

第4章 歯科口腔保健の推進【歯科口腔保健計画】

1. 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 ～

歯と口の健康は、「食べる」、「話す」、「表情を整える」といった、生きるために欠かすことのできない基本的な機能として、誰もが生涯にわたって維持されることを望んでいる身近な健康課題であり、その機能は、全身の健康を保持増進する上で重要な役割を果たしています。また、むし歯や歯周病を予防することは、子どもの健やかな成長、糖尿病をはじめとする生活習慣病の予防や介護予防など全身の健康づくりにもつながっています。

平成27年に制定された「焼津市民の歯と口の健康づくり条例」に掲げる基本理念に沿って、歯科口腔保健の取り組みを推進します。

2. 重点目標

(1) 歯の喪失防止のためのむし歯や歯周病等の歯科疾患対策の実施

むし歯による歯の喪失を防ぐには、むし歯を作らないこと、むし歯の発生をできる限り遅らせることが重要です。また、歯周病は、むし歯と並ぶ口腔の二大疾患で、歯の喪失や糖尿病、循環器疾患等の生活習慣病との関連も指摘されています。歯肉の出血や腫れ等が若年期から現れやすいことや、初期には自覚症状があまりないことから、早期からの予防が大切となります。

このため、焼津市では、定期的に歯科健診を受診し、市民一人ひとりが自ら歯と口の健康づくりに取り組める環境を確保しながら、8020運動（はちまるにいまる運動）を推進することにより、市民の健康の保持増進、生活習慣病などの予防、健康寿命の延伸及び生活の質の向上を目指します。

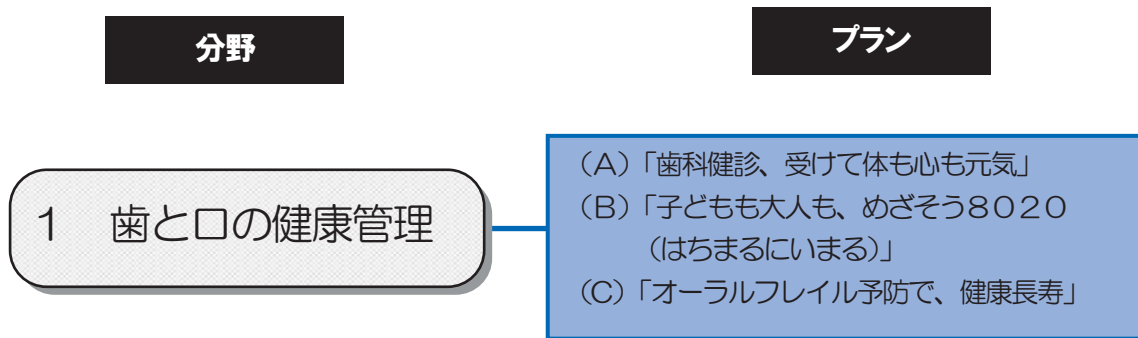
(2) 全ての年齢における咀嚼や嚥下、発音等の口腔機能の維持・向上

乳幼児期から高齢期までの全ての市民が生涯、自分の歯でおいしく食べられるよう、継続的な歯科健診の受診などにより、それぞれの時期・ライフステージに応じた咀嚼や嚥下、発音等の口腔機能の維持・向上を図り、適切で効果的な口腔ケアの定着を目指します。

数値目標

指 標	出 典	現 状 値 2016(平成 28)年度	目 標 値 2022(平成 34)年度
80 歳(75～84 歳)で 20 本以上の自分の歯を有する者の割合	H28 年ほほえみプラン策定に係る高齢者実態調査データから健康政策課集計	34.5%	50.0% (増加)
65 歳～69 歳における咀嚼良好者の割合	H28 年ほほえみプラン策定に係る高齢者実態調査データから健康政策課集計	76.5%	80.0% (増加)

