

第3章 ライフステージの歯科保健の現状と課題



1 乳幼児・園児

- 目標 ①親子で歯みがきができ、むし歯のない子が増える
②健康な歯や口で、よく噛んで食べることができる

《主な取組》

乳幼児歯科健診における歯科健診・ブラッシング指導・フッ化物塗布・希望者に栄養相談の実施

◇表2 1歳児親子歯科健診

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
受診者数	192人	191人	166人	168人	154人
受診率	95.0%	94.6%	96.0%	94.9%	96.3%

◇表3 1歳6か月児健診

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
受診者数	206人	209人	194人	164人	173人
受診率	99.5%	99.5%	100.0%	100.0%	100.0%

◇表4 2歳児歯科健診

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
受診者数	219人	192人	195人	192人	159人
受診率	95.6%	98.0%	96.1%	100.0%	100.0%

◇表5 3歳児健診

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
受診者数	243人	232人	184人	206人	185人
受診率	100.0%	99.1%	100.0%	99.5%	100.0%

◇表6 フッ化物塗布事業

乳歯のむし歯予防として、2歳6か月児、3歳6か月児の歯科健診及びフッ化物塗布券を使い、契約歯科医院で行う事業です。

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
受診者数	209人	218人	184人	196人	150人
受診率	44.3%	47.7%	43.4%	49.6%	38.5%

◇表7 健口胎内ワッハッ歯スタンプラリーを活用したフッ化物塗布の継続

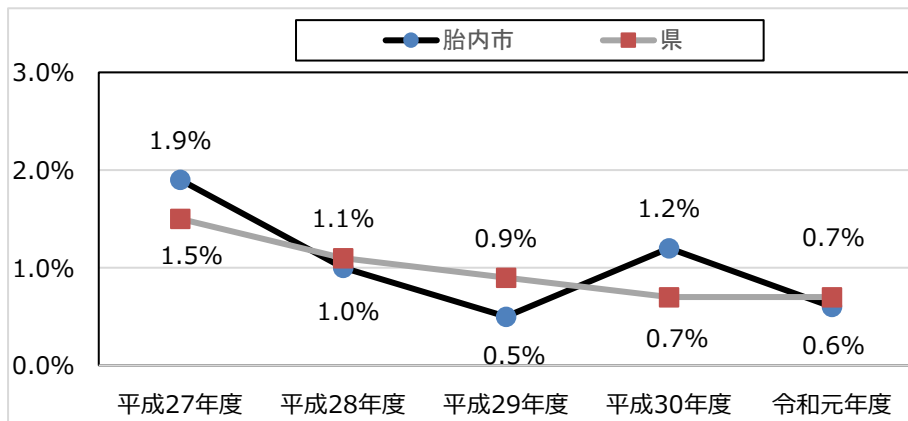
平成25年4月から開始しました。乳幼児の子ども達が6か月間隔で歯科健診とフッ化物塗布を受けられる様に助成制度を行っています。スタンプを10個集めてゴールとなり、達成者が平成29年度から出始めています。

