
歯科健康診査票 様式	3
●診療所・歯科保健協会用（1枚目）.....	3
●事業所用（2枚目）.....	4
●受診者用（3枚目）.....	5
●歯科健康診査票記入例.....	6
歯科健康診査の実施について.....	9
問診項目に応じた保健指導について.....	13
保健指導のツールに！パンフレットのご紹介.....	16

歯科医院直接受診型歯科健診の流れ

①受診者来院

受診希望者を受診券で確認したうえ
健診・保健指導を行う。
※受診券は確認後、受診者へ返却

受診者は…
協力歯科医院へ予約を入れ、
受診券と歯科健康診査票（問
診項目を記載）を持参します。



②歯科健診の実施

【健診項目】

- ・現在歯・喪失歯の状況
- ・歯肉の状況（BOP・PD）
- ・口腔清掃状況
- ・歯石の付着
- ・その他の所見

* 歯肉の状態はCPIブ
ローブを用いて測定
する。



③健診結果の判定

健診結果の判定に基づき「異常なし」「要指導」及び「要精密検査」とする。

④歯科保健指導の実施

問診項目及び健診結果に基づいた保健指導を行い、歯ブラシ、パンフレット等を配布する。

※パンフレットのご紹介：P16

【健康診査票の取り扱いについて】

- 1枚目（歯科診療所用）
⇒ 医院で保管（5年間）
- 2枚目（事業所用）
⇒ 受診者に返却
- 3枚目（受診者用）
⇒ 受診者に結果説明をして返却



⑤会計

1名あたり3,000円（税込）徴収し、領収証を発行する。

注1) 歯科健診の結果、引き続き協力歯科医院を受診する場合は、初診料の算定は不可、レセプト摘要欄に歯科健診からの移行を記載のうえ、再診料から算定。

歯科健康診査票 (事業所用)

(太枠の中をご記入ください。)

診査日 年 月 日

健康保健被保険者証の記号番号	被保険者・被扶養者の別 被保険者・被扶養者	事業所名
氏名(ふりがな)	男 生年月日 女 昭・平	年 月 日 生まれ (歳)

該当する回答の脇に「✓」チェックをつけてください。

1 現在、ご自身の歯や口の状態でご気になることはありますか	はい	いいえ
1) 噛み具合が気になる	はい	いいえ
2) 外観が気になる	はい	いいえ
3) 発話が気になる	はい	いいえ
4) 口臭が気になる	はい	いいえ
5) 痛みが気になる	はい	いいえ
6) その他 ()	はい	いいえ
2 ご自身の歯は何本ありますか かぶせた歯(金歯・銀歯)、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます。 ⇒本数もご記入ください。	20本以上	19本以下
歯の本数 () 本		
3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか	左右両方かめる	片方かめる 両方かめない
4 歯をみがくと血がでますか	いつも 時々	いいえ
5 歯ぐきがはれてブヨブヨしますか	いつも 時々	いいえ
6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか	いつも 時々	いいえ
7 かかりつけの歯科医院がありますか	はい	いいえ
8 仕事が忙しかったり休まず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか	はい	いいえ
9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか		
1) 糖尿病の治療を受けている	はい	いいえ
2) 脳卒中の治療を受けている	はい	いいえ
3) 心臓病の治療を受けている	はい	いいえ
10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	はい	どちらともいえない いいえ
11 自分の歯には自信があったり、人からほめられることがありますか	はい	どちらともいえない いいえ
12 普段、職場や外出先でも歯をみがきますか	毎回	時々 いいえ
13 間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか	毎日 時々	いいえ
14 たばこを吸っていますか	はい	いいえ
15 夜、寝る前に歯をみがきますか	毎日	時々 いいえ
16 フッ化物入り歯磨剤(ハミガキ)を使っていますか	はい	いいえ わからない
17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか	毎日	時々 いいえ
18 ゆっくりよく噛んで食事をしますか	毎日	時々 いいえ
19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	はい	いいえ
20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか	はい	いいえ

現在歯・喪失歯の状況(喪失歯のうち、補綴処置の不要な歯には×を記入)

右	8 7 6 5 4 3 2 1 1 2 3 4 5 6 7 8	左	8 7 6 5 4 3 2 1 1 2 3 4 5 6 7 8	1. 健全歯数 (○)	2. 未処置歯数 (○)	3. 処置歯数 (○)
				4. 現在歯数 (1+2+3)	5. 要補綴歯数 (△)	6. 欠損補綴歯数 (◎)

<p>歯肉の状況</p> <p>17または16 11 26または27</p> <p>BOP</p> <p>PD</p> <p>BOP</p> <p>PD</p> <p>47または46 31 36または37</p> <p>個人コード(最大値)</p> <p>歯肉出血 歯周ポケット</p>	<p>【歯肉出血BOP】</p> <p>0:健全 1:出血あり 9:除外歯 ×:該当歯なし</p> <p>【歯周ポケットPD】</p> <p>0:健全 1:浅いポケット 2:深いポケット 9:除外歯 ×:該当歯なし</p>	<p>口腔清掃状況</p> <p>1 良好 2 普通 3 不良</p> <p>歯石の付着</p> <p>1 なし 2 軽度あり 3 中等度以上あり</p> <p>その他の所見</p> <p>・歯列咬合 1 所見なし 2 所見あり</p> <p>・顎関節 1 所見なし 2 所見あり</p> <p>・粘膜 1 所見なし 2 所見あり</p> <p>・その他 { }</p>
--	---	--

<p>判定区分</p> <p>1 異常なし</p> <p>2 要指導</p> <p>3 要精密検査</p> <p>a 歯肉出血1かつ歯周ポケット0 b 口腔清掃状態が不良 c 歯石の付着あり d 生活習慣や全身疾患、歯科医療機関等の受診状況等、指導を要する</p>	<p>a CPI:歯周ポケット1 b CPI:歯周ポケット2 c 未処置歯あり d 要補綴歯あり e 生活習慣や全身疾患等、更に詳しい検査や治療を要する f その他の所見あり</p>	<p>検査歯科医師</p>
---	---	----------------------

歯科健診結果のお知らせ(受診者用)

