

第5章 歯科口腔保健の推進【第2次焼津市歯科口腔保健計画】

第1節 基本理念

基 本 理 念

生涯にわたって 自ら取り組む 歯と口の健康づくり

～ 全身の健康保持・増進、生活の質向上、健康寿命の延伸に向けて ～

歯と口腔の健康は、「食べる」という生きていく上で必要不可欠な機能を保持するとともに、「話す」「表情を整える」という人間らしく豊かな生活を送る上で必要な機能の基礎にもなることから、生活の質の向上に向けて誰もが生涯にわたって維持・増進を図っていくことが求められるものです。

また、近年、歯と口腔の健康状態は全身の健康状態と大きく関係していることがわかってきており、健康的な生活を実現するための基礎として、歯と口腔の健康づくりを推進することがいっそう重要となっています。

そのため、こどもの頃からむし歯や歯周病の予防に努めるとともに、口腔内の健康を維持することで生活習慣病の発症予防や咀嚼や嚥下・発音等の機能の保持につなげていくことが大切です。

本計画においては、「生涯にわたって自ら取り組む歯と口の健康づくり」を基本理念として、全ての年代に向けた歯科口腔保健の取組を推進していきます。

第2節 基本方針

基本理念の実現を目指して、歯科口腔保健計画においては以下の基本方針を掲げ、歯科口腔保健施策の充実を図ります。

基本方針 歯と口の健康格差の縮小

歯と口腔の健康は、健康で質の高い生活を送る上で基礎的かつ重要な役割を担っているだけでなく、全身の健康にも関係していることから、市民一人ひとりの置かれている状況に関わらず、等しく保障されることが求められます。

歯と口腔の健康を損なう大きな要因である歯の喪失を防ぐために、こどもの頃からむし歯予防・歯周病予防に取り組むことが重要です。幼少期における歯みがき習慣の定着や、定期的な歯科健診受診による口腔管理の重要性について啓発していくことで、歯科保健の観点からの健康の保持増進を図っていきます。

また、とりわけ高齢期においては、歯と口腔の機能が低下し、心身機能の低下につながりやすい状態である「オーラルフレイル」の予防に意識的に取り組むことが大切です。高齢期になる前の中年期から、咀嚼や嚥下、発話等の口腔機能の維持・向上を図るとともに、少しでも多く自分の歯を保つ8020（はちまるにいまる）運動を推進していきます。

重点目標

指標	出典	現状値 2023 (令和5) 年度	中間目標値 2029 (令和11) 年度	最終目標値 2035 (令和17) 年度
80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合	①	67.9%	75.0%	85.0%
50歳以上における咀嚼良好者の割合	②	65.8%	73.0%	80.0%

出典：①後期高齢者歯科健診結果

②健康・食育に関するアンケート調査結果

第3節 施策の体系

基本方針	基本施策	取組目標
基本方針 健康格差の縮小 歯と口の	基本施策1 歯科疾患の予防・重症化予防	A こどもから、めざそう8020 (はちまるにいます) B 歯科健診、受けて体も心も元気
	基本施策2 口腔機能の維持・向上	C オーラルフレイル予防で、健康長寿

第4節 施策の展開

基本方針 歯と口の健康格差の縮小

基本施策1 歯科疾患の予防・重症化予防



現状と課題・基本認識

- 数値目標における40歳・60歳で中等度以上の歯周炎である方の割合は、40歳で現状約4割、60歳では約半数であり、やや減少傾向にあるものの目標の達成には至っていません。
- 数値目標における成人歯科健診受診率は8.9%に減少し、悪化しており、目標の達成には至っていません。一方、2024（令和6）年度より、本市においては「成人歯科健診」の対象年齢を拡大しています。今後も定期的な受診勧奨を効果的に推進していく必要があります。
- こどものむし歯の有病率の指標をみると、全体的に改善傾向にあります。3歳児のむし歯有病率や小学6年生と中学3年生でむし歯を経験した児童の割合は目標値を達成しています。学齢期から歯と口腔の健康を維持することは、成人となった後生涯にわたる生活にも大きく影響するため、学校などにおける歯科健診事業などによる歯の健康を守る取組を推進していくことが重要です。
- 事業者・団体等アンケート調査結果では、食べ物の咀嚼がうまくできないこどもの増加を指摘する意見が寄せられています。硬い食べ物を食べる機会が少なくなっていることで、あごの発達が不十分であることも一因と考えられます。成長過程に応じた口腔機能の獲得を図るため、家庭においてこどもが自分でよく噛んで食べる習慣をつくることが重要です。

