

# 歯の健康づくり得点

本人用

NO. \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_ 性別 男・女  
生年月日 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日生 ( \_\_\_\_ 歳) 実施年月日 \_\_\_\_ 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

質問に対する答えの点数を○で囲んで下さい。

項 目	はい	いいえ
歯ぐきが腫れることがありますか	0	4
歯がしみることがありますか	0	3
間食をよくしますか	0	3
趣味がありますか	3	0
かかりつけの歯医者さんはいますか	2	0
歯の治療は早めに受けるようにしていますか	1	0
歯ぐきから血が出ることがありますか	0	1
歯磨きを1日2回以上していますか	1	0
自分の歯フラスがありますか	1	0
たばこを吸いますか	0	1

合 計 ( )+( )=( )点

○で囲んだ数字をたしてください。

## 16点以上

現在のあなたは歯の健康にとって良い生活をしており、また歯も健康のようです。さらに向上を目指しましょう。0点の項目をなくすようにしましょう。

## 11~15点

あなたの歯の状態および生活習慣は、歯の健康にとって問題がおきやすくなっています。生活習慣を見直し健康な歯を守りましょう。0点の項目をなくすようにしましょう。

## 10点以下

今の歯の状態および生活習慣は、歯の健康にとって問題があります。歯医者さんのアドバイスをうけ、生活習慣を見直しましょう。0点の項目を減らすようにしましょう。

- 小・中学校「お口のけんこうづくり点すう」開発バージョン
- 小学校低学年については、三角形のグラフの理解が難しいとの指摘により、色塗りグラフに変更

# お口のけんこうづくり点すう

小学校低学年用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

## 1.しつ問にこたえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこもう

歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。

毎日、テレビを2時間以上見ますか。

ハンカチ、ティッシュを持っていますか。

昼ごはん後、歯をみがきますか。

学校へ行く前にテレビを見ますか。

毎日、夜10時まえには寝ていますか。

食べ物をよくかんで食べますか。

夕ごはん後、おかしを食べますか。

フッ素を塗ってもらったり、

フッ素洗口をしたことがありますか。

朝おきる時間は決まっていますか。

はい

いいえ

0	0	0	2	2	1
0	0	0	1	2	2
1	2	0	0	0	0
2	0	0	0	0	0
0	0	0	1	1	2
0	1	2	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	0	0	2
1	0	1	0	0	0
1	1	0	0	0	0

## 2.点すうのけいさんをしよう

1. ○ でかこんだすうじを上からたしましょう→

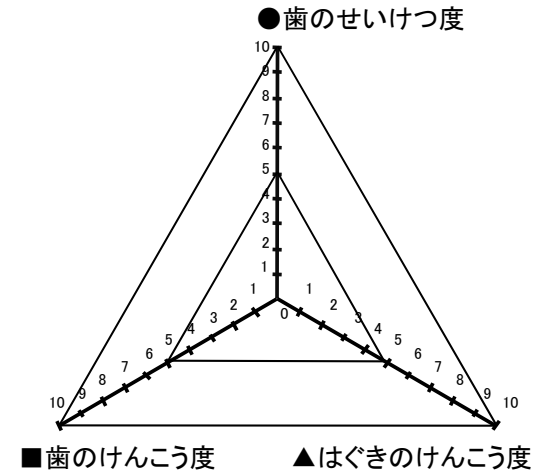
●	▲	■	●	▲	■
---	---	---	---	---	---

2. ●と●のすうじのごうけいはいくつですか ( )+( )=( )

3. ▲と▲のすうじのごうけいはいくつですか ( )+( )=( )

4. ■と■のすうじのごうけいはいくつですか ( )+( )=( )