3. 施策体系図



歯や口が健康な人は、
心と体も健康だ。むし歯や
歯周病にならないように、
歯科健診を受けよう。



4. 施策の展開

1 歯と口の健康管理

現状・課題

- ◆むし歯になる者の割合や一人当たりの平均むし歯数は、全世代において、連続的に減少傾向にあります。
- ◆本市の幼児のむし歯の有病者率については、1歳6か月児と5歳児（乳歯）で県平均よりやや高い傾向がみられます。むし歯の本数は、1歳6か月児、3歳児、5歳児では、県平均と同程度で推移しているものの、やや上回っている年度があります（P83～85）。これらの原因の一つとして砂糖の摂取量が考えられ、将来糖尿病を予防するためにも食育とあわせた対策が必要です。
- ◆小中学生におけるむし歯の有病者率、DMFT指数（一人平均永久歯う蝕経験歯数）、むし歯多発児割合は、県平均より高い傾向にあります（P86～88）。
- ◆この1年間に歯科健診を受けた市民（20歳以上）の割合は53.8%、歯科医院での口腔ケア（歯面清掃・歯石除去・入れ歯の調整・歯みがき指導等）を受けた市民（20歳以上）の割合は53.0%となっています（平成28年度焼津市健康・食育に関するアンケート調査）。
- ◆60歳代の市民で自分の歯が20本以上ある人の割合は63.1%、70歳代では44.4%となっています（平成28年度焼津市健康・食育に関するアンケート調査）。
- ◆咀嚼や嚥下、発音などの口腔機能の衰えにより、栄養摂取や社会参加に影響が出てしまい、筋力低下や認知機能の衰えといった状態に至ることが指摘されています。生涯にわたり口腔機能を維持することは、食生活のみならず生活全体の質の維持・向上につながります。
- ◆歯科疾患対策の必要性に比べ、口腔機能の維持の必要性に対する認知度は低い傾向にあります。
- ◆硬い食物を食べることが少なくなっていることで、あごの発達が不十分で、よく噛むことができない子どもが増える傾向にあります。
- ◆健康で自立した生活を送るため、しっかり噛んで栄養を摂取することや、誤嚥性肺炎を防ぐことが必要です。
- ◆事業者・団体ヒアリング調査では、「口腔内の疾患が全身の健康に影響することについての認識をもっと深め、啓発していきたい」、「毎年度、歯科医師や歯科衛生士を幼稚園や保育園に招き、歯の大切さについての講話や歯みがき指導をしてもらいたい」などの意見が複数寄せられています。

課題解決に向けた方向性

- ◇定期的な歯科健診による口腔管理の充実を図る。
- ◇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、むし歯予防の生活習慣を確実に身につけられるよう取り組む。
- ◇子どものときから口腔機能を発達させるために、栄養指導とあわ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・循環器疾患との関連についての知識の向上を図る。
- ◇歯の喪失防止への啓発を行い、市民一人ひとりの自発的な取り組みにつなげる。
- ◇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の健康づくりに取り組み、また連携することにより総合的に歯と口の健康の保持増進を図る。
- ◇オーラルフレイル（口腔機能の低下）は、全身の筋力等の低下と深く関係していることを全世代の市民に周知する。

数値目標

指 標	出 典	現 状 値 2016(平成 28)年度	目 標 値 2022(平成 34)年度
成人歯科健診受診率	市健康づくり推進課 集計値	10.5%	12.0% (向上)
40歳、60歳で中等度以上の歯周炎(CP Iコード3以上)の者の割合 (成人歯科健診受診者に占める割合)	市健康づくり推進課 集計値	40歳 49.0% 60歳 55.1%	40歳 25.0% 60歳 45.0% (減少)
3歳児でむし歯がある児の割合 (3歳児歯科健診受診者に占める割合)	3歳児歯科健康診査 結果	12.9%	10.0% (減少)
5歳児でむし歯がある児の割合 (5歳児歯科健診受診者に占める割合)	静岡県5歳児歯科 調査結果	乳歯 36.8% 永久歯 0.4%	乳歯 31.2% 永久歯 0.2% (減少)
小学6年生でむし歯を経験した児童の 割合	学校歯科保健調査	26.0%	21.1% (減少)
中学3年生でむし歯を経験した生徒の 割合	学校歯科保健調査	48.5%	34.8% (減少)
かかりつけ歯科医をもつ人(20歳以上) の割合	H28年健康・食育に関 するアンケート調査	76.4%	80.0% (増加)
各種研修・講習会でオーラルフレイルを 取り上げた回数	—	—	20回