3 枚目

診査日 年 月 日

健康は健口から！

かかりつけ歯科医師のいる人は健康寿命が長くなります。

様

あなたの歯は	本です。	歯やお口の注意点	
1 歯の状況 1 むし歯に関しては異常ありません 2 むし歯があります 3 歯が抜けたままになっています 2 歯周病の状況 1 歯ぐきに関しては異常ありません 2 歯の汚れが多い状況です 3 歯ぐきからの出血があります 4 歯石がついています 5 歯周病がやや進んでいます 6 歯周病が進んでいます 3 その他の状況 1 特に異常はありません 2 歯並びやかみ合わせに異常の疑いがあります 3 顎の関節に異常の疑いがあります 4 口の中の粘膜に異常の疑いがあります 5 その他 []		噛み具合	
		外観	
		発音	
		口臭	
		痛み	
		その他	
			歯の本数
			かみしめられない
		歯みがき時の出血	
		歯ぐきのはれ	
		歯がしみる	
			かかりつけ歯科医院
		歯科受診	
		糖尿病	
		脳卒中	
	心臓病		
総合判定 1 お口の中は良好な状況です。健口を維持するために1年に1回はかかりつけ歯科医院でお手入れをしましょう。 2 歯石除去や歯みがきの指導が必要です。かかりつけ歯科医院を受診しましょう。 3 さらに詳しい診査や治療が必要な状況です。早めにかかりつけ歯科医院を受診しましょう。 その他の注意事項 歯ぎしり、噛みしめ、食いしばりなどの習慣のある方、また、食事にむせる、飲み込みにくい、滑舌が悪い等のお口の機能に問題のある方はかかりつけ歯科医師にご相談ください。			家族等の歯への関心
			歯に対する自信
			職場での歯みがき
		間食	
		たばこ	
			寝る前の歯みがき
			フッ化物入り歯みがき剤
			歯間ブラシ・フロス
			早食い
			歯みがき指導
		定期歯科健診	

現在歯・喪失歯の状況 (喪失歯のうち、補綴処置の不要な歯には×を記入)

右	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8	左
	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8	

1. 健全歯数 (/)	2. 未処置歯数 (C)	3. 処置歯数 (O)
4. 現在歯数 (1+2+3)	5. 要補綴歯数 (△)	6. 欠損補綴歯数 (⊙)

歯肉の状況

	17または16	11	26または27
BOP			
PD			
BOP			
PD			
	47または46	31	36または37
個人コード(最大値)	歯肉出血	歯周ポケット	

【歯肉出血BOP】
 0:健全
 1:出血あり
 9:除外歯
 ×:該当歯なし

【歯周ポケットPD】
 0:健全
 1:浅いポケット
 2:深いポケット
 9:除外歯
 ×:該当歯なし

口腔清掃状況

1 良好	2 普通	3 不良	
歯石の付着	1 なし	2 軽度あり	3 中等度以上あり

その他の所見

・歯列咬合	1 所見なし	2 所見あり
・顎関節	1 所見なし	2 所見あり
・粘膜	1 所見なし	2 所見あり
・その他 []		

現在歯・喪失歯の状況

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|
| 1 健全歯(/・-) : むし歯がない歯 | 2 未処置歯(C) : 未処置のむし歯 |
| 3 処置歯(O) : 治療済みの歯 | 4 現在歯数 : 現在ある歯の数の合計 |
| 5 要補綴歯(△) : 歯が失われ、義歯等が必要な部分 | 6 欠損補綴歯(⊙) : 歯が失われているが、義歯などが施されている部分 |

※新潟県歯科医師会では、歯科健診結果を集計するなどして、皆さまの歯の健康づくりに役立ててまいりますのでご了承ください。

歯科健康診査票 (診療所・歯科保健協会用)

記入例

をご記入ください。

診査日 H28 年 1 月 1 日

保険者証の記号番号 〇〇〇-〇〇〇〇	被保険者・被扶養者の別 被保険者	事業所名 〇〇株式会社
姓(ふりがな) けんしん たろう 健診 太郎	性別 男 女	生年月日 2 年 3 月 31 日 生まれ (25 歳)

該当する回答の脇に「✓」チェックをつけてください。	✓		✓	
1 現在、ご自身の歯や口の状態でご気になることはありますか	✓	はい	✓	いいえ
1) 噛み具合が気になる		はい	✓	いいえ
2) 外観が気になる		はい	✓	いいえ
3) 発話が気になる		はい	✓	いいえ
4) 口臭が気になる		はい	✓	いいえ
5) 痛みが気になる		はい	✓	いいえ
6) その他 ()		はい	✓	いいえ
2 ご自身の歯は何本ありますか かぶせた歯(金歯・銀歯)、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます。 ⇒本数もご記入ください。	✓	20本以上		19本以下
歯の本数 (29) 本				
3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか	✓	左右両方かめる		片方かめる 両方かめない
4 歯をみがくと血がでますか	✓	いつも 時々		いいえ
5 歯ぐきがはれてブヨブヨしますか		いつも 時々	✓	いいえ
6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか		いつも 時々	✓	いいえ
7 かかりつけの歯科医院がありますか	✓	はい		いいえ
8 仕事が忙しかったり休まず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか		はい	✓	いいえ
9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか				
1) 糖尿病の治療を受けている		はい	✓	いいえ
2) 脳卒中の治療を受けている		はい	✓	いいえ
3) 心臓病の治療を受けている		はい	✓	いいえ
10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	✓	はい		どちらともいえない いいえ
11 自分の歯には自信があったり、人からほめられることがありますか	✓	はい		どちらともいえない いいえ
12 普段、職場や外出先でも歯をみがきますか	✓	毎回		時々 いいえ
13 間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか		毎日 時々	✓	いいえ
14 たばこを吸っていますか		はい	✓	いいえ
15 夜、寝る前に歯をみがきますか	✓	毎日		時々 いいえ
16 フッ化物入り歯磨剤(ハミガキ)を使っていますか	✓	はい		いいえ わからない
17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか		毎日	✓	時々 いいえ
18 ゆっくりよく噛んで食事をしますか		毎日	✓	時々 いいえ
19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	✓	はい		いいえ
20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか		はい	✓	いいえ

現在歯・喪失歯の状況(喪失歯のうち、補綴処置の不要な歯には×を記入)

右	8 7 6 5 4 3 2 1 1 2 3 4 5 6 7 8	左	8 7 6 5 4 3 2 1 1 2 3 4 5 6 7 8
	○ ○ /		/ ○ ○ C
	○ ○ /		/ ○ ○