## 3.ぐらふをかこう



\_\_\_\_\_ねん \_\_\_\_\_くみ \_\_\_\_\_ばん

なまえ\_\_\_\_\_

図1 小学校低学年用「お口の健康づくり得点」チェック票

# お口のけんこうづくり点すう

小学校低学年用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

ねん \_\_\_\_ くり \_\_\_\_ ばん

## 1. しつ問にこたえよう

しつ問に答えて「はい」か「いいえ」を  でかこもう

◆ 歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。

はい

いいえ

◆ 毎日、テレビを2時間以上見ますか。

はい

いいえ

◆ ハンカチ、ティッシュを持っていますか。

はい

いいえ

◆ 昼ごはん後、歯をみがきますか。

はい

いいえ

◆ 学校へ行く前にテレビを見ますか。

はい

いいえ

◆ 毎日、夜10時まえには寝ていますか。

はい

いいえ

◆ 食べ物をよくかんで食べますか。

はい

いいえ

◆ 夕ごはん後、おかしを食べますか。

はい

いいえ

◆ フッ素を塗ってもらったり、

フッ素洗口をしたことがありますか。

はい

いいえ

◆ 朝おきる時間は決まっていますか。

はい

いいえ

なまえ \_\_\_\_\_

## 2. 数をかぞえよう

でかこんだ  の数は  
( )こ

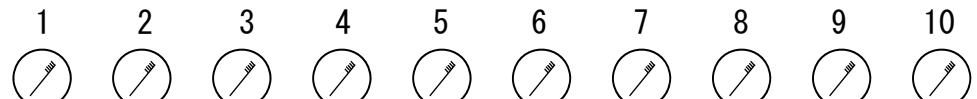
でかこんだ  の数は  
( )こ

でかこんだ  の数は  
( )こ

## 3. ぐらふをかこう

でかこんだ  の数  
だけ  に  
色をぬろう

歯のせいけつ度



はぐきのけんこう度



歯のけんこう度

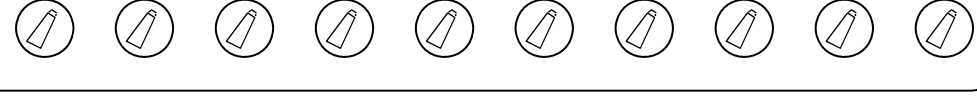


図1 小学校低学年用「お口の健康づくり得点」チェック票

# お口のけんこうづくり点すう

小学校高学年用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

## 1.しつ間にこたえよう

「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこもう

- 服は自分で着ますか。
- 歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。
- 朝ごはん後、歯をみがきますか。
- 昼ごはん後、歯をみがきますか。
- 夕ごはん後、おかしを食べますか。
- 学校へ行く前にテレビを見ますか。
- 食事中、テレビを見ますか。
- 毎日、夜10時まえには寝ていますか。
- 体は自分であいらいますか。
- ねる前に歯をみがきますか。
- あさごはんは食べますか。
- 甘い食べ物が好きですか。
- フッ素を塗ってもらったり、  
フッ素洗口をしたことがありますか。
- 毎日、テレビを2時間以上見ますか。
- 忘れ物をよくしますか。

はい

いいえ

6	4	0	0	0	0
0	0	0	4	3	1
2	1	3	0	0	0
0	4	0	0	0	0
0	0	0	0	0	3
0	0	0	0	1	3
0	0	0	1	0	2
0	1	2	0	0	0
3	1	0	0	0	0
1	2	0	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	0	0	2
1	1	2	0	0	0
0	0	0	0	0	2
0	0	0	1	1	0

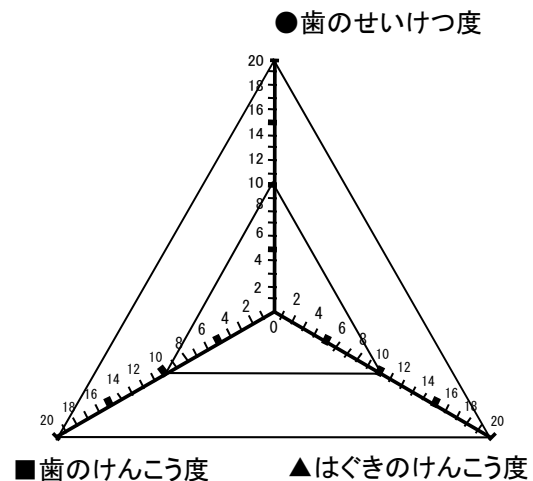
## 2.点すうのけいさんをしよう

1. ○ でかこんだすうじを上からたしましょう→

●	▲	■	●	▲	■
---	---	---	---	---	---

- 2. 「はい」の●と「いいえ」の●のすうじのごうけいはいくつですか( )+( )=( )
- 3. 「はい」の▲と「いいえ」の▲のすうじのごうけいはいくつですか( )+( )=( )
- 4. 「はい」の■と「いいえ」の■のすうじのごうけいはいくつですか( )+( )=( )