年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
達成者数	11人	9人	30人

◇保育園・こども園の全施設での年2回の歯科健診の実施

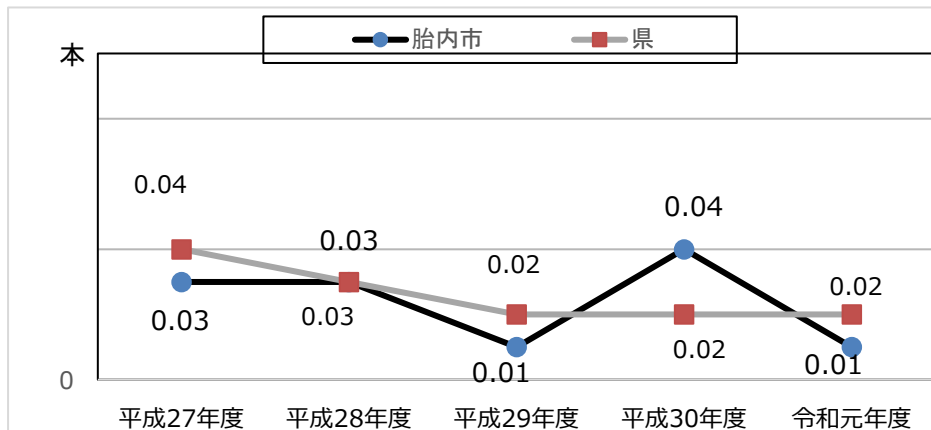
《現状》

■図1 1歳6か月児むし歯有病状況



歯が生えて間もない1歳頃からむし歯のある児がいます。1歳6か月児むし歯の有病率、一人平均むし歯数とも、減少傾向であり、県平均より低い状況ですが、年度によりばらつきがあり

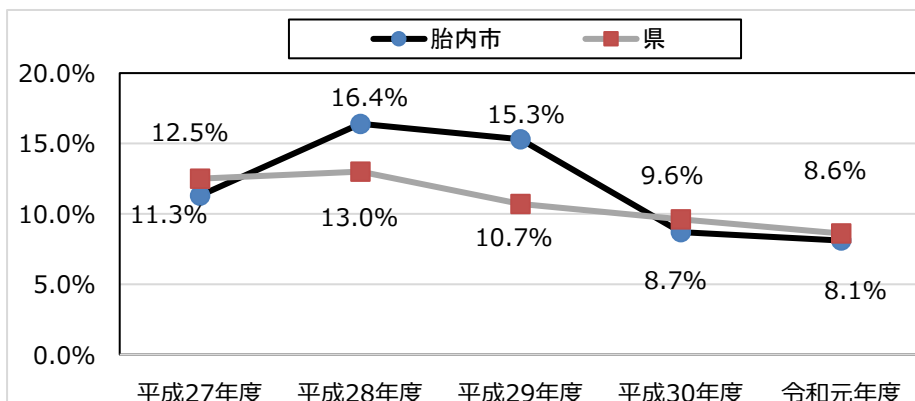
■図2 1歳6か月児一人平均むし歯数



出典: 母子保健事業報告(国)

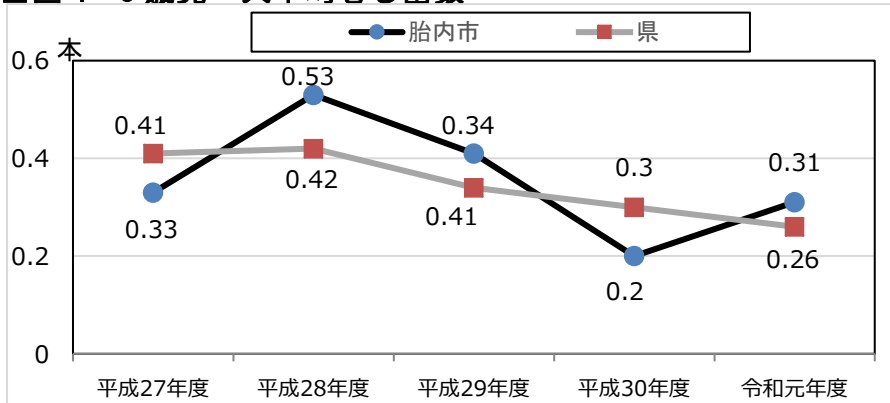
出典: 母子保健事業報告(国)