課題解決に向けた方向性

- ✓ 定期的な歯科健診の受診による歯と口腔の健康管理の充実を図る。
- ✓ 乳幼児期から学齢期においては、さらなるむし歯の減少に向け、むし歯予防につながる生活習慣を確実に身につけられるよう取り組む。
- ✓ こどもの時から必要な口腔機能を獲得できるように、栄養指導と併せてよく噛んで食べることの大切さについて周知・啓発を行う。
- ✓ 歯周病と糖尿病・循環器疾患等の生活習慣病との関係性について情報を発信し、理解促進を図る。
- ✓ 市民、事業者、保健・医療関係者、行政がそれぞれの立場において歯と口腔の健康づくりに取り組むとともに、相互の連携を強化する。

取組目標A 「こどもから、めざそう8020（はちまるにいます）」

行政が推進する取組

- 乳幼児期からのむし歯予防を推進するため、各月齢・年齢における健診や妊婦健診、各種教室の機会を通じて歯と口の健康づくりについて指導するとともに、健診の受診率及び教室の参加率の向上を図ります。
- フッ素塗布の実施やフッ化物入り歯磨き剤の使用を推奨するとともに、むし歯予防のための歯磨き習慣や、よく噛んで食べる理想的な食習慣の定着を図ります。
- 保育や教育の場において歯科保健指導を実施し、幼児期・学齢期における正しい歯磨き習慣の確立やむし歯・歯周病予防を推進します。
- 保健指導や健康教室、各種イベントなどの啓発事業や広報紙等を活用して、「8020運動」やかかりつけ歯科医を持つことの重要性、口腔機能の維持・向上、むし歯予防、歯周病予防が生活習慣病予防等全身の健康につながることを啓発していきます。

【主な取組】

取組名	取組内容	担当課
幼児健康診査	歯科疾患の予防のため、1歳6か月児健診、3歳児健診において、歯科健診と健康教育等を行います。	健康づくり課
歯に関する相談・教室	健康な歯を育てるための歯磨き習慣や規則的な食習慣の定着を図るため、6～7か月相談、フッ素塗布、2歳児歯みがき教室を行います。	健康づくり課
小中学校歯科保健事業	むし歯予防のために、身体測定時や学級活動の時間における保健指導等により、規則正しい食習慣や歯磨きを励行します。	学校教育課

市民（家庭）に求められる取組

- むし歯や歯周病、歯周病と生活習慣病の関わりについての理解を深めましょう。
- 正しい歯の磨き方を身につけましょう。
- 保護者は仕上げ磨きを行い、こどもの歯磨きをサポートしましょう。
- ふだんから食事に噛みごたえのある食品を取り入れ、よく噛む習慣をつけましょう。
- むし歯予防のため、砂糖の適正な摂取量について理解しましょう。

地域（事業者・団体など）に求められる取組

- 歯周病予防や「8020運動」など、歯の健康を守ることの大切さについて周知しましょう。
- 各種イベントなどにおいて、正しい歯磨きの仕方や口腔機能に関する知識を発信しましょう。
- 保育や教育の場において、乳幼児・児童・生徒の各年齢に応じた歯科口腔衛生の指導・支援のあり方を明確にし、計画的に取組を進めましょう。
- 口腔機能の向上に関する講座や教室等を開催し、啓発を行いましょう。
- 保育所・幼稚園、学校などでは、給食の時間において、よく噛んで食べることや食事のマナーについての指導を充実させるとともに、保護者に対しても啓発していきます。

数値目標

指標	出典	現状値 2023 (令和5) 年度	中間目標値 2029 (令和11) 年度	最終目標値 2035 (令和17) 年度
3歳児でむし歯が4本以上ある児の割合 (3歳児歯科健診受診者に占める割合)	①	2.4%	1.2%	0.7%
5歳児で乳歯う蝕(むし歯)を経験した児の割合 (5歳児歯科健診受診者に占める割合)	②	20.0%	15.0%	10.0%
小学6年生でむし歯を経験した児童の割合	③	17.2%	15.4%	13.7%
中学3年生でむし歯を経験した生徒の割合	③	26.3%	25.4%	24.5%