## 3.グラフをかこう



\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番

名前 \_\_\_\_\_

図2 小学校高学年用「お口の健康づくり得点」チェック票

# お口の健康づくり得点

中学校用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

## 1. 質問に答えよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこもう

- 歯肉が腫れていますか。
- 歯を磨くと歯肉から出血しますか。
- 学校へ行く前にテレビをみますか。
- 毎日、テレビゲームをしますか。
- 朝食は食べますか。
- 甘い食べ物が好きですか。
- 唾液の働きを知っていますか。
- 朝食後、歯をみがきますか。
- 就寝前に歯をみがきますか。
- 給食を食べるのは早いですか。
- 歯石はなぜできるか知っていますか。
- フッ素を塗ってもらったり、フッ素洗口をしたことがありますか。
- 帰宅時、手を洗いますか。
- 頭は毎日洗いますか。
- 好き嫌いは多い方だと思いますか。
- 食後、お茶を飲みますか。
- 夕食後、おかしを食べますか。
- 清涼飲料水（甘い飲み物）を毎日飲みますか。
- 起床時間は決まっていますか。
- 毎日、テレビを2時間以上見ますか。

はい

いいえ

0	0	0	3	4	0
0	0	0	3	4	0
0	0	0	1	1	2
0	0	0	2	2	0
0	0	3	0	0	0
0	0	0	0	0	3
1	1	2	0	0	0
2	1	0	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	0	1	0
0	0	2	0	0	0
2	1	1	0	0	0
0	0	2	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	1	0	1
1	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	2
0	0	0	1	1	0
0	1	1	0	0	0
0	0	0	0	1	1

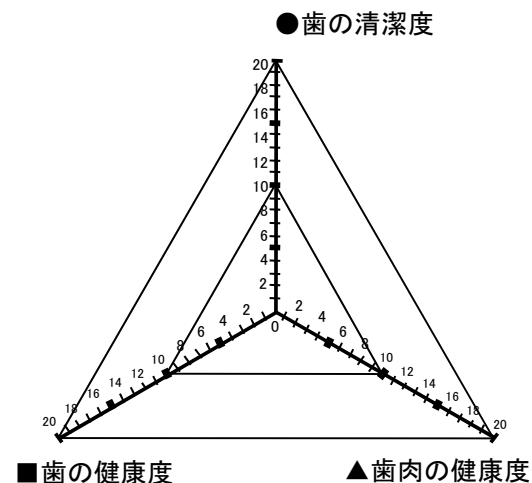
## 2. 点数を求めよう

1. ○ で囲んだ数字を上からたしましょう→

● ▲ ■ ● ▲ ■

2. 「はい」の●と「いいえ」の●の数字の合計はいくつですか ( )+( )=( )
3. 「はい」の▲と「いいえ」の▲の数字の合計はいくつですか ( )+( )=( )
4. 「はい」の■と「いいえ」の■の数字の合計はいくつですか ( )+( )=( )

## 3. グラフをかこう



\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番

名前 \_\_\_\_\_

図3 中学校用「お口の健康づくり得点」チェック票

- 小・中学校「お口のけんこうづくり点すう」食事と時間バージョン

# お口のけんこうづくり点すう

ねん \_\_\_\_\_ ぐみ \_\_\_\_\_ ばん \_\_\_\_\_

## 1.しつ問にこたえよう

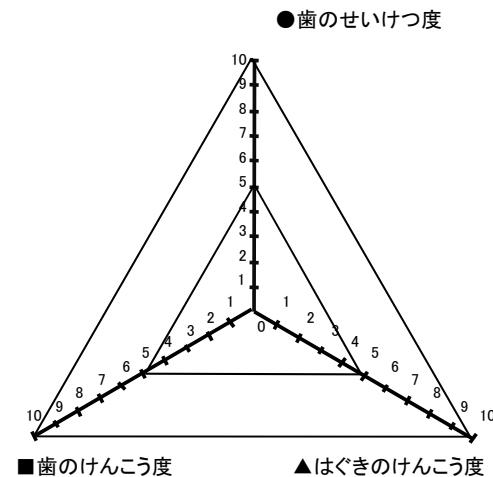
「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこもう

- 歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。
- 毎日、テレビを2時間以上見ますか。
- ハンカチ、ティッシュを持っていますか。
- 昼ごはん後、歯をみがきますか。
- 学校へ行く前にテレビを見ますか。
- 毎日、夜10時まえには寝ていますか。
- 食べ物をよくかんで食べますか。
- 夕ごはん後、おかしを食べますか。
- フッ素を塗ってもらったり、
- フッ素洗口をしたことがありますか。
- 朝おきる時間は決まっていますか。

	はい			いいえ		
0	0	0	2	2	1	
0	0	0	1	2	2	
1	2	0	0	0	0	
2	0	0	0	0	0	
0	0	0	1	1	2	
0	1	2	0	0	0	
1	1	0	0	0	0	
0	0	0	0	0	2	
1	0	1	0	0	0	
1	1	0	0	0	0	