■図3 3歳児むし歯有病状況



3歳児むし歯の有病率は平成30年度に10%を下回り減少傾向が続いています。県平均と比較するとしても低い状況です。

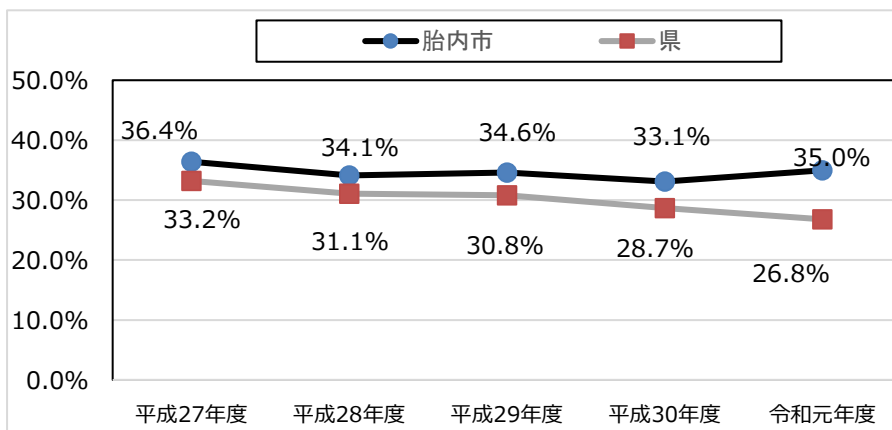
■ 図4 3歳児一人平均むし歯数



出典：母子保健事業報告(国)

3歳児一人平均むし歯数はむし歯の有病率同様に、平成30年度に減少しましたが、令和元年度では県平均と高くなりました。これは一人で多くのむし歯を有する児がいるためと考えられます。

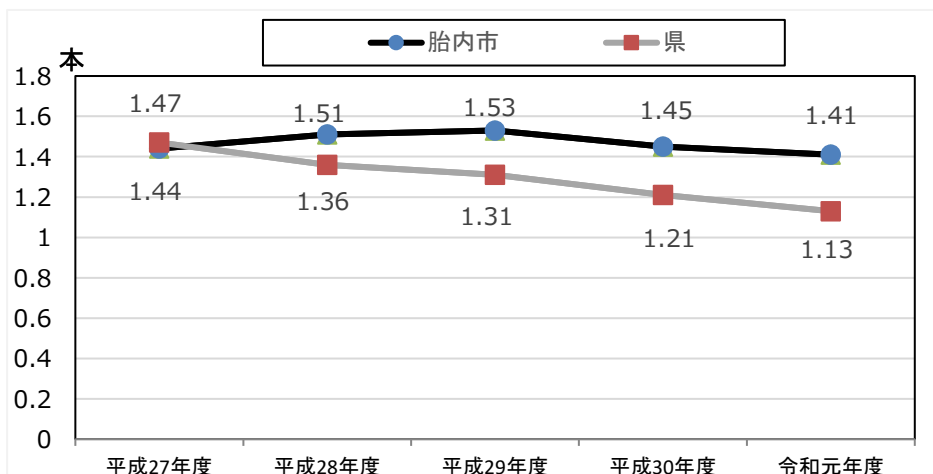
■ 図5 5歳児むし歯有病状況



出典：小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策(新潟県)

5歳児のむし歯有病率について、県は減少傾向にあります。胎内市は減少率が低い状況です。

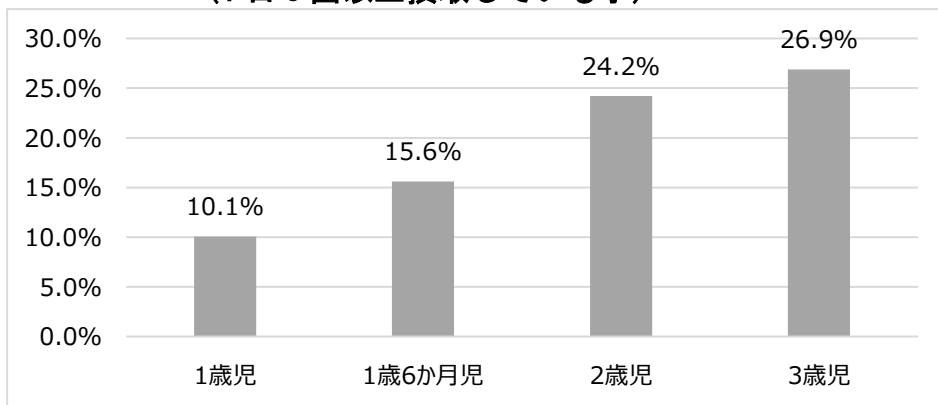
■ 図6 5歳児一人平均むし歯数



出典：小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策(新潟県)

