



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」

株式会社ロッテホールディングス

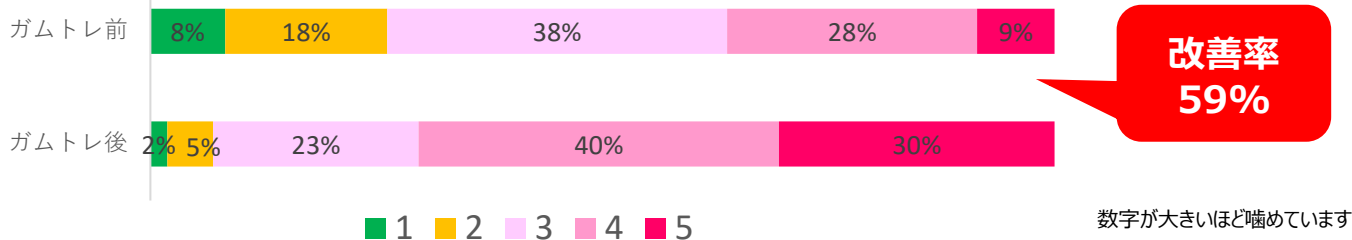
2026年5月19日(火)

## 約6割の園児がお口の機能改善！

### 山口県内54園、1093名の年長園児がフーセンガムトレーニングを実施 「お口ポカンが改善した」「子どもの意識が変わった」と保護者や先生も実感

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、2023年度から実施している「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54園、1093名の年長園児を対象に、2025年10月より2か月間、園でフーセンガムトレーニングを実施しました。この度、本取り組みを受け保護者・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、お口ポカンや食事時の咀嚼音、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。

《咀嚼チェックガム数値》



### ■ トレーニングの結果、お口ポカン、食事時の咀嚼音、睡眠時のいびきのすべてで改善を確認！



フーセンガムトレーニングの様子

各園児に2か月間フーセンガムトレーニングを行ってもらい、トレーニング前後に噛めているかを確認できるキシリトール咀嚼チェックガム(※1)を用いて確認したところ、2か月のトレーニングによる**改善率は59%**(440名/748名)という結果になりました。

また、保護者へのアンケート調査(408名回答)によると、トレーニング前は気が付くと口が開いてしまうお口ポカンだった園児の**44%の保護者が「改善した」「やや改善した」と回答**。その他、**食事時の咀嚼音は改善率52%、睡眠時のいびきの改善率は47%**という結果になりました。

(※1)商品サイト：<https://www.oralcare.co.jp/product/xylitol-check-gum>

関連サイト：[https://www.oralcare.co.jp/manage/wp-content/uploads/2026/01/soshaku\\_sk.pdf](https://www.oralcare.co.jp/manage/wp-content/uploads/2026/01/soshaku_sk.pdf)



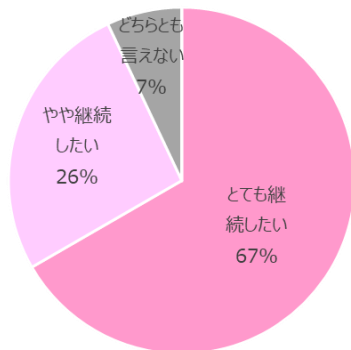
社名の由来である  
“若きウェルテルの悩み”のヒロイン  
「シャルロット」

## ■保護者・教員共に高評価！93%が今後も園でトレーニングを継続したいと回答

保護者と教員の双方から、効果を実感したり、意識や行動が変わったりと肯定的なコメントが多く集まり、高評価をいただきました。教員に継続意向を聞いたところ、93%の方がトレーニングを継続したいと回答しました。また、実施満足度も97%と非常に高く、園児の意識・行動の変化に対しても、86%が変化があったと回答しています。

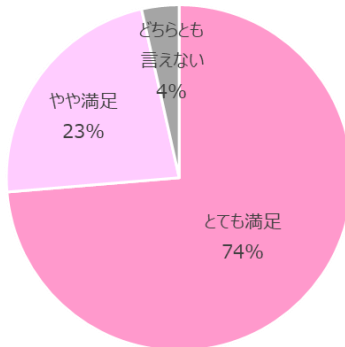
### 教員の継続意向

93%



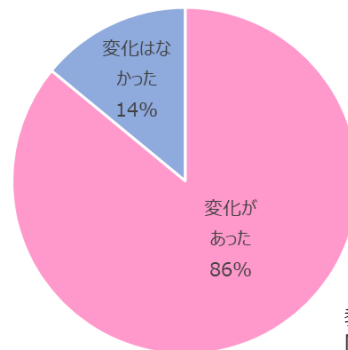
### 教員の満足度

97%



### 教員から見た 子どもの意識・行動の変化

86%



教員  
N = 57

## ■保護者コメント（意識・行動の変化） ※一部抜粋

- ・ 沢山噛むことを意識するようになった
- ・ 口の筋肉を使うことで笑った顔が更に可愛くなった
- ・ 何かに集中すると口が少し開いていることがあったが、しっかり口を閉じるようになった
- ・ 歯磨きへの意識が改善。眠くても必ず歯磨きしてから寝ると、自分から歯磨きを積極的に行うようになった
- ・ 食事中のぺちゃくちゃ音を出して食べるのが大きく減った

