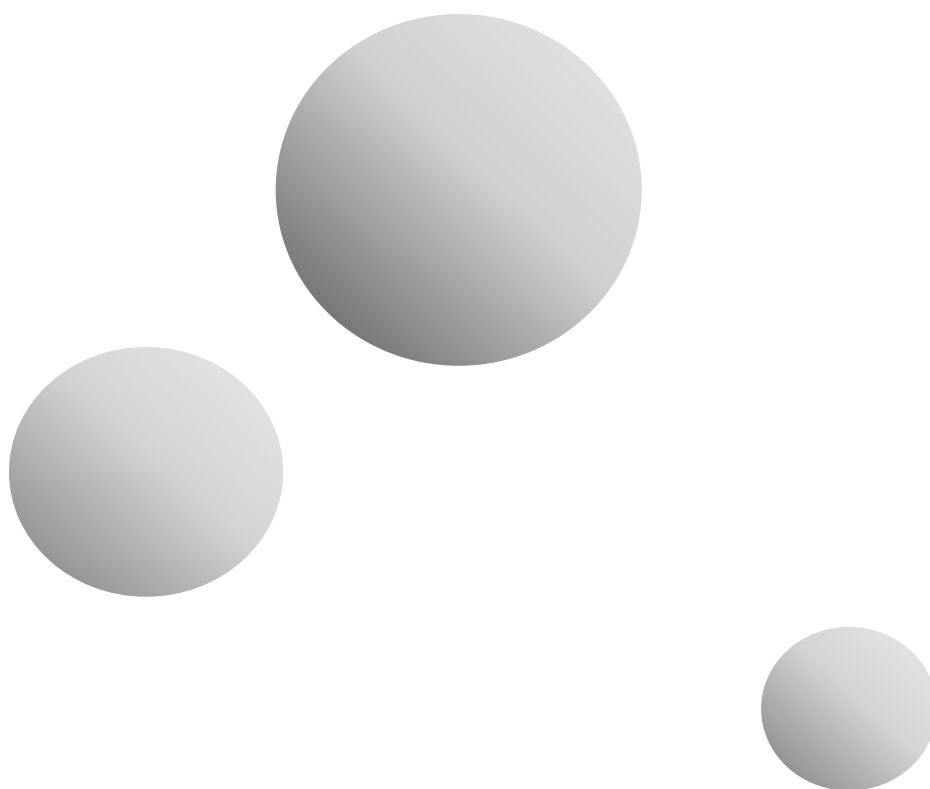


第7章

歯と口腔の健康づくり推進計画

～食事を楽しみ、心身ともに豊かに生活できるための

歯と口腔の健康づくり～



1. 歯と口腔の健康の基礎づくり

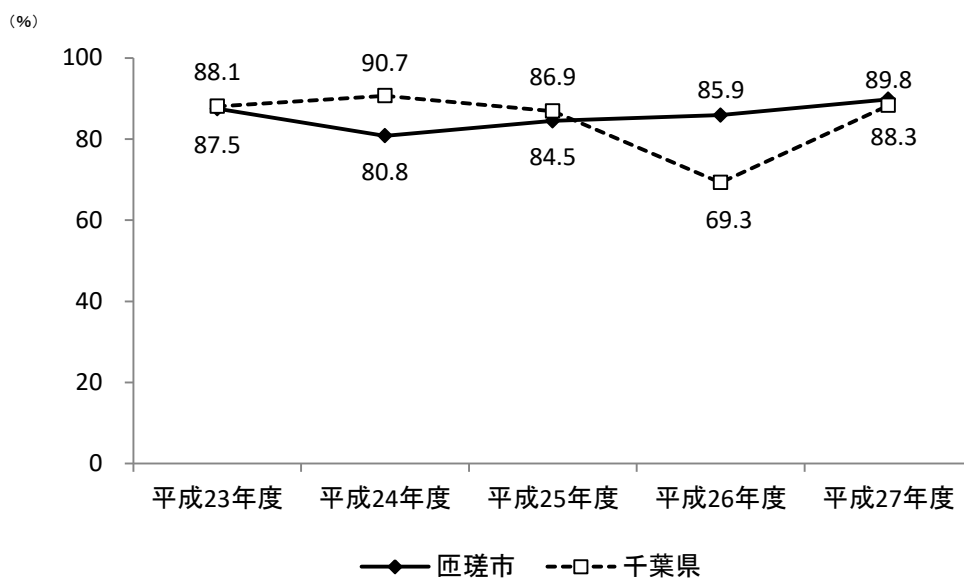
▶ 現状と課題

胎児の歯の形成は、妊婦のお腹の中で始まります。妊娠期は、歯や口腔の健康づくりのスタートとなることから、本市では両親学級等を通じて妊娠期の歯と口腔衛生の大切さと、生まれてくる子どもの歯の健康について、知識の普及啓発に取り組んでいます。また、乳幼児期から学齢期は、健康な歯と口腔を育成する時期です。歯が生え始める乳幼児期からのむし歯予防の取組みとして、乳幼児健康診査や歯科健康教育、歯科健康相談等の様々な機会を通じて、口腔衛生の正しい知識の普及啓発やフッ化物の利用の推進を行っています。