5歳児一人平均むし歯数は、県は減少していますが、胎内市は年度によりばらつきがありますが、平成27年度から大きな変化がない状況です。

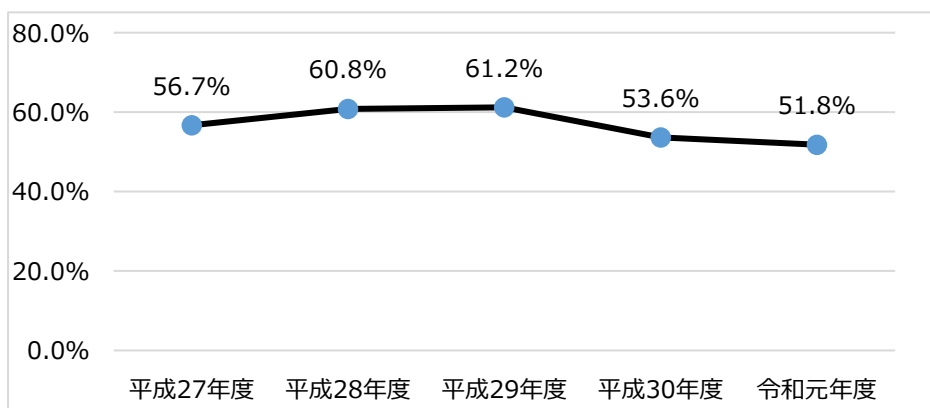
■ 図7 令和元年度 幼児健診受診者のおやつ摂取状況
(1日3回以上摂取している子)