## ■教員コメント（トレーニング満足度や子どもたちの変化） ※一部抜粋

- ・ 膨らませたいという目標と同時に噛むという事への意識が増した
- ・ 食事の際にもよく噛むことができ、言葉の発音も聞きとりやすくなってきた
- ・ 友達の成功を自分のことのように喜ぶことができた
- ・ 歯磨きをしっかりとるようになった
- ・ 口を閉じて噛むこと、音を立てて噛まないことを学ぶことができた

## 公益社団法人山口県歯科医師会 小山会長 コメント



昨今、食生活の変化などもあり、舌をうまく動かせない子ども、かたい物を上手く噛めない子どもが増えています。また、唇の力が弱いことでリコーダーがふけない子どもが急増中といった話も聞きます。このため、口腔機能に関する適切な情報提供や指導・介入を早い時期から行う必要性があると考えています。そのような中でロッテと共同で行ったフーセンガムトレーニングの実証実験の結果を基に、2023年より、山口県内の年長園児を対象としたフーセンガムトレーニングを導入することで、多くの園児に咀嚼能力の改善が見られ、意識や行動変化も促すことができてきました。2025年も継続的に取り組みを実施し、今回は54園、1093名の年長児に取り組んでもらいました。今年度からは園での実施のしやすさを考慮し、昨年度までの1日2回から1回にトレーニング回数を減らしましたが、それでも、咀嚼チェックガムの色変わりは、昨年の55%に続き、今年も59%が改善、園での継続意向は72%から93%に大幅に増加しており、より運用しやすい形になっております。この結果を受け、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非常に感じています。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。



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を案内、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、膨らませ方説明用紙

咀嚼チェックガムスコア記録用紙、フーセンガム膨らませ方動画DVD、咀嚼チェックガムの使い方動画DVD

【方法】平日の園で1日1回1枚5-10分間のフーセンガムトレーニングを2か月間実施（2025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り噛めているかを確認、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  
【参加園（掲載許可園）】あさひ小郡保育園、愛隣幼児学園、下関市立豊東幼稚園、華城幼稚園、岩国市立玖珂幼稚園、三田尻保育園、山口市立山口みなみこども園、社会福祉法人ひづみ保育園、小羽山幼稚園、小月こども園、第二波木保育園、藤村学園認定こども園旭幼稚園、認定こども園玖珂中央幼稚園、波木保育園、はあとこども園中央、真長田保育園、灘幼稚園、姫井保育園



咀嚼チェックガム

### 「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。



## ■ガムを噛むことのメリット多数！口腔発達や運動能力、記憶力・集中力にも影響

### 【研究によって確認された、子どもが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。

参考：<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.

#### ⑤集中力アップ

ガムを噛みながら集中力テストを実施すると、後半の成績低下が起こらず、集中力が高く維持される。

参考：<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000043.000110734.html>



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」

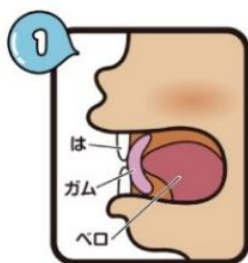
## ■口の発育には「お口遊び」!

### 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

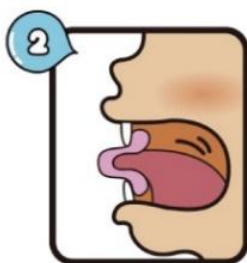
子どもの口周りの運動のためには、「シャボン玉」や「吹き戻し」など口をつかった遊びが効果的です。フーセンガムを膨らませることは「噛むこと」に加えて「舌を動かしてガムをまとめる・伸ばす」「口をしっかり閉じる」など、繊細な動きと筋肉運動が必要で口周りのトレーニングになると考えられます。

## フーセンガムでガムトレ!

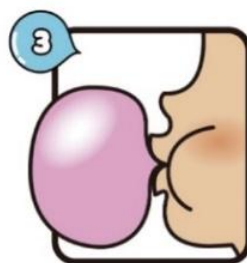
フーセンガムを噛むことはお子さまの口育につながります。



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  
ふくらませる準備をする



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!

## ■あなたのお子さまは大丈夫? 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。