1歳6か月児健診の結果では、毎日の仕上げ磨きが習慣になっていない子どもがおり、間食として甘味食品または甘味飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ子どもの割合は増加傾向にあります。3歳児歯科健診のむし歯有病者率は年々減少傾向にあります。が、中学校1年生の永久歯の1人平均むし歯数は、千葉県平均と比較すると多い状況です。

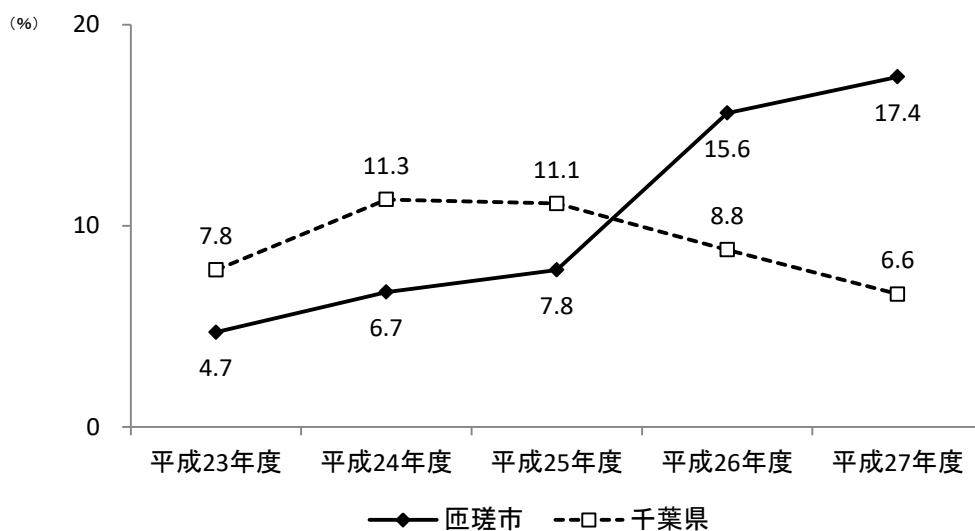
乳幼児期の歯科保健行動は保護者の意識等が大きく影響するため、保護者に対する働きかけが課題となります。学齢期においては、むし歯予防に加え、歯肉炎予防への取組みも含め、自分自身で正しい歯と口腔の衛生習慣を身に付けることができるよう、支援していくことが必要です。また、むし歯予防には、フッ化物を定期的に利用することが効果的です。フッ化物歯面塗布やフッ化物入り歯磨き剤の使用等、フッ化物の利用について普及啓発していく必要があります。