1. 健全歯数 (○)	2. 未処置歯数 (○)	3. 処置歯数 (○)
20	1	8
4. 現在歯数 (1+2+3)	5. 要補綴歯数 (△)	6. 欠損補綴歯数 (◎)
29	0	0

<p>歯肉の状況</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>17または16</td> <td>11</td> <td>26または27</td> </tr> <tr> <td>BOP</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>PD</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> <tr> <td>BOP</td> <td>1</td> <td></td> <td>0 0</td> </tr> <tr> <td>PD</td> <td>1</td> <td></td> <td>0 0</td> </tr> <tr> <td></td> <td>47または46</td> <td>31</td> <td>36または37</td> </tr> <tr> <td>個人コード(最大値)</td> <td>歯肉出血</td> <td>歯周ポケット</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>1</td> <td>1</td> <td></td> </tr> </table> <p>【歯肉出血BOP】 0:健全 1:出血あり 9:除外歯 ×:該当歯なし</p> <p>【歯周ポケットPD】 0:健全 1:浅いポケット 2:深いポケット 9:除外歯 ×:該当歯なし</p>		17または16	11	26または27	BOP	1	0	0	PD	0	0	0	BOP	1		0 0	PD	1		0 0		47または46	31	36または37	個人コード(最大値)	歯肉出血	歯周ポケット			1	1		<p>口腔清掃状況</p> <p>1 良好 ② 普通 3 不良</p> <p>歯石の付着</p> <p>1 なし ② 軽度あり 3 中等度以上あり</p> <p>その他の所見</p> <ul style="list-style-type: none"> 歯列咬合 ① 所見なし 2 所見あり 顎関節 ① 所見なし 2 所見あり 粘膜 ① 所見なし 2 所見あり その他 { }
	17または16	11	26または27																														
BOP	1	0	0																														
PD	0	0	0																														
BOP	1		0 0																														
PD	1		0 0																														
	47または46	31	36または37																														
個人コード(最大値)	歯肉出血	歯周ポケット																															
	1	1																															

<p>判定区分</p> <p>1 異常なし</p> <p>2 要指導</p> <ul style="list-style-type: none"> a 歯肉出血1かつ歯周ポケット0 b 口腔清掃状態が不良 c 歯石の付着あり d 生活習慣や全身疾患、歯科医療機関等の受診状況等、指導を要する 	<p>③ 要精密検査</p> <ul style="list-style-type: none"> a CPI:歯周ポケット1 b CPI:歯周ポケット2 c 未処置歯あり d 要補綴歯あり e 生活習慣や全身疾患等、更に詳しい検査や治療を要する f その他の所見あり 	<p>検査歯科医師</p> <p>健診花子</p>
---	--	---------------------------

歯科健康診査票 (事業所用)

2枚目

記入例

の中をご記入ください。

診査日 H28年 1月 1日

健康保険者証の記号番号 ○○○-○○○○
 被保険者・被扶養者の別 **被保険者**・被扶養者
 事業所名 ○○株式会社
 氏名(ふりがな) **けんしん たろう 健診 太郎** 男(女) 生年月日 **昭・平 2年 3月 31日** 生まれ (25歳)

該当する回答の脇に「✓」チェックをつけてください。

1 現在、ご自身の歯や口の状態で気になることはありますか	はい	いいえ
1) 嘔み具合が気になる	はい	いいえ
2) 外観が気になる	はい	いいえ
3) 発話が気になる	はい	いいえ
4) 口臭が気になる	はい	いいえ
5) 痛みが気になる	はい	いいえ
6) その他 ()	はい	いいえ
2 ご自身の歯は何本ありますか かぶせた歯(金歯・銀歯)、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます。 ⇒本数もご記入ください。	✓ 20本以上	19本以下
歯の本数 (29)本		
3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか	✓ 左右両方かめる	片方かめる 両方かめない
4 歯をみがくと血がでますか	✓ 時々	いいえ
5 歯ぐきははれてブヨブヨしますか	時々	✓ いいえ
6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか	時々	✓ いいえ
7 かかりつけの歯科医院がありますか	✓ はい	いいえ
8 仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか	はい	✓ いいえ
9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか		
1) 糖尿病の治療を受けている	はい	✓ いいえ
2) 脳卒中の治療を受けている	はい	✓ いいえ
3) 心臓病の治療を受けている	はい	✓ いいえ
10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	✓ はい	どちらともいえない いいえ
11 自分の歯には自信があったり、人からほめられることがありますか	✓ はい	どちらともいえない いいえ
12 普段、職場や外出先でも歯をみがきますか	✓ 毎回	時々 いいえ
13 間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか	毎日 時々	✓ いいえ
14 たばこを吸っていますか	はい	✓ いいえ
15 夜、寝る前に歯をみがきますか	✓ 毎日	時々 いいえ
16 フッ化物入り歯磨剤(ハミガキ)を使っていますか	✓ はい	いいえ わからない
17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか	毎日	✓ 時々 いいえ
18 ゆっくりよく噛んで食事をしますか	毎日	✓ 時々 いいえ
19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	✓ はい	いいえ
20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか	はい	✓ いいえ

現在歯・喪失歯の状況(喪失歯のうち、補綴処置の不要な歯には×を記入)

右	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8	左
	○	○	/									/	○	○	C		

1. 健全歯数 (ノ)	2. 未処置歯数 (C)	3. 処置歯数 (○)
20	1	8

4. 現在歯数 (1+2+3)	5. 要補綴歯数 (△)	6. 欠損補綴歯数 (◎)
29	0	0

歯肉の状況

	17または16	11	26または27
BOP	1	0	0
PD	0	0	0
BOP	1	0	0
PD	1	0	0
	47または46	31	36または37
個人コード(最大値)	歯肉出血	歯周ポケット	
	1	1	

【歯肉出血BOP】
0:健全
1:出血あり
9:除外歯
×:該当歯なし

【歯周ポケットPD】
0:健全
1:浅いポケット
2:深いポケット
9:除外歯
×:該当歯なし

口腔清掃状況
1 良好 ② 普通 3 不良
歯石の付着
1 なし ② 軽度あり 3 中等度以上あり

その他の所見
・歯列咬合 ① 所見なし 2 所見あり
・顎関節 ① 所見なし 2 所見あり
・粘膜 ① 所見なし 2 所見あり
・その他 ()