なまえ \_\_\_\_\_

## 3.ぐらふをかこう



## 2.点すうのけいさん进行しよう

1. ○ でかんだすうじを上からたしましよー

- 2. ●と●のすうじのごうけいはいくつですか ( )+( )=( )
- 3. ▲と▲のすうじのごうけいはいくつですか ( )+( )=( )
- 4. ■と■のすうじのごうけいはいくつですか ( )+( )=( )

## 5.なにを食べたかな

きょうの  
あさごはん

きのうの  
ゆうごはん

## 4.せいかつのリズム

ねたじかん \_\_\_\_\_じ\_\_\_\_\_ふん ごろ  
 おきたじかん \_\_\_\_\_じ\_\_\_\_\_ふん ごろ  
 家をでたじかん \_\_\_\_\_じ\_\_\_\_\_ふん ごろ  
 あさいうち した しない  
 テレビをみたじかん \_\_\_\_\_じかん  
 ゲームをしたじかん \_\_\_\_\_じかん  
 メールをしたじかん \_\_\_\_\_じかん



# お口のけんこうづくり点すう

ねん \_\_\_\_\_ ぐみ \_\_\_\_\_ ばん \_\_\_\_\_

## 1. しつ問にこたえよう

しつ問に答えて「はい」か「いいえ」を

でかこもう

◆ 歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。

はい 

いいえ 

◆ 毎日、テレビを2時間以上見ますか。

はい 

いいえ 

◆ ハンカチ、ティッシュを持っていますか。

はい 

いいえ 

◆ 昼ごはん後、歯をみがきますか。

はい 

いいえ 

◆ 学校へ行く前にテレビを見ますか。

はい 

いいえ 

◆ 毎日、夜10時まえには寝ていますか。

はい 

いいえ 

◆ 食べ物をよくかんで食べますか。

はい 

いいえ 

◆ 夕ごはん後、おかしを食べますか。

はい 

いいえ 

◆ フッ素を塗ってもらったり、

フッ素洗口をしたことがありますか。

はい 

いいえ 

◆ 朝おきる時間は決まっていますか。


はい 


いいえ 


なまえ \_\_\_\_\_

小学校低学年用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

## 2. 数をかぞえよう

でかこんだ  の数は  
( )こ

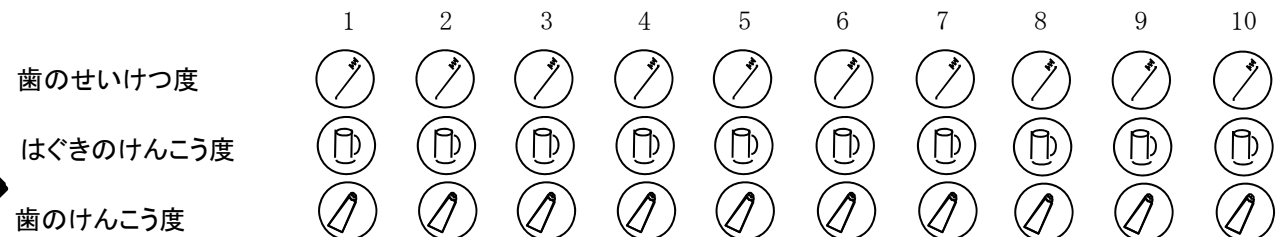
でかこんだ  の数は  
( )こ

でかこんだ  の数は  
( )こ

## 3. ぐらふをかこう

でかこんだ  の数

だけ    に  
色をぬろう。



## 4. せいかつのリズム

ねたじかん \_\_\_\_\_ じ \_\_\_\_\_ ふん \_\_\_\_\_ ごろ  
おきたじかん \_\_\_\_\_ じ \_\_\_\_\_ ふん \_\_\_\_\_ ごろ  
家をでたじかん \_\_\_\_\_ じ \_\_\_\_\_ ふん \_\_\_\_\_ ごろ

あさにうち した \_\_\_\_\_ しない \_\_\_\_\_  
テレビをみたじかん \_\_\_\_\_ じかん \_\_\_\_\_  
ゲームをしたじかん \_\_\_\_\_ じかん \_\_\_\_\_  
メールをしたじかん \_\_\_\_\_ じかん \_\_\_\_\_

