

## 歯 現状と課題

歯・口腔の健康は、口から食べる喜び、話す楽しみを保つ上で重要であり、身体的な健康ばかりでなく精神的、社会的な健康にも大きく影響します。

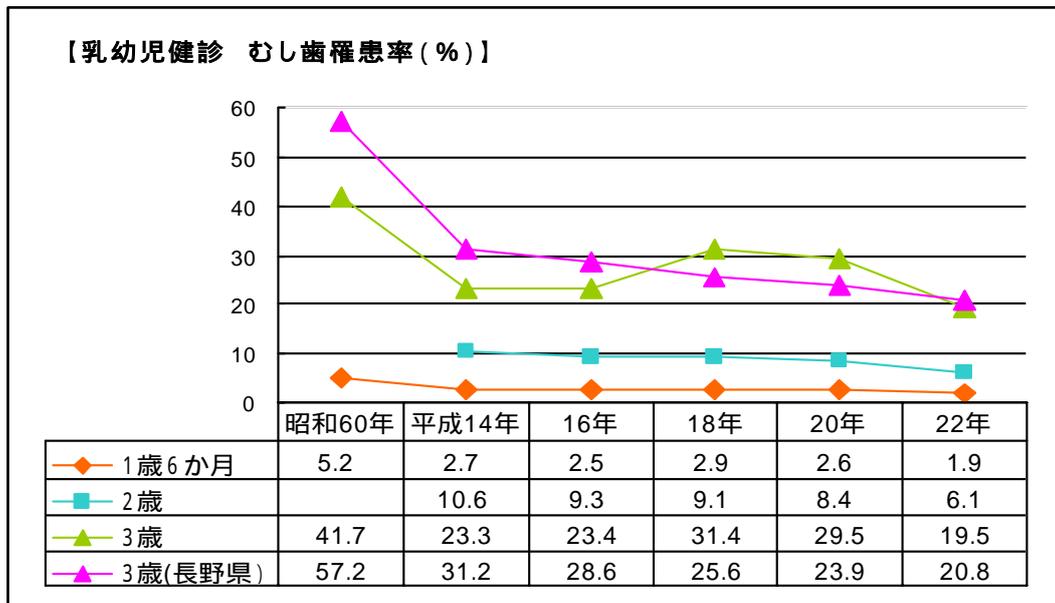
そこで、子どもの頃から生涯にわたり歯の健康に関する意識を高め、かかりつけ歯科医による定期健診や指導を受け、適切な口腔ケアを実践、継続することが大切です。

近年、いくつかの疫学研究において、歯周疾患と糖尿病や循環器疾患等との密接な関連性があるとの報告がされており、成人期の健康づくりにおいて歯周疾患予防の推進が大変重要です。

### 1 う蝕（むし歯）予防について

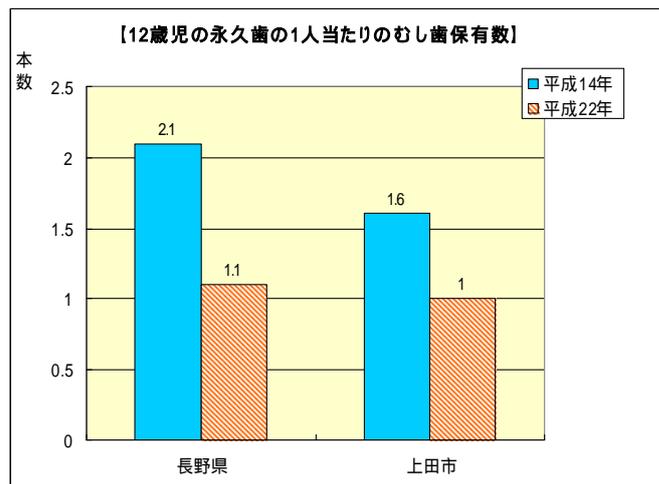
**むし歯罹患率は年々減少していますが、2歳から3歳にかけて急増しています。**

- ・乳幼児健診における歯科健診のむし歯罹患率の推移を見ると、1歳6か月児、2歳児のむし歯罹患率は、ほぼ横ばいです。3歳児では18～20年度に悪化していますが、それ以降は減少しています。平成22年度の2歳のむし歯罹患率は6.1%、3歳では19.5%と約3倍に急増し、いずれの年度においても同様な傾向がみられます。