■ 保護者が毎日仕上げ磨きをする子の割合（1歳6か月児）



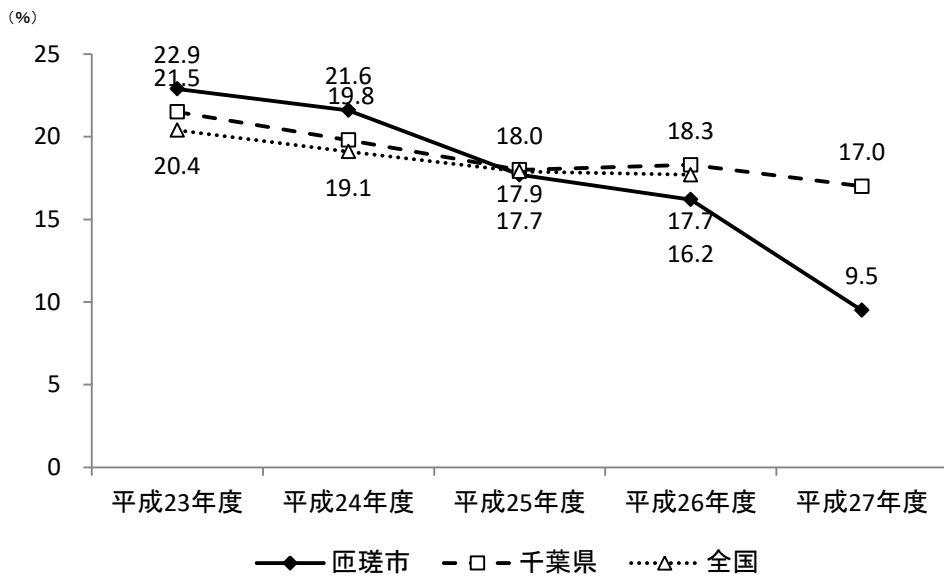
資料：市町村歯科健康診査（検診）実績報告

■ 間食として甘味食品または甘味飲料を1日3回以上飲食する子の割合（1歳6か月児）



資料：市町村歯科健康診査（検診）実績報告

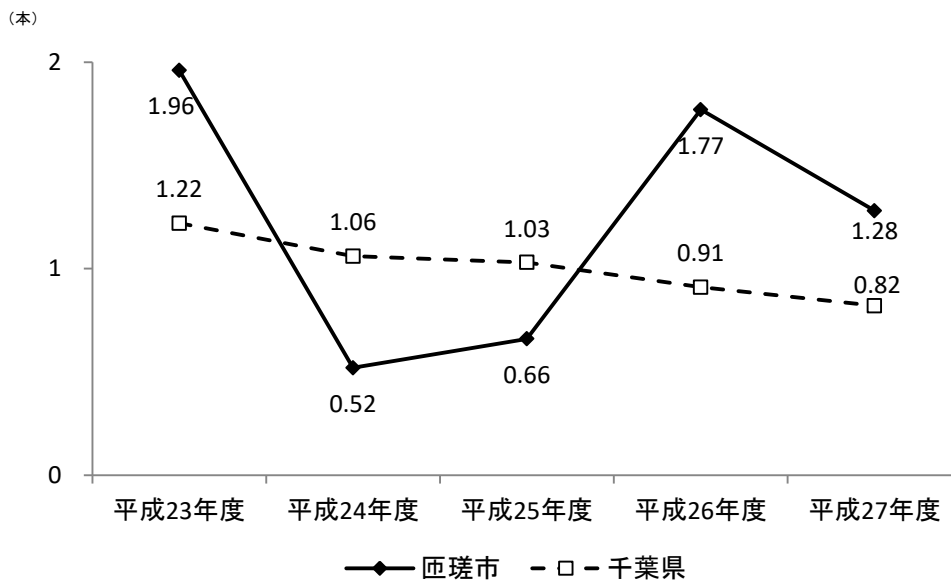
■ むし歯有病者率（3歳児歯科健診）



平成27年度の全国データは未発表

資料：市町村歯科健康診査（検診）実績報告

■ 1人平均むし歯数（中学校1年生）



資料：千葉県児童生徒定期健康診断結果

コラム ～フッ化物について～

フッ化物の働き

フッ化物は、むし歯予防に関する様々な働きをします。

歯質の強化…………… 歯の表面を酸に溶けにくい性質に修復します。

再石灰化の促進…………… 歯から溶け出したカルシウムやリンの再石灰化を促進し、初期のむし歯の回復を助けます。

酸の産生を抑制…………… むし歯の原因菌の働きを弱め、酸の量を抑えます。

フッ化物の利用

積極的にフッ化物を利用しましょう。

フッ化物の歯面塗布…………… 歯科医院等で、歯に直接フッ化物を塗ってもらいます。

フッ化物配合歯磨き剤…………… フッ化物を含んだ歯磨き剤で歯を磨きます。

※ 現在市販されている歯磨き剤は、ほとんどのものがフッ化物を含んでいます。

フッ化物洗口…………… フッ化物を含んだ洗口剤で、口の中をゆすぎます。

※ 洗口剤は、歯科医院等で処方してもらいます。

市民の取組み

<妊娠期>

- 妊娠期の口腔状態や生まれてくる子どもの歯の健康についての知識を持ち、適切な口腔衛生の方法を身に付けましょう。
- 妊娠中に歯科健診を受診しましょう。

<乳幼児期>

- 大人による毎日の仕上げ磨きを実施しましょう。

<学齢期>

- むし歯、歯肉炎予防を意識した歯磨きの方法を身に付けましょう。
- 自分の歯や口腔内の観察をしましょう。

<乳幼児期～学齢期>

- 甘味食品や甘味飲料の摂りすぎに注意しましょう。
- フッ化物利用によるむし歯予防について理解し、定期的なフッ化物歯面塗布の実施やフッ化物配合歯磨き剤を使用しましょう。
- よく噛んで食べる習慣を身に付け、口腔の機能を育てましょう。