## 5. なにを食べたかな

きょうの  
あさごはん

きのうの  
ゆうごはん

# お口のけんこうづくり点すう

年 組 番

## 1.しつ問にこたえよう

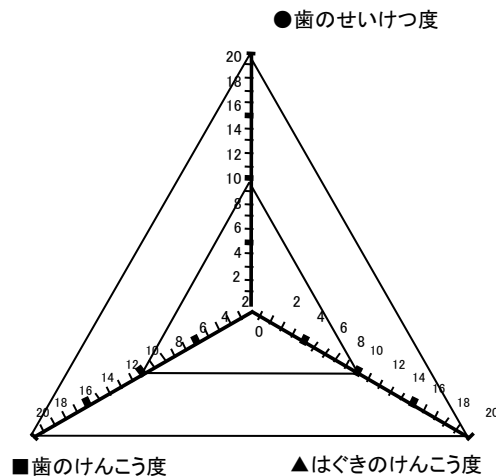
「はい」か「いいえ」のすうじを○でかこもう

- 服は自分で着ますか。
- 歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。
- 朝ごはん後、歯をみがきますか。
- 昼ごはん後、歯をみがきますか。
- 夕ごはん後、おかしを食べますか。
- 学校へ行く前にテレビを見ますか。
- 食事中、テレビを見ますか。
- 毎日、夜10時まえには寝ていますか。
- 体は自分であらいますか。
- ねる前に歯をみがきますか。
- 朝ごはんは食べますか。
- 砂糖の入った甘い食べ物が好きですか。
- フッ素を塗ってもらったり、  
フッ素洗口をしたことがありますか。
- 毎日、テレビを2時間以上見ますか。
- 忘れ物をよくしますか。

はい	いいえ
6 : 4 : 0	0 : 0 : 0
0 : 0 : 0	4 : 3 : 1
2 : 1 : 3	0 : 0 : 0
0 : 4 : 0	0 : 0 : 0
0 : 0 : 0	0 : 0 : 3
0 : 0 : 0	0 : 1 : 3
0 : 0 : 0	1 : 0 : 2
0 : 1 : 2	0 : 0 : 0
3 : 1 : 0	0 : 0 : 0
1 : 2 : 0	0 : 0 : 0
1 : 1 : 0	0 : 0 : 0
0 : 0 : 0	0 : 0 : 2
1 : 1 : 2	0 : 0 : 0
0 : 0 : 0	0 : 0 : 2
0 : 0 : 0	1 : 1 : 0

氏名 \_\_\_\_\_

## 3.ぐらふをかこう



## 2.点すうのけいさんをしよう

1. ○ でかこんだすうじを上からたしましよー

- 2. ●と●のすうじのごうけいはいくつですか ( ) + ( ) = ( )
- 3. ▲と▲のすうじのごうけいはいくつですか ( ) + ( ) = ( )
- 4. ■と■のすうじのごうけいはいくつですか ( ) + ( ) = ( )

● ▲ ■	● ▲ ■
-------	-------

## 4.生活のリズム

ねた時間 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 ごろ  
 おきた時間 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 ごろ  
 家をでた時間 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分 ごろ  
 朝のうんち した しない  
 テレビをみた時間 \_\_\_\_\_ 時間  
 ゲームをした時間 \_\_\_\_\_ 時間  
 メールをした時間 \_\_\_\_\_ 時間

## 5.なにを食べたかな

今日の  
朝ごはん

きのうの  
夕ごはん

# お口の健康づくり得点

年 組 番

## 1. 質問に答えよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこもう

- 歯肉が腫れていますか。
- 歯を磨くと歯肉から出血しますか。
- 学校へ行く前にテレビを見ますか。
- 毎日、テレビゲームをしますか。
- 朝食は食べますか。
- 砂糖の入った甘い食べ物が好きですか。
- 唾液の働きを知っていますか。
- 朝食後、歯をみがきますか。
- 就寝前に歯をみがきますか。
- 給食を食べるのは早いですか。
- 歯石はなぜできるか知っていますか。
- フッ素を塗ってもらったり、  
フッ素洗口をしたことがありますか。
- 帰宅時、手を洗いますか。
- 頭は毎日洗いますか。
- 好き嫌いは多い方だと思いますか。
- 食後、お茶を飲みますか。
- 夕食後、おかしを食べますか。
- 清涼飲料水(甘い飲み物)を毎日飲みますか。
- 起床時間は決まっていますか。
- 毎日、テレビを2時間以上見ますか。