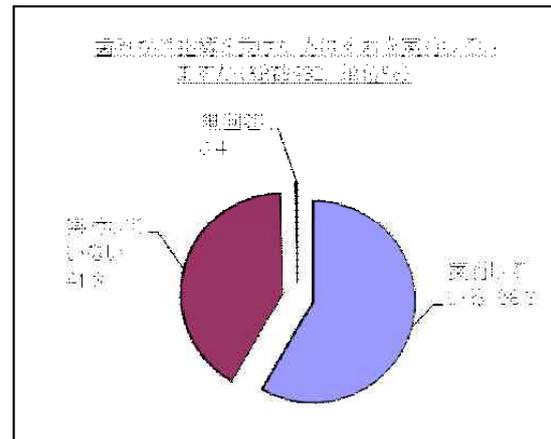
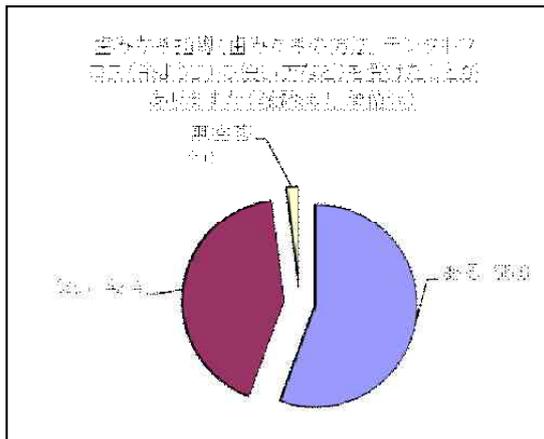
健康推進課「保健業務と衛生統計」

- ・国、県は、12歳児の永久歯の1人当たりむし歯保有数の目標を1本としていますが、県、市ともに改善しています。また、上田市は県より低く良い状況です。



「学校保健統計」

中高生に行ったアンケートでは、歯みがき指導を受けても実行している人は約半数にとどまっている状況です。



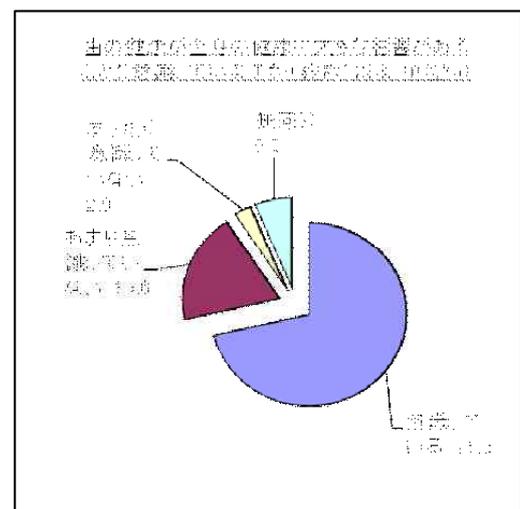
平成 23 年度「健康づくり計画策定のためのアンケート調査」

- ・子どものむし歯の要因として、歯みがきの仕方、食事内容や生活リズム、よく噛んで食べる習慣など、家族全体の生活習慣が大きく影響します。保護者が良い見本となり、子ども達が規則正しい食習慣(内容や時間・おやつとの与え方等)を送ることができるよう、保護者の認識を高める取り組みが必要です。また、あわせて関係機関(保育園、小中学校等)と連携し、個々にあった歯科指導・実践ができる体制づくりが必要です。
- ・妊娠中は、むし歯や歯周病が起きやすく、歯周病と流産の関連性が指摘されています。妊娠期から歯及び口腔の健康管理の重要性について啓発していくこと重要です。