市の取組み

- 妊娠期の口腔衛生や、生まれてくる子どもの歯の健康に関する知識の普及啓発を行います。
- 妊娠期の歯科健診について、受診勧奨に努めます。
- 乳幼児のむし歯予防のための正しい歯磨き方法等、口腔衛生の普及啓発を行います。
- よく噛んで食べる習慣や、適切な間食についての知識の普及啓発を行います。
- フッ化物に対する正しい知識の普及啓発を行い、フッ化物の利用を推進します。
- 乳幼児健康診査や健康相談における歯科保健指導の充実を図ります。

目標値

項目	平成28年度 現状値	平成38年度 目標値
1歳6か月児の保護者で、毎日仕上げ磨きをする習慣のある人の割合	89.8%	100%
間食として甘味食品、または甘味飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ1歳6か月児の割合	17.4%	5.0%
むし歯のない3歳児の割合	90.5%	95.0%
中学校1年生の1人平均むし歯数	1.3本	0.6本

※ 「1歳6か月児の保護者で、毎日仕上げ磨きをする習慣のある人の割合」、「間食として甘味食品、または甘味飲料を1日3回以上飲食する習慣を持つ1歳6か月児の割合」、「むし歯のない3歳児の割合」、「中学校1年生の1人平均むし歯数」の現状値は、平成27年度健診の実績値

2. 歯と口腔の健康の維持向上

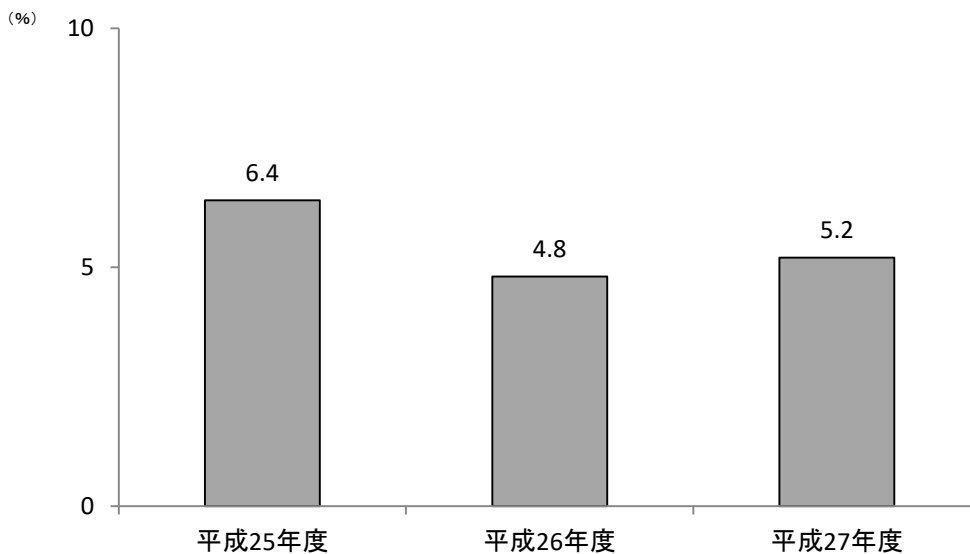
▶ 現状と課題

成人期から高齢期においては、自分自身の口腔内に関心を持ち、自らが口腔衛生の向上に向けて取り組むことが重要です。成人期に急増する歯周病は、歯の喪失の主な原因であり、糖尿病等との関連も指摘されています。

本市では、歯周病の早期発見、早期治療の取組みとして、成人歯科健診を実施していますが、受診率は1割以下と低い状況です。市民アンケートの結果によると、40歳代で現在歯（残存歯）が全部ある人の割合は34.6%となっており、年齢が上がるにつれて減少し、80歳で自分の歯を20本以上保有している人の割合は24.1%でした。また、歯間ブラシやデンタルフロス^{※1}といった歯間部清掃用器具の使用率については、約半数という状況です。

こうしたことから、自らの歯と口腔に関心を持ち、歯科疾患の予防に取り組むことができるよう、成人歯科健診の受診率向上に向けた取組みや、歯科相談、成人歯科健康教育等の様々な機会を通し、歯間ブラシやデンタルフロスの使用を含めた歯磨きの仕方等、口腔衛生の正しい知識の普及啓発をしていく必要があります。