出典：① 3歳児歯科健康診査結果

② 静岡県5歳児歯科調査結果

③ 学校歯科保健調査



【幼児健康診査】のようす

取組目標B 「歯科健診、受けて体も心も元気」

行政が推進する取組

- 成人歯科健診の対象年齢を20歳代まで拡大するとともに、受診率向上に努めます。
- 保健指導や健康教室、広報紙、イベントの開催等を通じて、歯科健診について啓発します。

【主な取組】

取組名	取組内容	担当課
成人歯科健診	歯科疾患予防・重症化予防のため、20～70歳の節目年齢（5歳ごと）の市民を対象とした成人歯科健診を実施します。	健康づくり課

市民（家庭）に求められる取組

- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けましょう。

地域（事業者・団体など）に求められる取組

- 歯科健診の重要性について啓発し、積極的に受診勧奨を行いましょう。

数値目標

指標	出典	現状値 2023（令和5）年度	中間目標値 2029（令和11）年度	最終目標値 2035（令和17）年度
成人歯科健診受診率	①	8.9%	10.5%	12.0%
40歳、60歳で歯周炎を有する人の割合 （成人歯科健診受診者に占める割合）	①	40歳 40.3% 60歳 54.1%	40歳 32.0% 60歳 45.0%	40歳 25.0% 60歳 35.0%
かかりつけ歯科医を持つ人（20歳以上） の割合	②	76.0%	78.0%	80.0%

出典：①市健康づくり課集計値

②健康・食育に関するアンケート調査結果

基本施策2 口腔機能の維持・向上



現状と課題・基本認識

- 健康・食育に関するアンケート調査結果における「8020 運動」の認知度について、「言葉も意味も知っている」と回答した方は約半数、前回調査時と比較すると 1.9 ポイント減少しており、認知度は向上していない現状となっています。
- オーラルフレイル（＝口腔機能が徐々に低下した、健康と機能障害の中間にある状態）の早期発見及びそれを防ぐことは、全身の健康状態を維持することにもつながります。オーラルフレイルの主な症状として、食べ物をしっかりと噛めなくなる、食べ物を飲み込む際にむせたりのどに詰まらせたりする、口の中が乾燥した状態が続く、筋力低下により発声や滑舌が悪くなる、などがあります。
- 主に高齢者等に対し、オーラルフレイルの危険性と予防の重要性について広く周知し、口腔機能の維持に向けた行動を一人ひとりが起こせるように周知していくことが重要です。

課題解決に向けた方向性

- ✓ 歯の喪失防止に向けた啓発を行い、市民一人ひとりの自発的な取組を図る。
- ✓ オーラルフレイルが、身体機能の低下と深く関係していることを全世代の市民に周知し、オーラルフレイル対策の取組を促進する。

取組目標C 「オーラルフレイル予防で、健康長寿」

行政が推進する取組

- 各種教室や講座等をととして、口腔機能の維持・向上に関する情報提供を行うとともに、口腔ケアに関する知識の普及を図ります。
- オーラルフレイル予防のためのセルフケア（歯みがき、口の筋肉を鍛える等）の重要性が市民に浸透するよう、普及・啓発を行います。
- 介護予防教室等の機会を通じて、高齢者に口腔機能の維持・向上の必要性を周知するとともに、食べることによる健康の保持・増進を図ります。

【主な取組】

取組名	取組内容	担当課
通いの場への専門職の派遣	口腔機能の低下は、食べる機能の障害、心身の機能の低下につながるリスクがあることを専門的な見地から住民に周知し、各自がオーラルフレイルの防止に取り組めるよう、歯科衛生士等の専門職を通いの場へ派遣します。	地域包括ケア推進課
オーラルフレイル予防の啓発	オーラルフレイル予防のためのセルフケアの重要性を啓発するため、歯科医師会やシルバー人材センター等との協働により、歯と口のイベントや講座を実施します。	健康づくり課

市民（家庭）に求められる取組

- 県や市などの講座や研修会に参加し、「8020運動」や「オーラルフレイル予防」についての理解を深めましょう。
- 定期的な歯科健診や受診、セルフケアを行いましょう。

地域（事業者・団体など）に求められる取組

- 高齢者施設等において、口腔機能の低下に対する現場での対応について啓発を行いましょう。

数値目標

指標	出典	現状値 2023 (令和5) 年度	中間目標値 2029 (令和11) 年度	最終目標値 2035 (令和17) 年度
オーラルフレイル予防について取り上げた各種研修・講習会への参加人数	①	400 人	450 人	500 人

出典：①市健康づくり課・地域包括ケア推進課集計値