年齢が上がるにつれ、1日3回以上おやつを摂取している児が増えています。

出典：胎内市幼児健診

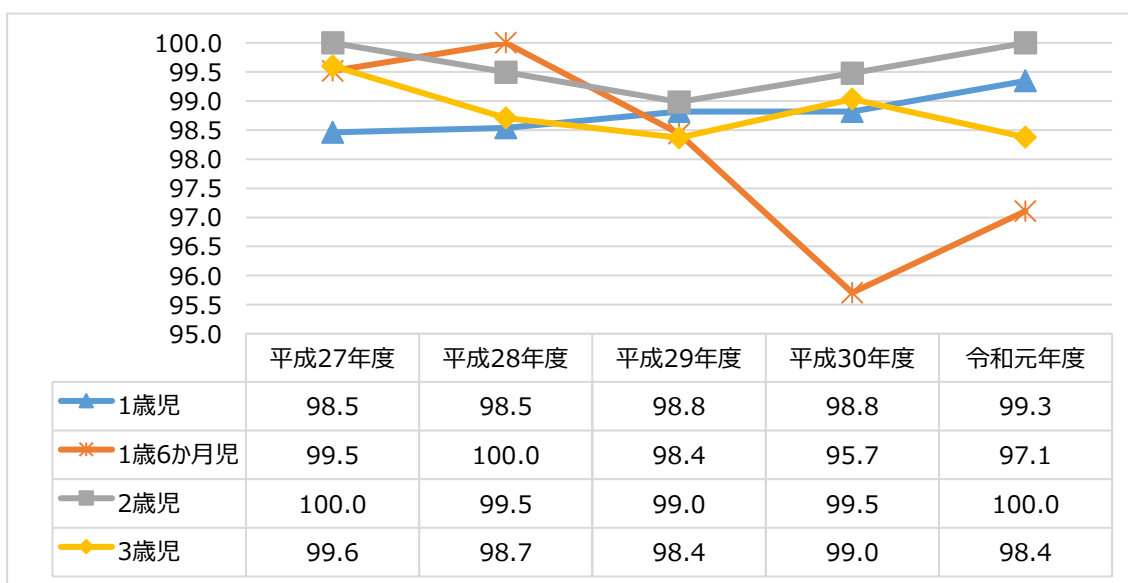
■ 図8 3歳児でフッ化物塗布を定期的に行っている3歳児の割合



定期的にフッ化物塗布を受けている3歳児の割合は60%代から50%台に減少している。

出典：胎内市幼児健診

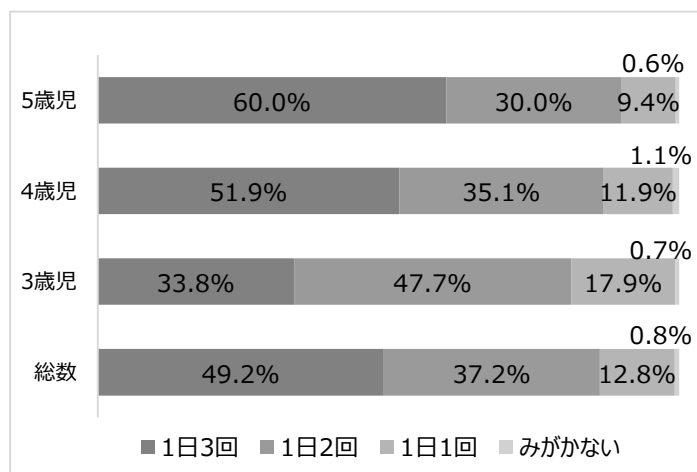
■ 図9 毎日仕上げみがきをしている幼児の割合



7か月児健診から仕上げみがきの必要性を伝えていますが、未実施の保護者もいます。

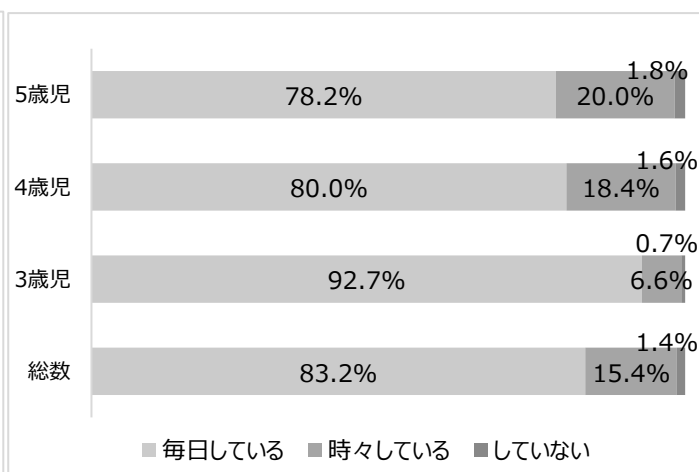
出典：胎内市幼児健診

■ 図 10 園児の歯みがきの回数



出典: 令和2年度 園児・児童・生徒のアンケート(胎内市)

■ 図 11 園児の仕上げみがき実施率



出典: 令和2年度 園児・児童・生徒のアンケート(胎内市)

食べたらみがくことを基本に指導をしていますが、1日3回みがく園児の割合は半数です。また、仕上げみがきについても年齢が上がるにつれて、実施率は低くなります。

《評価》 表 8 第2次歯科保健計画評価

	指標		ベースライン (平成26年度)	目標値	最新値 (令和元年度)	評価
歯や口の元氣指標	重点指標 むし歯のない1歳6カ月児の割合	胎内市	98.8%	98%以上維持	99.4%	A
		新潟県	98.8%	—	99.3%	—
	むし歯のない3歳児の割合	胎内市	85.9%	90%	91.9%	A
		新潟県	84.0%	90%	91.4%	—
	3歳児一人平均むし歯数	胎内市	0.55本	県平均以下	0.20本	A
		新潟県	0.46本	—	0.30本	—
5歳児一人平均むし歯数	胎内市	2.05本	県平均以下	1.41本	A	
	新潟県	1.59本	—	1.13本	—	
フッ素の利用	フッ化物塗布を定期的に受けている3歳児の割合	胎内市	53.8%	増加	51.8%	E
		新潟県	—	—	—	—
	フッ化物洗口を実施している園児・児童・生徒の割合(4~14歳)	胎内市	98.9%	現状維持	98.3%	E
		新潟県	51.4%	—	74.2%	—
セルフケア	毎日仕上げみがきしている3歳児の割合	胎内市	97.7%	現状維持	98.4%	A
		新潟県	—	—	—	—
フォローアップ	気軽に相談できる歯科医院がある3歳児の割合	胎内市	68.7%	増加	61.1%	E
		新潟県	—	—	—	—
生活習慣	1日3回以上間食をする1歳6か月児の割合	胎内市	17.2%	減少	15.6%	A
		新潟県	—	—	—	—
	よく噛んで食べている3歳児の割合	胎内市	88.3%	増加	87.6%	E
		新潟県	—	—	—	—