判定区分
1 異常なし
2 要指導
3 要精密検査

③ 要精密検査

① 異常なし
a 歯肉出血1かつ歯周ポケット0
b 口腔清掃状態が不良
c 歯石の付着あり
d 生活習慣や全身疾患、歯科医療機関等の受診状況等、指導を要する

② 要補綴あり
e 生活習慣や全身疾患等、更に詳しい検査や治療を要する
f その他の所見あり

検査歯科医師
健診花子

歯科健診結果のお知らせ(受診者用)

3枚目

記入例

診査日 H28年 1月 1日

けんしん たろう
健診 太郎 様

健康は健口から！
かかりつけ歯科医師のいる人は健康寿命が長くなります。

あなたの歯は 29 本です。

歯やお口の注意点

1 歯の状況

- 1 むし歯に関しては異常ありません
- ② むし歯があります
- 3 歯が抜けたままになっています

2 歯周病の状況

- 1 歯ぐきに関しては異常ありません
- 2 歯の汚れが多い状況です
- ③ 歯ぐきからの出血があります
- ④ 歯石がついています
- ⑤ 歯周病がやや進んでいます
- 6 歯周病が進んでいます

3 その他の状況

- ① 特に異常はありません
- 2 歯並びやかみ合わせに異常の疑いがあります
- 3 顎の関節に異常の疑いがあります
- 4 口の中の粘膜に異常の疑いがあります
- 5 その他

総合判定

- 1 お口の中は良好な状況です。健口を維持するために1年に1回はかかりつけ歯科医院でお手入れをしましょう。
- 2 歯石除去や歯みがきの指導が必要です。かかりつけ歯科医院を受診しましょう。
- ③ さらに詳しい診査や治療が必要な状況です。早めにかかりつけ歯科医院を受診しましょう。

その他の注意事項

歯ぐきしり、噛みしめ、食いしばりなどの習慣のある方、また、食事にむせる、飲み込みにくい、滑舌が悪い等のお口の機能に問題のある方はかかりつけ歯科医師にご相談ください。

噛み具合	✓	
外観	✓	
発音	✓	
口臭	✓	
痛み	✓	
その他	✓	
✓		歯の本数 29
✓		かみしめられない
✓		歯みがき時の出血
	✓	歯ぐきのはれ
	✓	歯がしみる
✓		かかりつけ歯科医院
	✓	歯科受診
	✓	糖尿病
	✓	脳卒中
	✓	心臓病
✓		家族等の歯への関心
✓		歯に対する自信
✓		職場での歯みがき
	✓	間食
	✓	たばこ
✓		寝る前の歯みがき
✓		フッ化物入り歯みがき剤
	✓	歯間ブラシ・フロス
	✓	早食い
✓		歯みがき指導
	✓	定期歯科健診

現在歯・喪失歯の状況 (喪失歯のうち、補綴処置の不要な歯には×を記入)

右	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8	左
		○	○	/									/	○	○	C	
	8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8	
		○	○	/									/	○	○		

1. 健全歯数 (ノ)	2. 未処置歯数 (○)	3. 処置歯数 (◎)
20	1	8
4. 現在歯数 (1+2+3)	5. 要補綴歯数 (△)	6. 欠損補綴歯数 (◎)
29	0	0

歯肉の状況

	17または16	11	26または27
BOP	1	0	0
PD	0	0	0
BOP	1	0	0
PD	1	0	0
	47または46	31	36または37
個人コード(最大値)	歯肉出血	歯周ポケット	
	1	1	

【歯肉出血BOP】
0:健全
1:出血あり
9:除外歯
×:該当歯なし

【歯周ポケットPD】
0:健全
1:浅いポケット
2:深いポケット
9:除外歯
×:該当歯なし

口腔清掃状況

① 良好 ② 普通 ③ 不良
歯石の付着 ① なし ② 軽度あり ③ 中等度以上あり

その他の所見

・歯列咬合 ① 所見なし 2 所見あり
・顎関節 ① 所見なし 2 所見あり
・粘膜 ① 所見なし 2 所見あり
・その他

現在歯・喪失歯の状況

- 1 健全歯(ノ) : むし歯がない歯
- 2 未処置歯(C) : 未処置のむし歯
- 3 処置歯(○) : 治療済みの歯
- 4 現在歯数 : 現在ある歯の数の合計
- 5 要補綴歯(△) : 歯が失われ、義歯等が必要な部分
- 6 欠損補綴歯(◎) : 歯が失われているが、義歯などが施されている部分

※新潟県歯科医師会では、歯科健診結果を集計するなどして、皆さまの歯の健康づくりに役立ててまいりますのでご了承ください。

歯科健康診査の実施について

1 口腔内診査

歯科医師がスポット照明下でデンタルミラー、WHOプローブを用いて行い、診査結果は以下に示す記号を用いて歯科健康診査票に記入します。

(1) 現在歯の状況

現在歯とは、歯の全部または一部が口腔内に現れているもの（半埋伏歯を含む）をいう。

過剰歯は含めないこととし、癒合歯は1歯として取り扱う。その場合の歯種名は上位歯種名をもってこれにあてる。

【記載例】 12癒合歯：1「/」、2「×」

【分類】

分類	記号	条件・留意点
健全歯	「/」	う蝕あるいは歯科的処置が認められないもの。 咬耗、磨耗、着色、斑状歯、外傷、酸蝕症、発育不全、歯周炎、形態異常、エナメル質形成不全等の歯であっても、それらにう蝕病変の認められないものは健全歯とする。 半埋伏歯の場合、「半埋」と健診票の歯式の欄外に記入する。
未処置歯	「C」	小窩裂溝・平滑面において明らかなう窩、エナメル質下の脱灰・浸蝕、軟化底・軟化壁が確認できるう蝕病変を有するもの。 診査者によって判断が異なる程度の初期変化で、治療の必要性が認められない場合は健全歯とする。 C4の残根は、未処置歯とする。
処置歯	「O」	歯の一部または全部に充填、クラウン等を施しているもの。 歯周炎の固定装置、矯正装置、矯正後の保定装置、保隙装置および骨折副木装置は含まない。 治療が完了していない歯、二次う蝕や他の歯面で未処置う蝕が認められた処置歯は未処置歯として取り扱う。 小窩裂溝填塞の施してある歯については、可能な限り問診して、う蝕のない歯にてん塞したものは健全歯とするが、明らかにう蝕のあった歯にてん塞を施したものは処置歯とする。 根面板等を施してある歯は、処置歯とする。