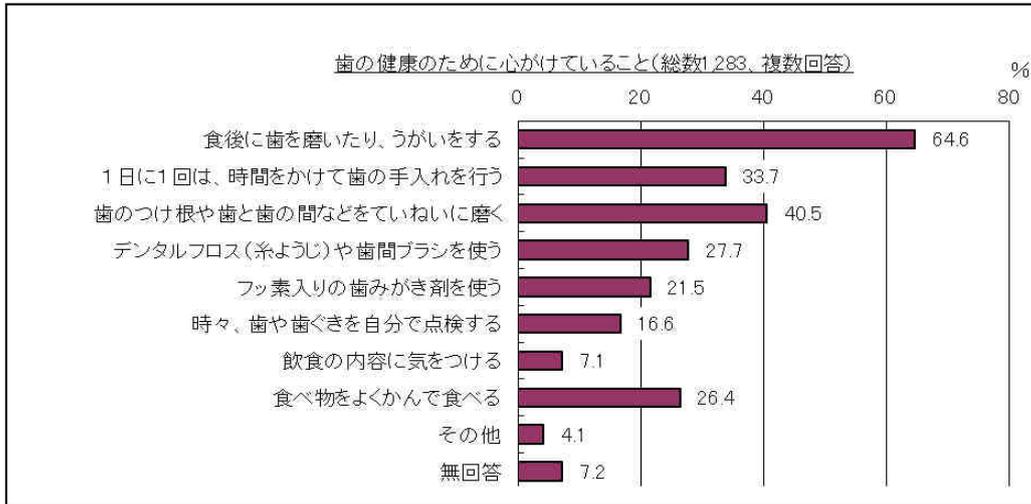
## 2 歯周疾患予防について

「歯の健康が全身の健康に影響がある」と考えている人は全体の71.3%で、歯の健康の重要性を知る人は多い状況です

- ・「歯の健康が全身の健康に大きな影響がある」と意識している人は71.3%と多く、あまり意識していないまったく意識していない人の22.5%を大きく上回っています。
- ・歯の健康維持のために心がけていることは、「食後の歯みがき、うがい」が64.6%で最も多く、「食べ物をよくかんで食べる人」が26.4%と、噛むことの重要性を理解・意識している人が少ない現状がうかがえます。



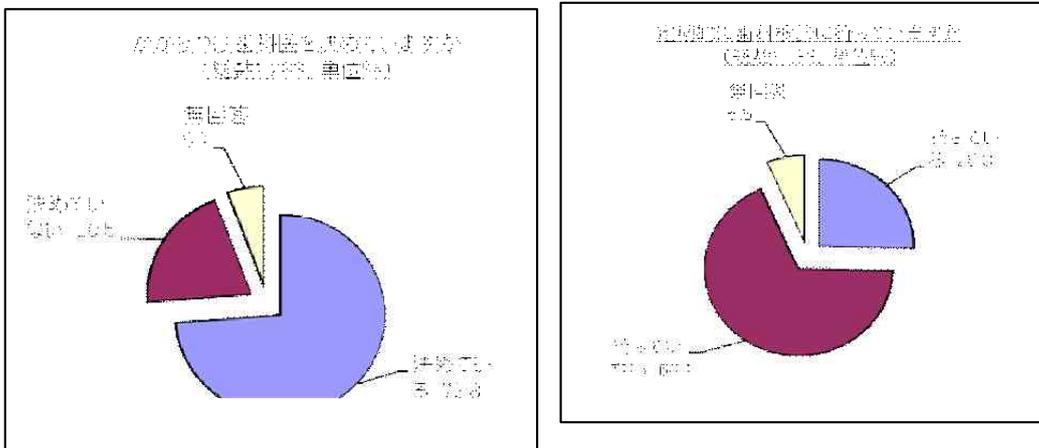
平成 23 年度「健康づくり計画策定のためのアンケート調査」



平成23年度「健康づくり計画策定のためのアンケート調査」

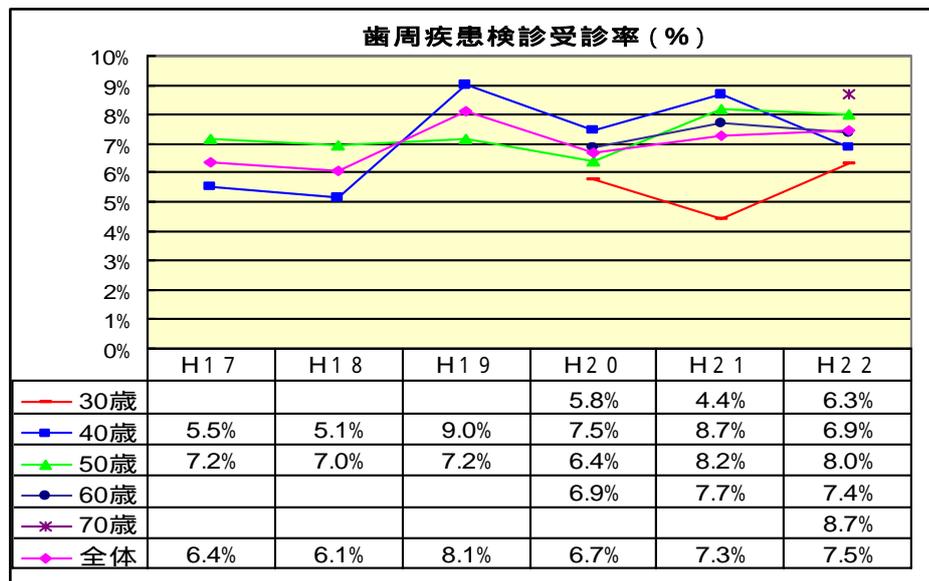
「かかりつけ歯科医師を決めている人」は7割を超えています、**「定期的に歯科検診を受けている人」は2割にとどまり、定期健診が定着していない状況です。**