《課題》

むし歯の状況

乳歯が生えて間もない1歳からむし歯のある児がいます。(図1、図2)

3歳児ではむし歯の有病率、一人平均むし歯数とも減少傾向にありますが、一人でむし歯数が多い児がいるためむし歯の有病率が県と比較し低い状況でも、一人平均むし歯数が高い傾向になります。

また、3歳児以降はさらに県平均より高くなり、5歳児のむし歯有病率、一人平均むし歯数は第2次計画の目標値は達成していますが、県平均に比べ高い傾向が続いており、緩やかな減少となっています。(図5、図6)

仕上げみがき

仕上げみがき実施率は3歳児健診では98.4%と目標は達成しましたが、仕上げみがきの習慣がない保護者がおり園児など年齢が上がるにつれて、実施率は下がる傾向にあります。(図9、図11)

1歳児でも未実施の保護者がいる現状から、歯が生え始めた頃からの7か月児健診の場で仕上げみがきの必要性について丁寧な歯科保健指導が求められます。

また、幼児健診の傾向から、大人の歯科保健の意識の違いから、口腔内の衛生状況の差も大きくなっています。家族や、行政、保育園が協力しながら、むし歯のリスクとなる様々な弊害を取り除いていく必要があります。

フッ化物塗布

健口胎内ワッハッ歯スタンプラリーは定期的なフッ化物塗布の継続を目的に平成25年4月から開始しました。しかし、2歳6か月児、3歳6か月児の歯科健診及びフッ素塗布券使用率が40%前後と低い傾向にあり、3歳児健診のアンケートからもフッ化物を定期的に塗っている割合は約50%となっています。(表6)

フッ化物塗布の継続に向け、2歳6か月児、3歳6か月児の歯科健診及びフッ素塗布券の配布方法を変更するなどの周知を検討する必要があります。

コラム 1

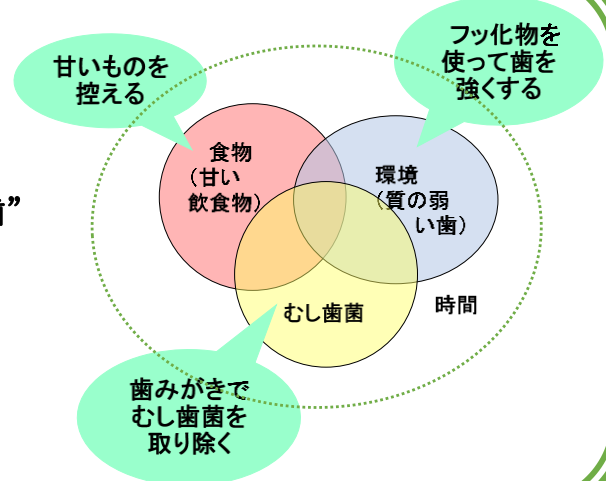
むし歯の原因は3つ 予防方法も3つ!!

むし歯の主な原因は、
“甘い飲食物”、“むし歯菌”、“質の弱い歯”

むし歯を予防するには

- ① 甘いものを控える。
- ② 歯みがきでむし歯菌を取り除く。
- ③ フッ化物を使って歯を強くする。

この3つが大事です。



2 学童・生徒

目標 ①正しい知識を身につけ、口の中を見ることができる
 ②むし歯や歯肉炎の予防が実践できる

《主な取組》

◇表9 フッ化物洗口事業実施率

永久歯のむし歯予防のため、保育園・こども園は週2回法、小学校・中学校は週1回法フッ化物洗口を行っています。令和元年度より、「まごころ保育園たいない」が加わり、市内19施設で実施しています。

年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
保育園・こども園	96.8%	98.8%	98.3%	97.4%	97.9%
小学校	98.9%	98.3%	98.9%	98.2%	98.3%
中学校	99.4%	99.2%	99.3%	99.3%	98.8%