※ 「O」、「C」が連続する場合、連続横線「——」は使用せず、1マスずつ記号を記入する。

(2) 喪失歯の状況

喪失歯とは、抜去または脱落により喪失した歯をいう。

【分類】

分類	記号	条件・留意点
要補綴歯	「△」	喪失歯のうち義歯等による欠損補綴処置が必要と判断できるもの。
補綴歯	「△」	<p>喪失歯のうち、義歯・ブリッジ・インプラント等による補綴処置が施されているもの。ただし、一部破損していたり、欠損部の状況と著しく異なる義歯は装着していないものとする。</p> <p>義歯・ブリッジ・インプラント等、装着している補綴物の名称と範囲を健診票の歯式の欄外に記載する。名称は略称名でも差し支えないが、診査者以外の歯科医師・歯科衛生士等にも理解できるようにする。</p> <p>【記載例】 $\overline{567}$Br. : $\overline{5}$「○」、$\overline{6}$「△」、$\overline{7}$「○」 $\overline{5667}$Br. ($\overline{6}$ 分割抜歯) : $\overline{5}$「○」、$\overline{6}$「○」、$\overline{7}$「○」 $\overline{567}$ 部分床義歯 ($\overline{5}$ 残根、$\overline{7}$ 根面板) : $\overline{5}$「△C」、$\overline{6}$「△」、$\overline{7}$「△○」 $\overline{67}$ 部インプラント : $\overline{6}$「△」、$\overline{7}$「△」</p>
その他	「×」	先天的欠如またはなんらかの理由で歯を喪失したことが明らかであっても、歯列等の関係から補綴処置の必要性が認められないもの。

(3) 歯周組織の状況

WHOプローブ (図1) を用い、CPI (community periodontal index 地域歯周疾患指数) を測定する。

【対象歯】

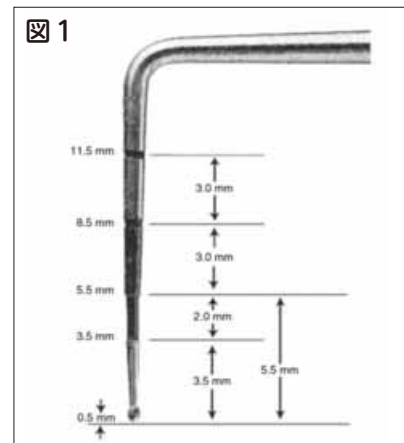
- ・口腔を6分画 (17~14、13~23、24~27、47~44、43~33、34~37) し、下記の歯を各分画の代表歯とする。

17 16	11	26 27	(頬唇側面を診査)
47 46	31	36 37	(舌側面を診査)

- ・前歯部の対象歯 (11あるいは31) が欠損している場合は、反対側同名歯 (21あるいは41) を診査対象とする。両側とも欠損している場合、あるいは臼歯部で2歯とも対象歯が欠損している場合には、診査対象外として「×」を対象の分画の欄に記入する。

【診査方法】

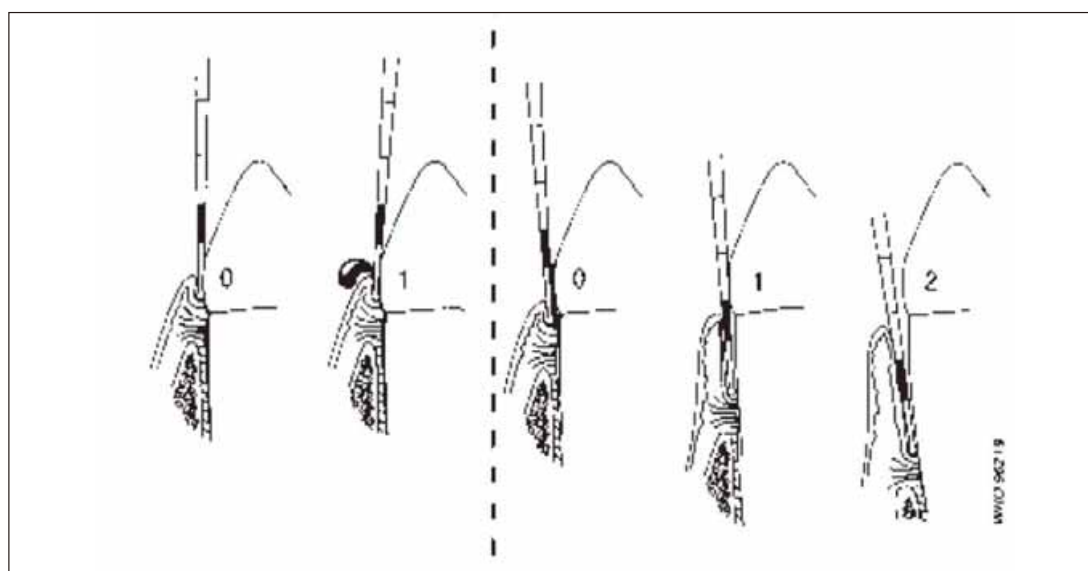
- ・上顎は頬唇側面、下顎は舌側面について以下の基準 (表1、図2) で診査し、最高コード値を記入する。臼歯部では、2歯のうち高い方の点数を最大コード値とする。
- ・代表歯のうち、最大コード値を個人の代表歯 (個人コード) とする。
- ・プロービングはWHOプローブの先端の球を歯の表面に沿って滑らせる程度の軽い力 (20g) で操作し、遠心の接触点直下からやさしく上下に動かしながら近心接触点直下まで移動させる。



<表1>CPIの判定基準

	コード	所見	判定基準
歯肉出血	0	健全	以下の所見が認められない
	1	出血あり	プロービング後10～30秒以内に出血が認められる
	9	除外歯	プロービングが出来ない歯（例：根の露出が根尖に及ぶ）
	×	該当する歯なし	
歯周ポケット	0	健全	以下の所見がすべて認められない
	1	4～5mmに達するポケット	プローブの黒い部分に歯肉縁が位置する
	2	6mmを超えるポケット	プローブの黒い部分が見えなくなる
	9	除外歯	プロービングが出来ない歯（例：根の露出が根尖に及ぶ）
	×	該当する歯なし	