- ・かかりつけ歯科医を決めている人は73.8%いるものの、定期的に歯科検診を受けている人は25.3%と低い状況です。

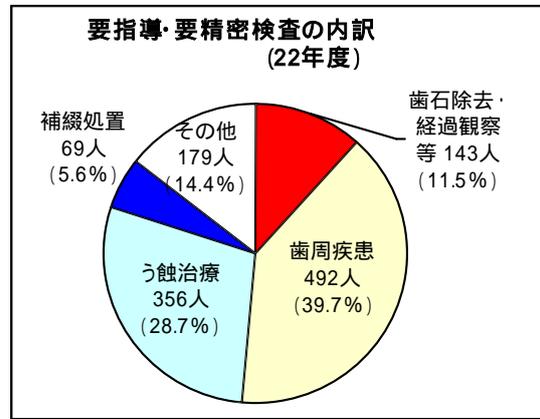
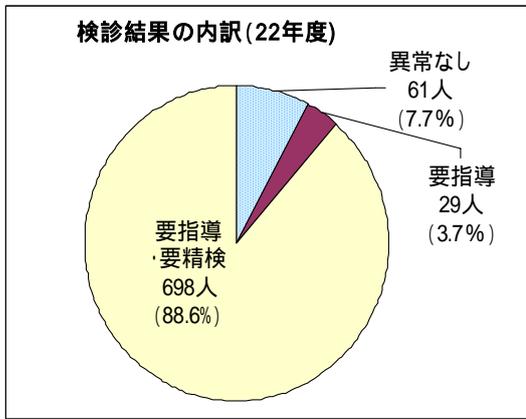


平成23年度「健康づくり計画策定のためのアンケート調査」

**歯周疾患検診の受診率は、全年代が10%未満で、特に若い世代は約6%と低い状況です。**



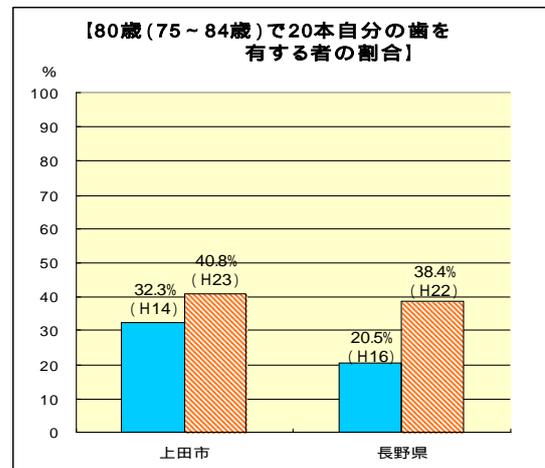
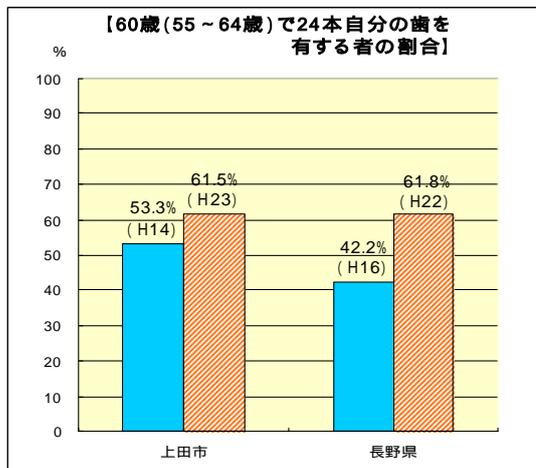
健康推進課「保健業務と衛生統計」