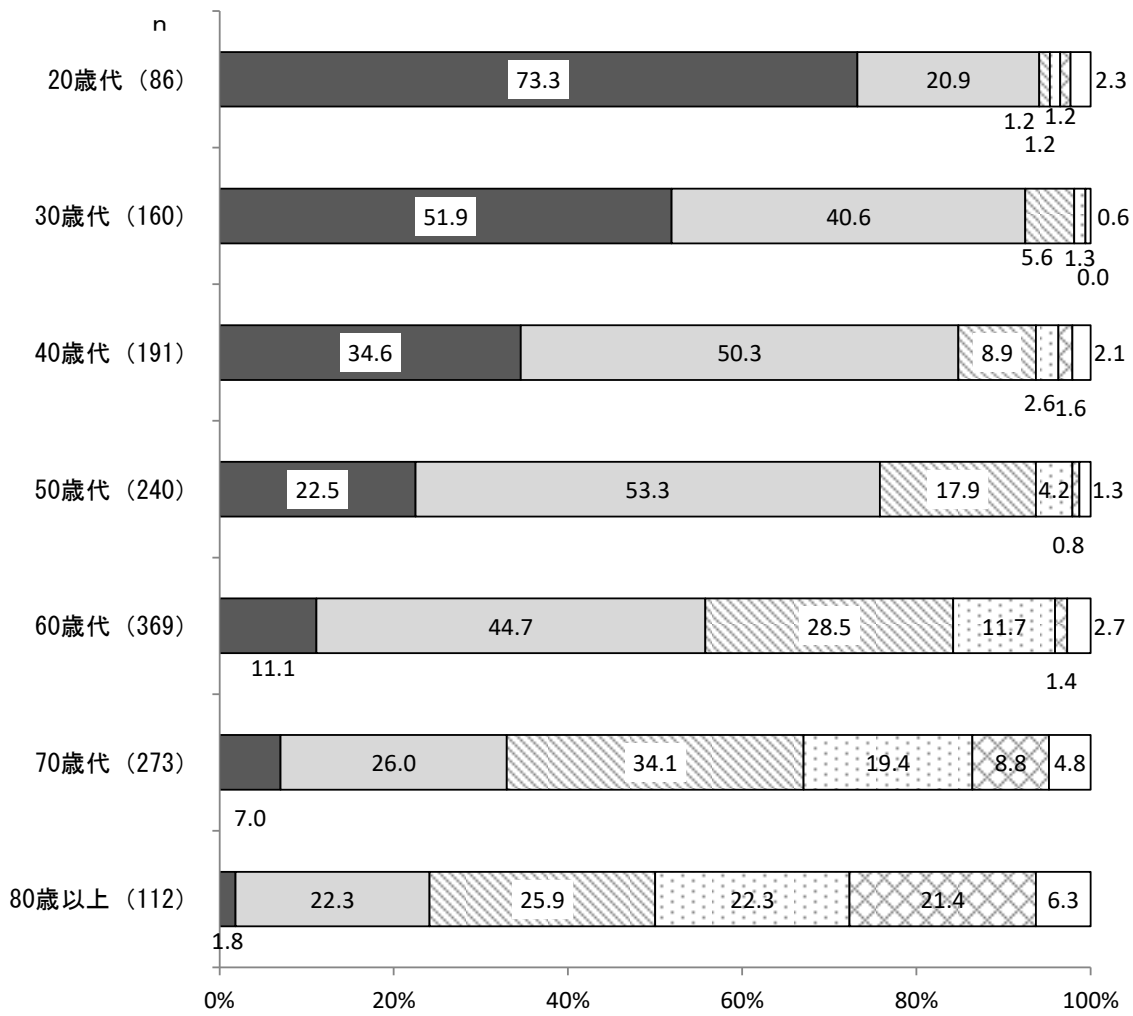
■ 成人歯科健診受診率



資料：市町村歯科健康診査（検診）実績報告

※1：デンタルフロス 歯と歯の間の歯垢を清掃する細い糸のこと。

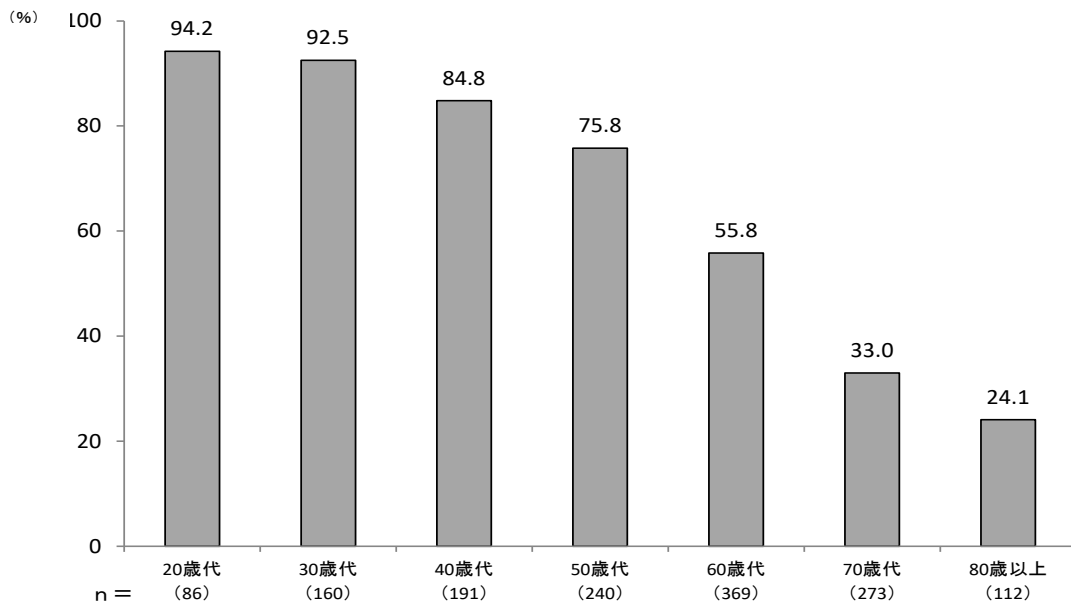
■ 現在歯（残存歯）の本数



- 全部ある (28本)