図2：WHOプローブによる判定基準



歯肉出血

歯周ポケット

(4) 口腔清掃状態

CPIの診査対象歯について、歯垢の付着状況をもとに判定する。歯石の付着については、「なし」、「軽度（点状）あり」、「中等度（帯状）以上あり」とする。

【分類】

良 好：ほとんど歯垢の存在が認められない場合。

普 通：「良好」、「不良」に該当しない場合。

不 良：1歯以上の歯の歯肉縁に歯面の1/3を超えて歯垢が認められる場合。

(5) その他の所見

歯（楔状欠損等）、歯列咬合、顎関節、口腔粘膜について、さらに詳しい診査や治療が必要な所見や訴えが認められた場合は、その内容を該当欄に記載して医療機関への受診を勧める。

2 健診結果の判定

検査結果に基づき、以下のように判定する。

【分類】

分類	条件
異常なし	未処置歯・要補綴歯・その他の所見が認められず、CPI個人コードが歯肉出血0、歯周ポケット0の者。
要指導	未処置歯・要補綴歯・その他の所見が認められず、下記の項目に1つ以上該当する者。 (a) CPI個人コード＝歯肉出血1、歯周ポケット0 (b) 口腔清掃状態が不良 (c) 歯石の付着＝軽度又は中等度以上 (d) 生活習慣や全身疾患、歯科医療機関等の受診状況等、指導を要する
要精密検査	以下の項目に1つ以上該当し、さらに詳しい診査や治療が必要な者。 (a) CPI個人コード＝歯周ポケット1 (b) CPI個人コード＝歯周ポケット2 (c) 未処置歯あり (d) 要補綴歯あり (e) 生活習慣や全身疾患等、更に詳しい検査や治療を要する (f) その他の所見あり：その他の所見で、さらに詳しい検査や治療が必要な項目がある。

3 健診結果の説明

判定区分に基づき結果の説明を行い、歯科健診結果のお知らせ(健康診査票3枚目)を、受診者の控えとする。

<判定区分に基づく説明の要点>

判定区分	観察所見	説明内容
異常なし	CPI＝歯肉出血0、 歯周ポケット0	受診者の状況に応じてう蝕や歯周病などの歯科疾患に対する予防や歯や口腔の健康維持増進を図る情報や知識を提供することで、今後の気づきに繋げる。
要指導	<ul style="list-style-type: none"> ・CPI＝歯肉出血1、 歯周ポケット0 ・口腔清掃状態不良 ・歯石の付着あり (軽度、中等度以上) ・生活習慣や全身疾患、歯科医療機関等の受診状況等、指導を要する 	<ul style="list-style-type: none"> ・受診者の状況に応じてう蝕や歯周病などの歯科疾患に対する予防や歯や口腔の健康維持増進を図る情報や知識の提供及び、改善を必要とする日常生活については改善に繋がるよう動機づけとなる指導をおこなう。 ・受診者の口腔内の状況が同世代の集団の中でどのような位置付けにあり、将来の歯の喪失等のリスクがどの程度であるかを示唆することにより、歯・口腔に関する生活習慣への動機づけとする。 ・市町村で実施している歯周病に関する健康教育、健康相談への参加を促し、自己管理のフォローアップへ繋げる。
要精密検査	<ul style="list-style-type: none"> ・CPI＝歯周ポケット1 または2 ・未処置歯あり ・要補綴歯あり ・生活習慣や全身疾患等、更に詳しい検査や治療を要する ・その他の所見あり 	<ul style="list-style-type: none"> ・受診者の状況に応じてう蝕や歯周病などの歯科疾患に対する予防や歯や口腔の健康維持増進を図るための目標を決め、改善を必要とする日常生活については改善に繋がるよう指導をおこなう。 ・受診者の口腔内の状況が同世代の集団の中でどのような位置付けにあり、将来の歯の喪失等のリスクがどの程度であるかを示唆することにより、歯・口腔に関する生活習慣への動機づけとする。 ・歯科医療機関を受診するよう促す。

参考：厚生労働省「歯周病健診マニュアル 2015」

問診項目に応じた保健指導について

生活歯援プログラム（標準的な成人歯科健診プログラム・保健指導）の20の質問項目を用いています。

歯科健康診査票（事業所用）

（太枠の中をご記入ください。）

診査日 年 月 日

健康保健被保険者証の記号番号	被保険者・被扶養者の別 被保険者・被扶養者	事業所名
氏名（ふりがな）	男 女	生年月日 年 月 日 生まれ（歳）
該当する回答の脇に「✓」チェックをつけてください。		
1 現在、ご自身の歯や口の状態で気になることはありますか	はい	いいえ
1) 嘔み具合が気になる	はい	いいえ
2) 外観が気になる	はい	いいえ
3) 発話が気になる	はい	いいえ
4) 口臭が気になる	はい	いいえ
5) 痛みが気になる	はい	いいえ
6) その他（ ）	はい	いいえ
2 ご自身の歯は何本ありますか かぶせた歯（金歯・銀歯）、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます。 ⇒本数もご記入ください。	20本以上	19本以下
歯の本数（ ）本		
3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか	左右両方かめる	片方かめる 両方かめない
4 歯をみがくと血がでますか	いつも 時々	いいえ
5 歯ぐきははれてプヨプヨしますか	いつも 時々	いいえ
6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか	いつも 時々	いいえ
7 かかりつけの歯科医院がありますか	はい	いいえ
8 仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか	はい	いいえ
9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか		
1) 糖尿病の治療を受けている	はい	いいえ
2) 脳卒中の治療を受けている	はい	いいえ
3) 心臓病の治療を受けている	はい	いいえ
10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	はい	どちらともいえない いいえ
11 自分の歯には自信があったり、人からほめられることがありますか	はい	どちらともいえない いいえ
12 普段、職場や外出先でも歯をみがきますか	毎回	時々 いいえ
13 間食（甘い食べ物や飲み物）をしますか	毎日 時々	いいえ
14 たばこを吸っていますか	はい	いいえ
15 夜、寝る前に歯をみがきますか	毎日	時々 いいえ
16 フッ化物入り歯磨剤（ハミガキ）を使っていますか	はい	いいえ わからない
17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか	毎日	時々 いいえ
18 ゆっくりよく噛んで食事をしますか	毎日	時々 いいえ
19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	はい	いいえ
20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか	はい	いいえ
現在歯・喪失歯の状況（喪失歯のうち、補綴処置の不要な歯には×を記入）		
6 5 4 3 2 1 1 2 3 4 5 6 7 8	1. 健全歯数 (○)	2. 未処置歯数 (○)
		3. 処置歯数 (○)