◇表10 むし歯・歯肉炎予防教室

歯科衛生士が各園や小中学校に出向き、歯科保健指導を行います。

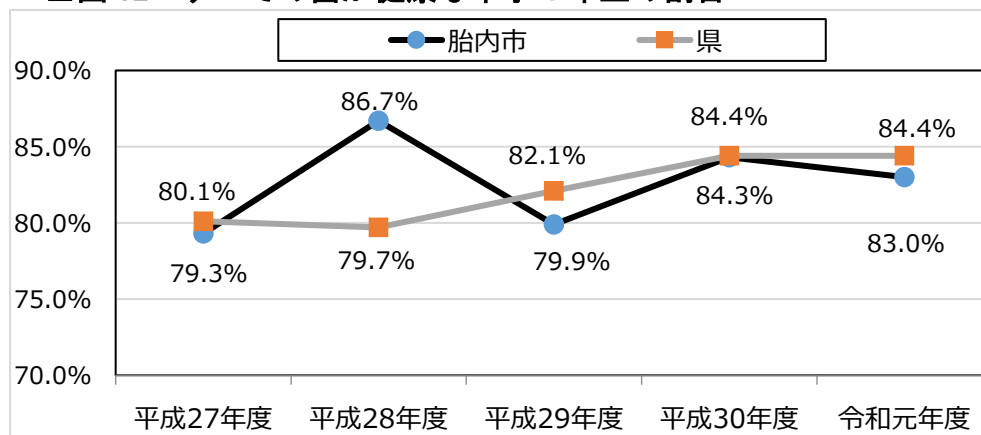
年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
実施施設数	17施設	17施設	17施設	18施設	18施設
保育園・こども園	655人	668人	680人	689人	625人
小学校	613人	931人	672人	803人	712人
中学校	221人	389人	301人	320人	287人
合計	1,489人	1,988人	1,653人	1,812人	1,624人