- ほとんどある (20~27本)
- 半分くらいある (10~19本)
- ほとんどない (1~9本)
- まったくない (0本)
- 無回答

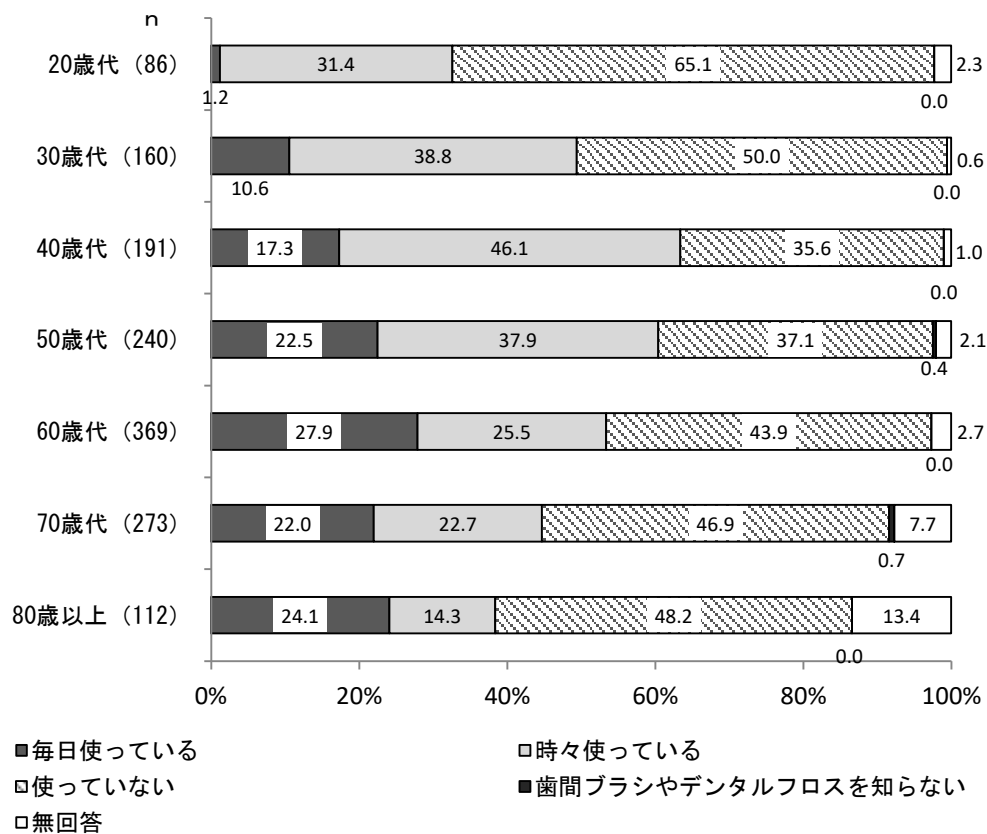
資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