■ 生活歯援プログラムとは？

日本歯科医師会が提唱する新しい歯科健診プログラムです。

20の質問項目から受診者の生活習慣等の問題点をみつけ、一緒に改善していきます。

「一次予防」が大きなポイントです。

※生活歯援プログラムの詳細につきましては日本歯科医師会ホームページをご参照ください。

各項目に応じたワンポイントアドバイス

該当する回答の脇に「✓」チェックをつけてください。	✓	✓	✓
1 現在、ご自身の歯や口の状態で気になることはありますか		はい	いいえ
1) 噛み具合が気になる		はい	いいえ
2) 外観が気になる		はい	いいえ
3) 発音が気になる		はい	いいえ
4) 口臭が気になる		はい	いいえ
5) 痛みが気になる		はい	いいえ
6) その他 ()		はい	いいえ
2 ご自身の歯は何本ありますか かぶせた歯(金歯・銀歯)、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます。 →本数もご記入ください。		20本以上	19本以下
3 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか		左右両方かめる	片方かめる 両方かめない
4 歯をみがくと血がでますか		いつも	いいえ
5 歯ぐきをはれてプヨプヨしますか		いつも	いいえ
6 冷たいものや熱いものが歯にしみますか		いつも	いいえ
7 かかりつけの歯科医院がありますか		はい	いいえ
8 仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか		はい	いいえ
9 現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか			
1) 糖尿病の治療を受けている		はい	いいえ
2) 脳卒中の治療を受けている		はい	いいえ
3) 心臓病の治療を受けている		はい	いいえ
10 家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか		はい	どちらともいえない いいえ
11 自分の歯には自信があったり、人からほめられることがありますか		はい	どちらともいえない いいえ
12 普段、職場や外出先でも歯をみがきますか		毎回	時々 いいえ
13 間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか		毎日 時々	いいえ
14 たばこを吸っていますか		はい	いいえ
15 夜、寝る前に歯をみがきますか		毎日	時々 いいえ
16 フッ化物入り歯磨剤(ハミガキ)を使っていますか		はい	いいえ わからない 時々
17 歯間ブラシまたはフロスを使っていますか		毎日	いいえ 時々
18 ゆっくりよく噛んで食事をしますか		毎日	いいえ
19 歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか		はい	いいえ
20 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか		はい	いいえ



チェックのついた項目に対する
ワンポイントアドバイスをP15
にまとめております。
保健指導の参考にしてください。

「✓」のついた項目は受診者の歯や口を健康に保つために必要な注意点です。

ワンポイントアドバイス	歯やお口の注意点
歯や口の状態で気になることがある場合は、かかりつけ歯科医院を受診しましょう。	
歯や入れ歯の噛み具合が悪くてよく噛めない、栄養を十分取れず、健康に影響を及ぼします。	✓ 噛み具合
歯の状態や歯並びが悪いと、顔全体の見た目や表情に影響します。	✓ 外観
歯の状態や歯並びが悪いと、発音や発声に影響します。	✓ 発音
口臭は、むし歯や歯周病などの口の病気や汚れが主な原因となります。	✓ 口臭
むし歯、歯周病、粘膜疾患、顎関節症などの歯や口の病気があると、痛みや症状が出てきます。	✓ 痛み
その他、歯や口に異常を感じたら歯科医院で相談しましょう。	✓ その他
歯が突かれると、残っている歯の負担が大きくなります。抜けた歯がある場合には、そのまま放置せず、歯科医院を受診しましょう。	✓ 歯の数
歯・歯ぐき・入れ歯もしくは、あごの関節などに問題がある可能性も、歯科医院を受診して相談してください。	✓ かみしめられない
歯周病の可能性があります。ていねいにみがいても出血が改善しない場合は歯科医院を受診しましょう。	✓ 歯みがき時の出血
歯周病の可能性があります。ていねいにみがいてもはれが改善しない場合は歯科医院を受診しましょう。	✓ 歯ぐきのはれ
知覚過敏、むし歯、歯周病、歯の破折などの可能性も、症状が続くときは歯科医院を受診しましょう。	✓ 歯がしみる
生涯にわたって歯の健康を保つために、継続して受診できるかかりつけ歯科医院をもちましょう。	✓ かかりつけ歯科医院
むし歯や歯周病を放置すると歯を失ってしまいます。初期に治療を受ければ、時間も費用も少なくて済みます。	✓ 歯科受診
歯の健康を保つことは、全身の健康につながります。	
歯周病と糖尿病には関連が認められます。歯周病の予防や治療を行うことが大切です。	✓ 糖尿病
歯周病は脳卒中の発症に影響を及ぼす可能性があります。歯周病の予防や治療を行うことが大切です。	✓ 脳卒中
歯周病は心臓病の発症に影響を及ぼす可能性があります。歯周病の予防や治療を行うことが大切です。	✓ 心臓病
好ましい歯みがき習慣や健康的な生活習慣は、家族や周囲の人々と一緒に取り入れましょう。	✓ 家族等の歯への関心
治療を受けたり、歯やお口の予防管理を自分で行って、歯に対して自信をもてるようになります。	✓ 歯に対する自信
歯みがきは口臭予防のエチケットとしても大切です。職場で昼食後も歯みがきをする習慣をつけましょう。	✓ 職場での歯みがき
総歯やむし歯の原因になります。また、間食回数が多いと、むし歯が発症しやすくなるので注意しましょう。	✓ 間食
たばこは歯周病の発症や進行にも大きく影響します。健康のために禁煙するように努力しましょう。	✓ たばこ
睡眠中は唾液が少なく、むし歯菌への抵抗力が弱まります。寝る前に歯の汚れをきれいに取り除きましょう。	✓ 寝る前の歯みがき
フッ化物は歯を強く丈夫にむし歯を予防します。歯みがき後のうがいは少量の水で行うと効果が高まります。	✓ フッ化物入り歯みがき剤
歯周病予防には、歯ブラシやフロスを使って、歯と歯の間の汚れをていねいに取り除くことが重要です。	✓ 歯間ブラシ・フロス
早食いは肥満やメタボリックシンドロームの原因となります。よく噛んでゆっくり味わいながら食べましょう。	✓ 早食い
自分のお口に合った歯みがきの方法を、専門家(歯科衛生士、歯科医師)に教えてもらいましょう。	✓ 歯みがき指導
歯や口の病気が初期段階では自覚症状がありません。年に1回は定期的に歯科健診を受けましょう。	✓ 定期歯科健診