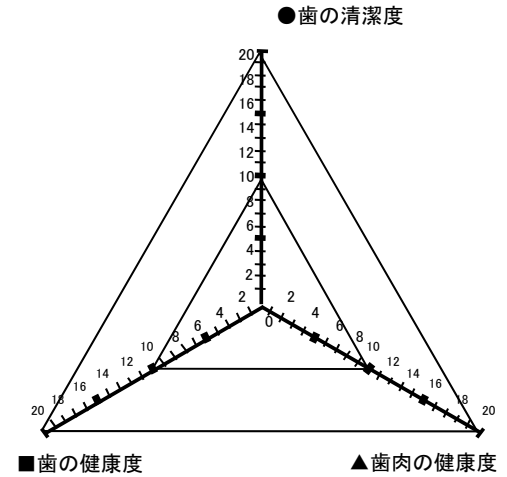
はい

いいえ

0	0	0	3	4	0
0	0	0	3	4	0
0	0	0	1	1	2
0	0	0	2	2	0
0	0	3	0	0	0
0	0	0	0	0	3
1	1	2	0	0	0
2	1	0	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	1	1	0
0	0	2	0	0	0
2	1	1	0	0	0
0	0	2	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	1	0	1
1	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	2
0	0	0	1	1	0
0	1	1	0	0	0
0	0	0	0	1	1

氏名 \_\_\_\_\_

## 3. グラフをかこう



## 2. 点数を求めよう

1. ○ で囲んだ数字を上からたしましょう→

●	▲	■
---	---	---

2. 「はい」の●と「いいえ」の●の数字の合計はいくつですか( )+( )=( )
3. 「はい」の▲と「いいえ」の▲の数字の合計はいくつですか( )+( )=( )
4. 「はい」の■と「いいえ」の■の数字の合計はいくつですか( )+( )=( )

## 4. 生活のリズム

寝た時間 \_\_\_\_\_時\_\_\_\_分 ごろ  
 おきた時間 \_\_\_\_\_時\_\_\_\_分 ごろ  
 家を出た時間 \_\_\_\_\_時\_\_\_\_分 ごろ  
 朝の排便 した しない  
 テレビを見た時間 \_\_\_\_\_時間  
 ゲームをした時間 \_\_\_\_\_時間  
 メールをした時間 \_\_\_\_\_時間

## 5. 食事の内容

今日の  
朝ごはん

きのうの  
夕ごはん

- 小・中学校、高等学校用「お口のけんこうづくり点すう」目標作成バージョン

# お口のけんこうづくり点すう

小学校低学年用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

ねん \_\_\_\_\_ くり \_\_\_\_\_ ばん \_\_\_\_\_

## 1. しつ問にこたえよう

しつ問に答えて「はい」か「いいえ」を  でかこもう

◆ 歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。

はい  

いいえ  

◆ 毎日、テレビを2時間以上見ますか。

はい  

いいえ  

◆ ハンカチ、ティッシュを持っていますか。

はい  

いいえ  

◆ 昼ごはん後、歯をみがきますか。

はい  

いいえ  

◆ 学校へ行く前にテレビを見ますか。

はい  

いいえ  


◆ 毎日、夜10時まえには寝ていますか。

はい  


いいえ  


◆ 食べ物をよくかんで食べますか。

はい  

いいえ  

◆ 夕ごはん後、おかしを食べますか。

はい  

いいえ  


◆ フッ素を塗ってもらったり、


フッ素洗口をしたことがありますか。

はい  

いいえ  


◆ 朝おきる時間は決まっていますか。


はい  


いいえ  

なまえ \_\_\_\_\_







## 2. 数をかぞえよう































でかこんだ  の数は ( ) こ

でかこんだ  の数は ( ) こ

でかこんだ  の数は ( ) こ

## 3. ぐらふをかこう

でかこんだ    の数  
だけ    に  
色をぬろう

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
歯のせいけつ度										
はぐきのけんこう度										
歯のけんこう度										

## 4. よい生活習慣はなにかな

## 5. どの生活習慣をよくできるかな

# くち お口のけんこうづくり点すう てん

小学校高学年用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

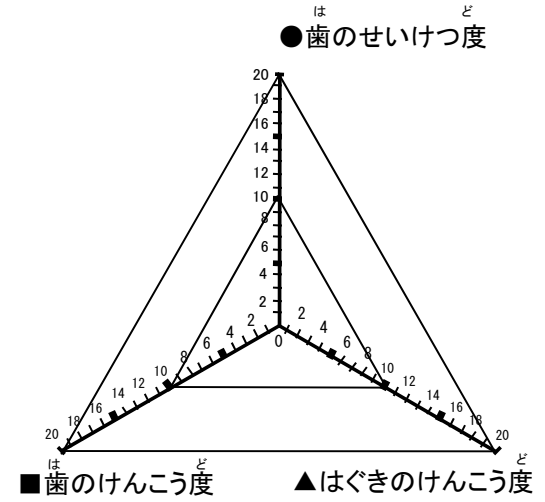
## 1.1つ問にこたえよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこもう

服は自分で着ますか。  
歯をみがくと歯ぐきから血が出ますか。  
朝ごはん後、歯をみがきますか。  
昼ごはん後、歯をみがきますか。  
夕ごはん後、おかしを食べますか。  
学校へ行く前にテレビを見ますか。  
食事中、テレビを見ますか。  
毎日、夜10時まえには寝ていますか。  
体は自分であらいますか。  
夜、寝る前に歯をみがきますか。  
朝ごはんは食べますか。  
甘い食べ物が好きですか。  
フッ素を塗ってもらったり、  
フッ素洗口をしたことがありますか。  
毎日、テレビを2時間以上見ますか。  
忘れ物をよくしますか。

はい			いいえ		
6	4	0	0	0	0
0	0	0	4	3	1
2	1	3	0	0	0
0	4	0	0	0	0
0	0	0	0	0	3
0	0	0	0	1	3
0	0	0	1	0	2
0	1	2	0	0	0
3	1	0	0	0	0
1	2	0	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	0	0	2
1	1	2	0	0	0
0	0	0	0	0	2
0	0	0	1	1	0

## 3.グラフをかこう



## 2.点数の計算をしよう

1. ○ でかこんだ数字を上からたしましょう→

2. 「はい」の●と「いいえ」の●の数字の合計はいくつですか ( )+( )=( )
3. 「はい」の▲と「いいえ」の▲の数字の合計はいくつですか ( )+( )=( )
4. 「はい」の■と「いいえ」の■の数字の合計はいくつですか ( )+( )=( )

## 4.よい生活習慣はなにか

## 5.どの生活習慣をよくできるかな

ねん 年      くみ 組      ばん 番

なまえ 名前 \_\_\_\_\_

# お口の健康づくり得点

中学校用  
多治見市歯科医師会  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

## 1. 質問に答えよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこもう

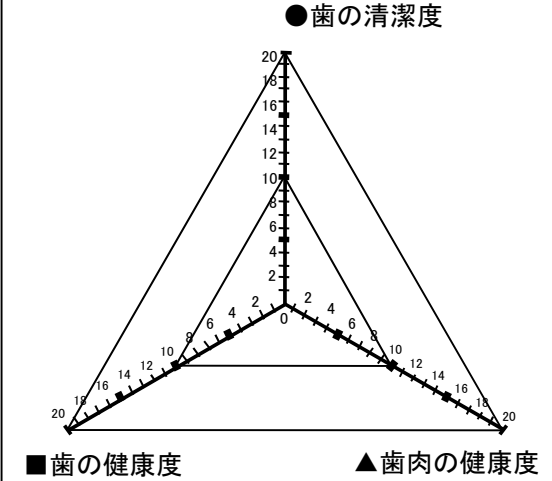
- 歯肉が腫れていますか。
- 歯を磨くと歯肉から出血しますか。
- 学校へ行く前にテレビをみますか。
- 毎日、テレビゲームをしますか。
- 朝食は食べますか。
- 甘い食べ物が好きですか。
- 唾液の働きを知っていますか。
- 朝食後、歯をみがきますか。
- 就寝前に歯をみがきますか。
- 給食を食べるのは早いですか。
- 歯石はなぜできるか知っていますか。
- フッ素を塗ってもらったり、  
フッ素洗口をしたことがありますか。
- 帰宅時、手を洗いますか。
- 髪の毛(頭)は毎日洗いますか。
- 好き嫌いは多い方だと思いますか。
- 食後、お茶を飲みますか。
- 夕食後、おかしを食べますか。
- 清涼飲料水(甘い飲み物)を毎日飲みますか。
- 起床時間は決まっていますか。
- 毎日、テレビを2時間以上見ますか。

はい

いいえ

0	0	0	3	4	0
0	0	0	3	4	0
0	0	0	1	1	2
0	0	0	2	2	0
0	0	3	0	0	0
0	0	0	0	0	3
1	1	2	0	0	0
2	1	0	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	1	1	0
0	0	2	0	0	0
2	1	1	0	0	0
0	0	2	0	0	0
1	1	0	0	0	0
0	0	0	1	0	1
0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	2
0	0	0	1	1	0
0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	1	1

