

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」



株式会社ロッテ
2025年12月25日(木)

幼稚園児がサンタクロースと一緒にフーセンガムに挑戦 楽しみながらお口周りのトレーニング！

「フーセンガムトレーニング クリスマス会」を開催

子どもの口腔機能の発達不全改善には、意識的に口周りの筋肉を動かすことが重要！

株式会社ロッテ（東京都新宿区、代表取締役社長執行役員：中島 英樹、以下 ロッテ）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・山口県と、口腔機能向上を目指し、今年も山口県内54園の1,093名の年長園児にフーセンガムを提供、フーセンガムトレーニングを実施しました。

このたび、本取り組みを受け、2025年12月22日(月)に徳山めぐみ幼稚園(山口県周南市 園長:村田 佳奈)にて「フーセンガムトレーニング クリスマス会」を実施しました。当日はロッテのフーセンガム名人がサンタクロースに扮し、園児にフーセンガムの噛み方やふくらませ方をレクチャー、フーセンガムを使用した技を披露しました。



ガムをもっている園児



フーセンガムをふくらませる園児

■ 口腔機能の発達に繋がる「フーセンガムトレーニング」 園児がサンタクロースと一緒に楽しくフーセンガムに挑戦！！

「フーセンガムトレーニング クリスマス会」にサンタクロースに扮したロッテのフーセンガム名人が登場！一足早いサンタクロースの登場に参加した約50名の園児たちからは驚きと嬉しさの歓声が上がりました。園児たちは約2か月間「フーセンガムトレーニング」を実施してきましたが、サンタクロースと一緒にフーセンガムをふくらませることにチャレンジ。みんな楽しそうにトライしており、何度もフーセンをふくらませている園児もいました。また、数名の園児が舞台上上がり、大きくフーセンをふくらませ披露してくれました。

園児たちは「楽しかった！」「もっと大きくふくらませたい！」「技ができるようになりたい！」などと楽しそうに話していました。村田園長は「園児にとって、このフーセンガムトレーニングは楽しい時間となっています。トレーニングを重ねて、5分間ガムを噛み続けるようになったり、フーセンをふくらませられるようになったりと、少しずつ自信がついてきているようです」とフーセンガムトレーニングによる園児たちの変化を実感していました。

最後にサンタクロースからクリスマスプレゼントとしてお菓子のプレゼント。園児たちは大興奮のままクリスマス会は終了しました。



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」



噛んだガムの色を測定中



大きなフーセンガムを披露するフーセンガム名人

公益社団法人山口県歯科医師会 小山茂幸 会長 コメント



近年、お口ポカンや上手に食事をと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ます。そのような中、2022年に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、2023年から山口県内の園でフーセンガムトレーニングを導入しています。

ガムを噛むことで、口周りの筋肉が鍛えられますし、唾液も出ます。よく噛むことで、味覚もよくなりますし、脳の活性化にもつながると言われています。フーセンガムは子どもたちが楽しくトレーニングできるツールです。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。

学校法人徳山めぐみ幼稚園 村田佳奈 園長 コメント



フーセンガムトレーニングは、何よりも子どもたちが楽しみながら取り組んでいます。今日もとても楽しそうにフーセンをふくらませていました。当初は、上手に噛めなかったりフーセンが作れない園児がほとんどでしたが、トレーニングを重ね、ふくらませられるようになったことに喜びを感じている園児もいます。トレーニング最終日に「咀嚼チェックガム」を噛むのですが、それをいつ噛めるのか、何度も確認にくる園児もいました。トレーニングの成果を実感し、チェックガムのスコアが良くなっているのを早く確かめたかったようです。また、ご家庭でも一緒にガムを噛む時間をつくるなど協力的に進めてもらっています。口周りの筋肉が鍛えられることで、日常の「お口ポカン」や口呼吸が減るなど、健康面での良い効果がでることを期待しています。

■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！

- ・**口腔発達**：口腔機能の発達不全は、口の健康だけではなく、生活にも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、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。

※リリース参照 <https://www.lotte.co.jp/info/news/pdf/20230607142645.pdf>

- ・**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、ガムを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。

- ・**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を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。

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」



「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。

口からカラダへ。



ロッテのサステナビリティ目標「[ロッテ ミライチャレンジ 2048](#)」では、「噛むこと」による健康増進の普及を目標ひとつに掲げており、「噛むこと」と健康に関する研究と啓発活動を推進しています。ロッテの掲げる目標や達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。フーセンガムをふくらませることは「噛むこと」に加えて「舌を動かしてガムをまとめる・伸ばす」「口をしっかりと閉じる」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

は
ガム
ペロ

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！



動画サイト：「フーセンガムのふくらませ方」篇 <https://www.youtube.com/watch?v=E05ly8bWheY>

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。

(日本歯科医学会のチェックシートを参考に作成)

<https://www.jads.jp/assets/pdf/basic/r06/document-240402-2.pdf>

口腔機能の発達不全チェック

- | | | |
|--------|--------------------------|---|
| check1 | <input type="checkbox"/> | 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 | <input type="checkbox"/> | 鼻もつまっていないのに、いびきをかくようになった。 |
| check3 | <input type="checkbox"/> | 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 | <input type="checkbox"/> | 食べ物を口に入れてからなかなか飲み込めない。 |
| check5 | <input type="checkbox"/> | 5歳以上の子どもの滑舌が気になる。
特に「カ行・サ行・タ行・ナ行・ラ行」がしっかり言えない。 |
| check6 | <input type="checkbox"/> | 食事の際、片側の歯・顎ばかりで噛んでいる。 |