参考：歯科口腔保健と作業関連疾患との関連に関する実証研究
平成27年度 総括・分担研究報告書

「✓」のついた項目は受診者の歯や口を健康に保つために必要な注意点です。

ワンポイントアドバイス		歯やお口の注意点			
症状等	歯や口の状態で気になるところがある場合は、かかりつけ歯科医院を受診しましょう。				
	歯や入れ歯の具合が悪くてよく噛めないと、栄養を十分取れず、健康に影響を及ぼします。	✓	噛み具合		
	歯の状態や歯並びが悪いと、顔全体の見た目や表情に影響します。	✓	外観		
	歯の状態や歯並びが悪いと、発音や発声に影響します。	✓	発音		
	口臭は、むし歯や歯周病などの口の病気や汚れが主な原因となります。	✓	口臭		
	むし歯、歯周病、粘膜疾患、顎関節症などの歯や口の病気があると、痛みの症状が出てきます。	✓	痛み		
	その他、歯や口に異常を感じたら歯科医院で相談しましょう。	✓	その他		
	歯が失われると、残っている歯の負担が大きくなります。抜けた歯がある場合には、そのまま放置せず、歯科医院を受診しましょう。		✓	歯の数	
	歯・歯ぐき・入れ歯もしくは、あごの関節などに問題がある可能性も。歯科医院を受診して相談してください。		✓	かみしめられない	
	歯周病の可能性がります。ていねいにみがいても出血が改善しない場合は歯科医院を受診しましょう。	✓	✓	歯みがき時の出血	
歯周病の可能性がります。ていねいにみがいてもはれが改善しない場合は歯科医院を受診しましょう。	✓	✓	歯ぐきのはれ		
知覚過敏、むし歯、歯周病、歯の破折などの可能性も。症状が続くときは歯科医院を受診しましょう。	✓	✓	歯がしみる		
歯科環境	生涯にわたって歯の健康を保つために、継続して受診できるかかりつけ歯科医院をもちましょう。		✓	かかりつけ歯科医院	
	むし歯や歯周病を放置すると歯を失ってしまいます。初期に治療を受ければ時間も費用も少なく済みます。	✓		歯科受診	
	歯の健康を保つことは、全身の健康につながります。				
	歯周病と糖尿病には関連が認められます。歯周病の予防や治療を行うことが大切です。	✓		糖尿病	
	歯周病は脳卒中の発症に影響を及ぼす可能性があります。歯周病の予防や治療を行うことが大切です。	✓		脳卒中	
	歯周病は心臓病の発症に影響を及ぼす可能性があります。歯周病の予防や治療を行うことが大切です。	✓		心臓病	
	好ましい歯みがき習慣や健康的な生活習慣は、家族や周囲の人々と一緒に取り組みましょう。		✓	✓	家族等の歯への関心
	治療を受けたり、歯やお口の予防管理を自分で行って、歯に対して自信をもてるようになります。		✓	✓	歯に対する自信
	歯みがきは口臭予防のエチケットとしても大切です。職場で昼食後にも歯みがきをする習慣をつけましょう。		✓	✓	職場での歯みがき
	保健行動	肥満やむし歯の原因になります。また、間食回数が多いと、むし歯が発症しやすくなるので注意しましょう。	✓	✓	間食
たばこは歯周病の発症や進行にも大きく影響します。健康のために禁煙するように努力しましょう。		✓		たばこ	
睡眠中は唾液が少なく、むし歯菌への抵抗力が弱まります。寝る前に歯の汚れをきれいに取り除きましょう。			✓	✓	寝る前の歯みがき
フッ化物は歯を強く丈夫にしてむし歯を予防します。歯みがき後のうがいは少量の水で行うと効果が高まります。			✓	✓	フッ化物入り歯みがき剤
歯周病予防には、歯ブラシやフロスを使って、歯と歯の間の汚れをていねいに取り除くことが重要です。			✓	✓	歯間ブラシ・フロス
早食いは肥満やメタボリックシンドロームの原因となります。よく噛んでゆっくり味わいながら食べましょう。			✓	✓	早食い
自分のお口に合った歯みがきの方法を、専門家（歯科衛生士、歯科医師）に教えてもらいましょう。			✓		歯みがき指導
歯や口の病気は初期段階では自覚症状がありません。年に1回は定期的に歯科健診を受けましょう。			✓		定期歯科健診

参考：歯科口腔保健と作業関連疾患との関連に関する実証研究
平成27年度 総括・分担研究報告書

保健指導のツールに！

パンフレットのご紹介



かんで!かんで!メタボ予防

「かむことの効用はひとがすき」のキャッチフレーズのもと、咀嚼の効果とメタボリックシンドロームとの関係、咀嚼回数を増やすためのヒント等を分かりやすく解説しています。

- A3版変形4つ折
- 30円/部 (税別・送料別)

メタボリックシンドロームと歯や口の健康

かむことの効用は“ひとがすき”やメタボリックシンドロームの予防、改善における歯の健康について解説しています。

- A3版変形4つ折
- 40円/部 (税別・送料別)



生活習慣病と歯や口の健康

メタボリックシンドロームや減塩の工夫など、生活習慣と関連した内容を分かりやすくまとめています。

- A3サイズ両面・じゃばら折
- 40円/部 (税別・送料別)

歯科健康診査・パンフレットに関するお問合せ

(公財)新潟県歯科保健協会

〒950-0982 新潟市中央区堀之内南3丁目8番13号
TEL 025-283-0525 FAX 025-283-4746
E-mail ndhs@plum.ocn.ne.jp