## 3. グラフをかこう



## 2. 点数を求めよう

1. ○で囲んだ数字を上からたしましょう→

● ▲ ■

- 2. 「はい」の●と「いいえ」の●の数字の合計はいくつですか( )+( )=( )
- 3. 「はい」の▲と「いいえ」の▲の数字の合計はいくつですか( )+( )=( )
- 4. 「はい」の■と「いいえ」の■の数字の合計はいくつですか( )+( )=( )

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番

名前 \_\_\_\_\_

## 4. よい生活習慣はなにかな

## 5. どの生活習慣をよくなるかな 目標を書こう

# 高校生 歯・口腔の健康づくり得点

高等学校用  
愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座

## 1. 質問に答えよう

「はい」か「いいえ」の数字を○でかこもう

歯肉（歯ぐき）が、腫れることがありますか

間食をよくしますか

趣味がありますか

かかりつけの歯医者さんはありますか

歯の治療は早めに受けるようにしていますか

歯肉から血がでることがありますか

歯磨きを1日2回以上していますか

口臭がありますか

歯科医院などで、

歯磨きの方法を教えてもらったことがありますか

フッ素塗布を受けたことや

フッ素洗口をしたことがありますか

歯科医院で歯石を取ってもらったことがありますか

はい

いいえ

0	0	0	0	0	0	11	0	0	10
0	0	0	0	0	7	0	0	0	0
0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	3	0	0	0	0	0	0
5	5	8	1	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	6	0	0
0	0	0	5	5	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	20	5
8	9	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	5	0	0	0	0	0	0
0	6	0	0	0	0	0	0	0	0

## 2. 点数を求めよう

1. ○で囲んだ数字を上からたしましょう→

2. う歯 Aの小計+Fの小計=( )

3. CO Bの小計=( )

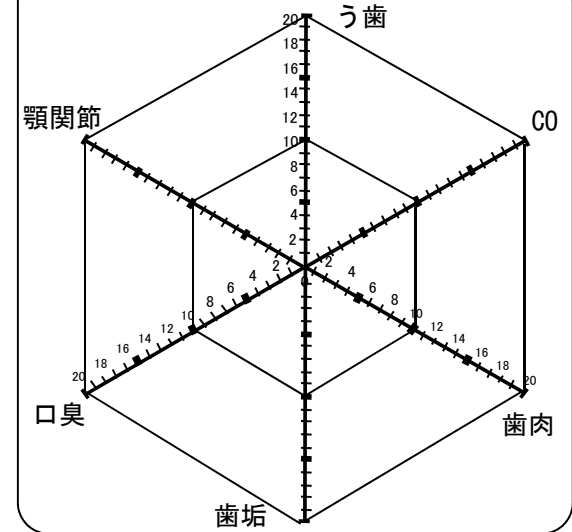
4. 歯肉 Cの小計+Gの小計=( )

5. 歯垢 Dの小計+Hの小計=( )

6. 口臭 Iの小計=( )

7. 顎関節 Eの小計+Jの小計=( )

## 3. グラフをかこう



\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 \_\_\_\_\_番

名前 \_\_\_\_\_

## 得点判定のめやす

	この調子	あとひとがんばり	がんばろう
う歯	15~20	8~14	0~7
CO	15~20	8~14	0~7
歯肉	19~20	12~18	0~11
歯垢	15~20	10~14	0~9
口臭	20		0
顎関節	19~20	14~18	0~13

## 4. よい生活習慣はなにか

## 5. どの生活習慣をよくなるかな 目標を書こう



は とくてん  
歯のけんこうつくり得点

ようちえんじょう  
幼稚園児用

くみ なまえ

しつもん こと てんすう かこ  
質問にたいする答えの点数を○で囲んでください

あさ は はい いいえ  
朝ごはんのあと、歯をみがきますか。 1 0

ちゅう み はい いいえ  
しょくじ中、テレビを見ますか。 0 3

て はい いいえ  
そとからかえると手をあらいますか。 5 0

ゆう は はい いいえ  
夕ごはんのあと、歯をみがきますか。 5 0

じかん み はい いいえ  
まいにち、テレビを2時間いじょう見ますか。 0 1

ゆう た はい いいえ  
夕ごはんのあと、ねるまでに、おかしを食べますか。 0 3

よる じまえ はい いいえ  
まいにち、夜10時前にはねていますか。 2 0

かこ すうじ かいごう  
○で囲んだ数字をたしてださい 合計

はい + いいえ

=  てん  
点