市民（家庭）に求められる取り組み

- むし歯や歯周病などの口腔の疾病について理解を深めます。
- 正しい歯の磨き方を身につけます。
- かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯の健診を行います。
- 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す。
- 普段から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す。また、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す。

地域（事業者・団体など）に求められる取り組み

- 歯周病予防、「8020運動」など、歯の大切さについての周知を行います。
- 歯と口の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の普及を行います。
- 幼稚園や保育所、学校では、乳幼児・児童・生徒の各年齢に応じた歯科口腔衛生の指導・支援の在り方を明確にし、計画的に取り組を進めます。
- 口腔機能の向上に関する講座や教室などを実施し、啓発を行います。
- 今後さらに増加していく高齢者施設において、口腔機能低下に対する現場での対応について啓発を行います。
- 幼稚園・保育園・学校の給食の時間などにおいて、よく噛んで食べることなどの正しい食習慣に関する指導の充実を図り、保護者に対しても啓発を行います。

行政の取り組み

プランA 「歯科健診、受けて体も心も元気」

- ・成人歯科健診の受診率向上に努めます。
- ・保健指導、健康教室、広報紙、市内イベントなどを通じて、歯科健診の啓発に努めます。

事業取組項目	取組み内容
成人歯科健診事業	30～70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について、受診者の増加に努めます。

プランB 「子どもも大人も、めざそう8020（はちまるにいます）」

- ・乳幼児期からのむし歯予防を促進するため、乳幼児期の各月齢・年齢における健診や妊婦健診の受診率及び関連教室の参加率の向上を図ります。
- ・フッ素塗布やフッ化物入り歯磨き剤の使用の普及を促すとともに、むし歯予防のための歯磨き習慣や規則的な食習慣の定着を図ります。
- ・幼稚園・保育所、小中学校における歯科保健指導により、幼児期・学齢期における正しい歯みがき習慣の確立やむし歯・歯周病予防を進めます。
- ・保健指導、健康教室、歯と口のイベントなどの啓発事業や広報紙により、「8020運動」や口腔機能の維持・向上、むし歯予防、歯の健康な人でもかかりつけ歯科医を持つことの大切さ、歯周病予防が糖尿病予防など体全体の健康に影響することなどを啓発します。

事業取組項目	取組み内容
幼児健康診査事業	1歳6か月児健診、3歳児健診において、歯科健診とむし歯予防の健康教育等を行います。
相談・教室事業	6～7か月相談、フッ素塗布、2歳児歯みがき教室において、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ります。
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。
健康教育事業	歯・口腔の健康は、機能の維持・向上だけでなく、全身の健康にも関わりのあることについて、出前講座や歯と口のイベントを通して健康教育を行います。

プランC 「オーラルフレイル予防で、健康長寿」

- ・各種教室や講座を通して、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（口腔機能低下）予防を市民に浸透させるよう普及・啓発を行います。
- ・介護予防教室などを通じて、口腔機能の維持・向上のための口腔体操を普及させ、食べることによる健康増進を図ります。

事業取組項目	取組み内容
介護予防・生活支援サービス事業（サービスC 口腔機能向上プログラム）	口腔機能が低下している介護予防・日常生活支援総合事業対象者・要支援者に、お口の手入れ方法の指導、噛む・飲みこむ力をつける口腔機能訓練等の口腔機能向上プログラムを実施します。
オーラルフレイルチェック	歯科医師会等との協働により、歯と口のイベント等において、オーラルフレイルチェックを実施し、市民に対しオーラルフレイル予防の重要性を啓発します。