健康推進課「平成22年度保健業務と衛生統計」

- ・歯周疾患検診の結果、指導及び精密検査が必要な人が92.3%発見されています。また指導や精密検査が必要な人の内訳を見ると、歯周疾患やう蝕治療が必要な人が68.4%を占めています。
- ・歯周疾患の予防、早期発見、早期治療のためには、歯周疾患と全身の病気との関連性や定期健診の重要性について啓発し、受診率向上のための取り組みが必要です。

上田市では60歳で24本以上、80歳で20本以上自分の歯を有する者の割合は増加しています。



「上小歯科医師会調査」「長野県歯科保健実態調査」

- ・20本以上自分の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。60歳で24本自分の歯を有する人は61.5%、80歳で20本自分の歯を有する人は40.8%と増加し、自分の歯を維持しようとする意識が向上し、実践している人の増加が考えられます。

高齢期における咀嚼、口腔機能の維持向上のために、健康教室等の機会を捉えて、噛むことの重要性や、健口体操等を啓発していくことが必要です。

\* 健口体操：舌や口腔周囲の筋肉の低下を防ぐ体操

## 歯 施策の展開

目標：生涯を通じて自分の歯でおいしく食べよう

目標達成に向けて：

むし歯を予防するため、乳幼児期から健康的な生活習慣を身につけ、適切な口腔ケアができる。  
 歯周疾患を予防するため、生活習慣病との関連性を知り、自己管理ができる。

個人 が心がけたいこと	行政・保健・医療関係者 が取り組みたいこと
<p>ライフステージを通し歯や口腔の健康に関心を持ち、正しい口腔ケアが実践できる</p> <p>家族全員が健康的な生活習慣を送り適切な口腔ケアができる</p> <p>よく噛んで食べることの重要性を知り、実践できる</p> <p>かかりつけ歯科医を持ち、定期健診を受ける</p> <p>歯周病が身体の健康に与える影響を知り、予防できる</p>	<p>子どものむし歯予防のための保護者への教育と環境づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・(新)妊娠中の歯科保健指導等の充実</li> <li>母子健康手帳発行時における歯科指導、相談の実施、医療機関が実施する学級での啓発、妊婦を対象とした健診の実施</li> <li>・乳幼児健診、教室での歯科保健事業の充実</li> <li>フッ素化合物の利用の仕方、展示による啓発を実施</li> <li>ハイリスク児の健診後の歯科フォロー事業の実施</li> <li>・子育て支援センター等での指導の実施啓発</li> <li>・いい歯の日フェスタにあわせ親子歯科健診等の実施</li> <li>・保育園(幼稚園)における歯科指導の実施</li> <li>・学校と連携を行う中で、歯科指導、実践ができる体制づくりの推進</li> </ul> <p>歯や口腔の健康づくりに関する知識の普及、啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康教室健康相談の充実</li> <li>・噛むことの重要性について啓発</li> <li>・健康推進委員対象の歯周疾患予防研修会の実施</li> <li>・出前講座の実施</li> <li>・成人各種検診に合わせ、歯周病予防についての啓発(生活習慣病との関連性について)</li> <li>・公民館主催の講座で歯科保健教室</li> </ul> <p>かかりつけ歯科医による定期健診の受診率の向上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯周疾患検診の実施、受診率向上のための取り組み</li> <li>・歯周疾患予防の啓発</li> <li>・関係機関との連携</li> </ul>

## 達成目標指標（案）

項目	現状値	目標値	目標値設定の基準
健康的な生活習慣と適切な口腔ケアにより、むし歯の予防ができる人の増加			
・ むし歯のない3歳児の割合	80.5%	85%	市
・ 12歳児の永久歯の1人平均むし歯数	1本	1本未満	県
よく噛んで食べる人の増加			
・ しっかり噛んで食べる3歳児の割合	57.5%	70%	市
・ 食べ物を良く噛んで食べる意識をしている人の割合	26.4%	増加	市
かかりつけ歯科医を持ち、定期健診を受ける人の増加			
・ 定期健診を受けている人の割合	25.3%	35%	市
・ 歯周疾患健診の受診率（40歳）	6.9%	15%	市
・ かかりつけ歯科医を持つ人の割合	73.8%	80%	市
歯周病の予防により、自分の歯を有する人の増加			
・ 60歳で24本以上自分の歯を有する人	61.5%	67%	（国）
・ 80歳で20本以上自分の歯を有する人	40.8%	50%	国