■ 現在歯（残存歯）を20本以上保有している人の割合



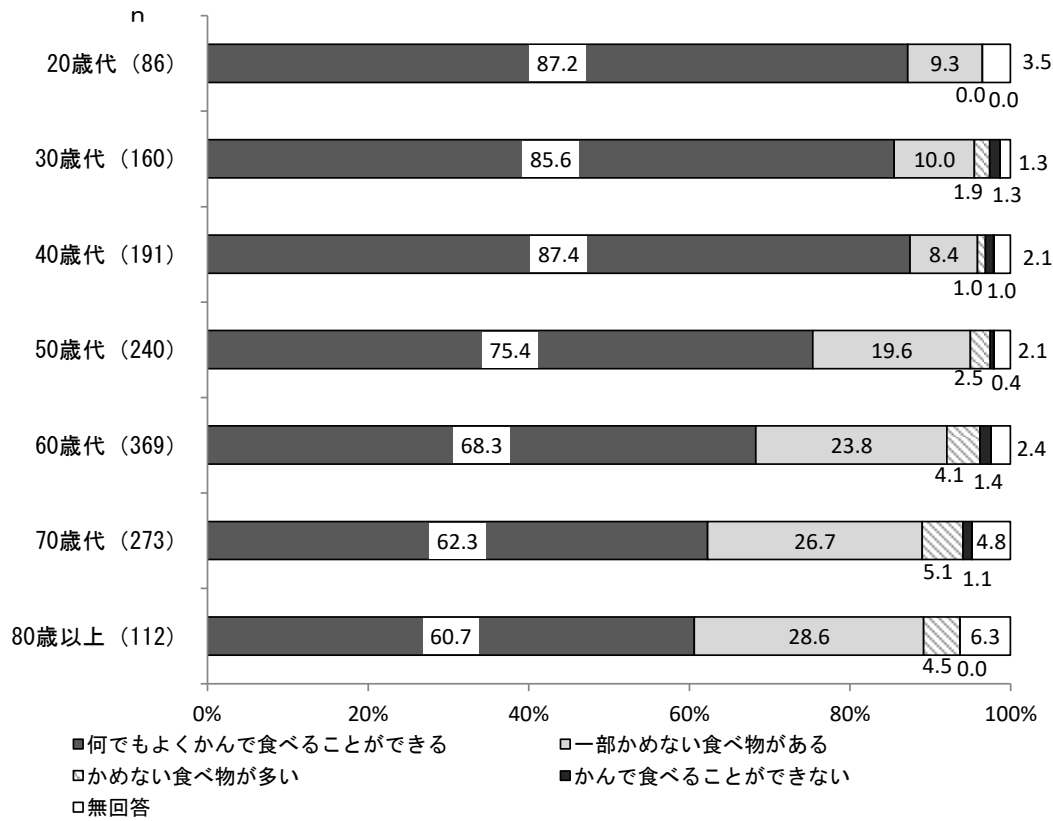
資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

■ 歯間ブラシやデンタルフロスの使用状況



資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

■ 食事の時の咀嚼状況そしやく



資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

コラム ～8020運動～

「8020（ハチマルニイマル）運動」とは、80歳になっても自分の歯を20本以上保とうという運動です。自分の歯が20本以上あれば、ほとんどの食物を不自由なく食べることができると言われています。

歯の喪失の大きな要因は、むし歯と歯周病です。歯の喪失を防ぐため、これらの予防に取り組みましょう。

市民の取組み

- 対象年齢に該当したら、成人歯科健診を受診しましょう。
- 歯周病予防を意識した歯磨きの方法を身に付けましょう。
- 歯周疾患と全身疾患の関連を理解しましょう。
- デンタルフロスや歯間ブラシを使用しましょう。
- よく噛んでゆっくり食事をしましょう。
- 歯や歯肉等、口腔内をよく観察しましょう。
- 義歯を使用している人は、適切な手入れの仕方を知りましょう。
- 8020運動の言葉と意味を知りましょう。
- 生涯にわたりおいしく食べるために、歯と口腔の健康が大切であることを理解しましょう。

市の取組み

- 成人歯科健診対象者に対し、積極的な受診勧奨に努めます。
- 歯間ブラシやデンタルフロスの使用を推進し、歯周疾患予防の効果的な歯磨きの仕方の普及啓発を行います。
- 歯周疾患と全身疾患との関連を含めた歯周疾患予防の知識の普及啓発を行います。
- 高齢期の口腔機能の維持向上や歯の喪失予防等についての知識の普及啓発を行います。
- 生涯にわたる歯と口腔の健康づくりに取り組み「8020運動」を推進します。

■目標値

項目	平成28年度 現状値	平成38年度 目標値
80歳で自分の歯が20本以上ある人の割合	24.1%	35.0%
歯間部清掃用器具を使用している人の割合	51.3%	60.0%

3. 歯と口腔の健康づくりの推進

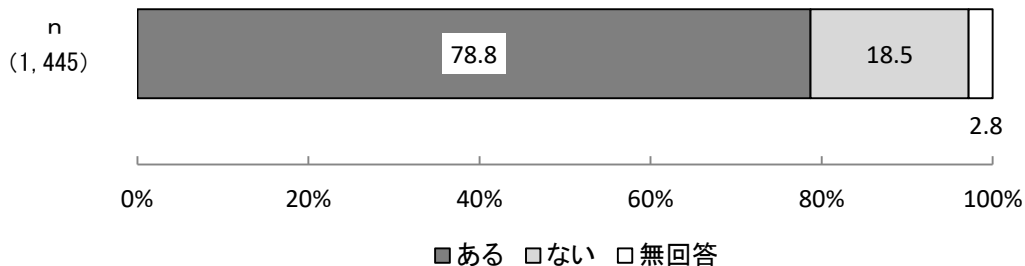
▶ 現状と課題

歯科疾患の早期発見、早期治療のためには、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けることが重要です。

市民アンケートの結果では、かかりつけ歯科医があると回答した人の割合は78.8%でしたが、定期的に歯科健診を受けている人の割合は38.2%と低い状況です。また、歯科健診を受けない理由は、「特に気になるところがないから」という人の割合が42.4%と最も高くなっています。

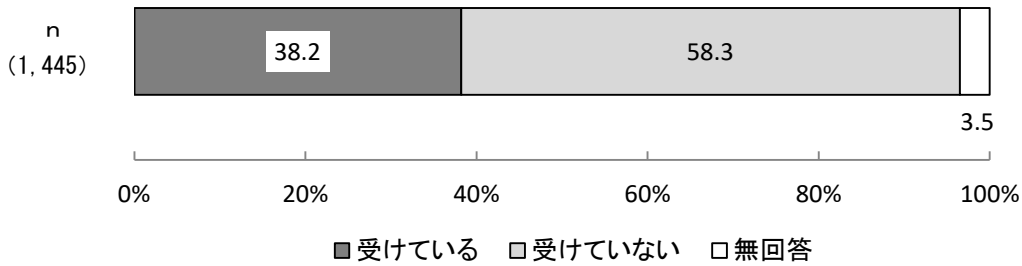
こうしたことから、定期的に歯科健診を受け、自らの口腔衛生の向上に役立てていけるように、健診の重要性についての知識の普及啓発を行うとともに、健診や治療を受けやすい環境づくりを行うために、関係機関との連携を強めていく必要があります。

■ かかりつけ歯科医の有無



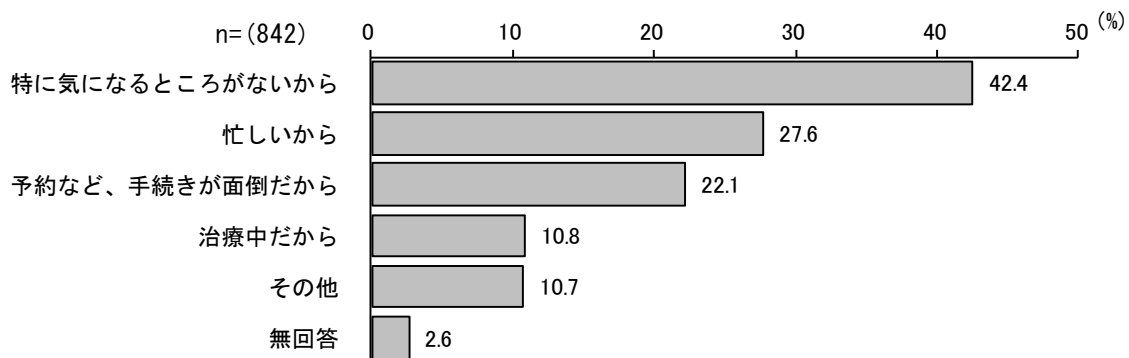
資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

■ 定期的な歯科健診の受診状況



資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

■ 歯科健診を受けない理由



資料：市民アンケート（平成28年7月実施）

▶ 市民の取組み

- 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。

▶ 市の取組み

- かかりつけ歯科医での、定期的な歯科健診の受診を推進します。
- 関係機関との連携を強め、歯科口腔保健事業を実施していきます。

■ 目標値

項目	平成28年度 現状値	平成38年度 目標値
定期的に歯科健診を受けている人の割合（20歳以上）	38.2%	60.0%