◇啓発活動

園、小中学校の園児、学童、生徒を対象に『歯科保健だより』を配付し、むし歯予防、歯肉炎予防の指導を行っています。

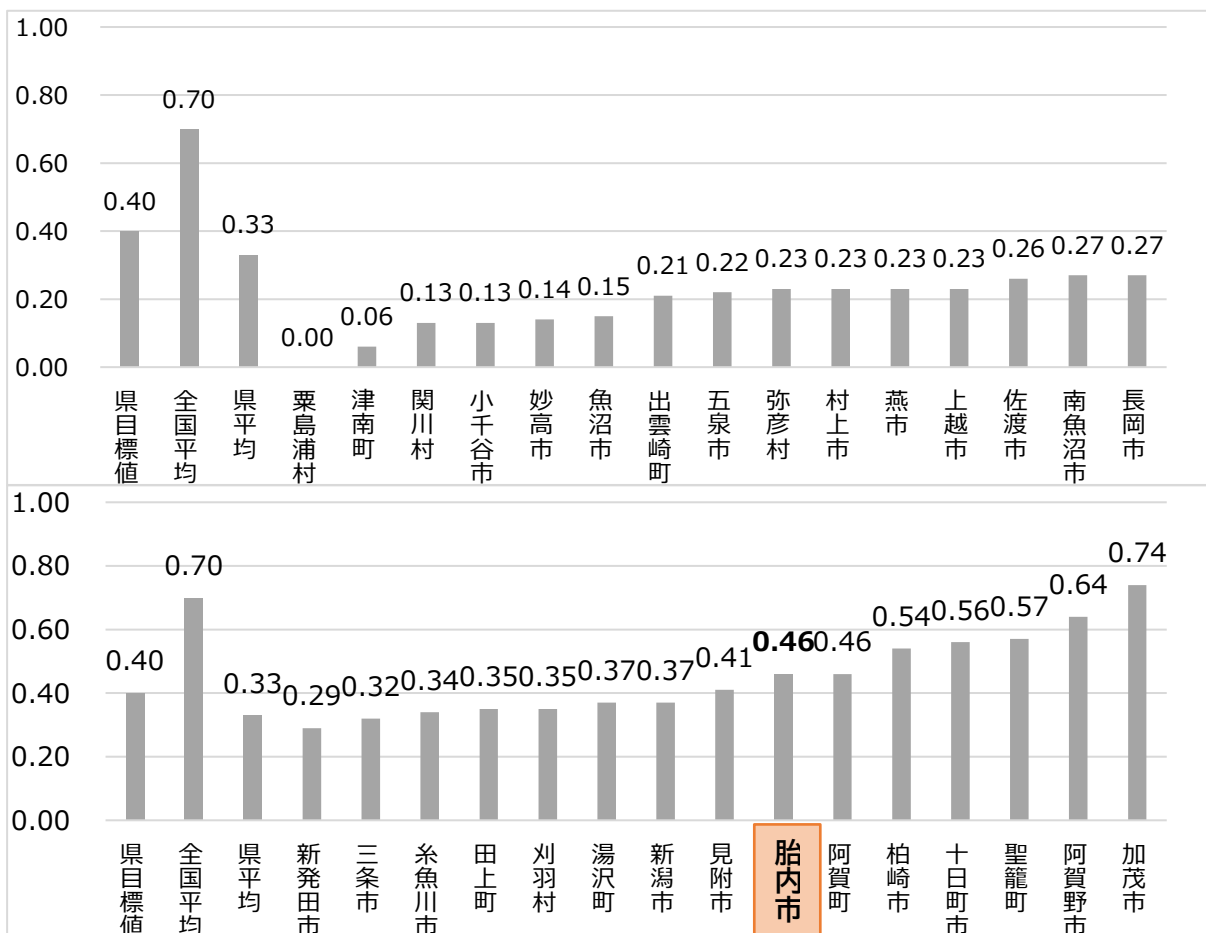
《現状》

■図12 すべての歯が健康な中学1年生の割合



すべての歯が健康な中学1年生の割合は県平均より若干低い割合となっています。

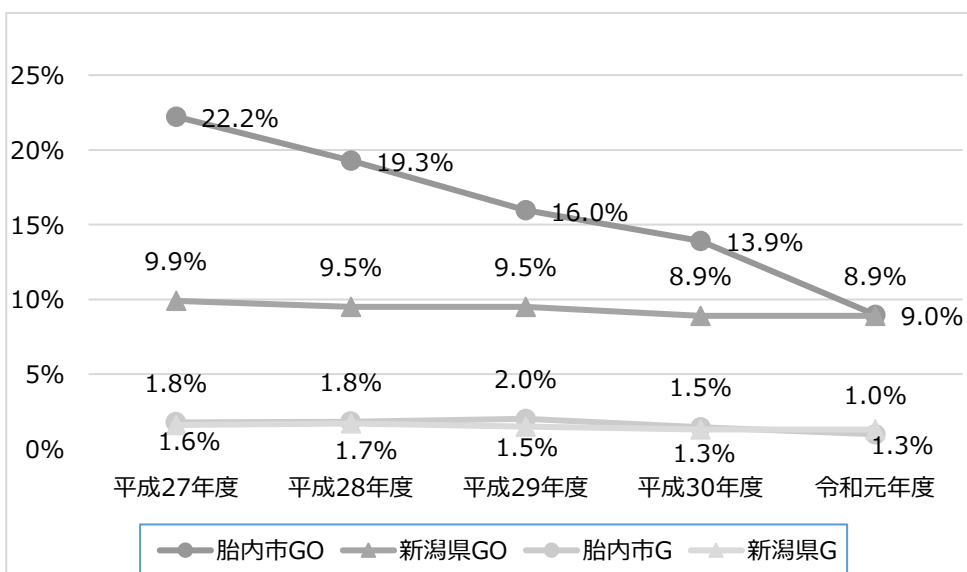
■図 13 令和元年度 市町村別 12 歳児一人平均むし歯数(永久歯)の比較



出典:小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策(新潟県)

12 歳児一人平均むし歯数は市および県の目標値を達成することができず、新潟県内 30 市町村中 24 位と下位に位置しています。

■図 14 小学生の歯肉炎(G0 または G)の年次推移



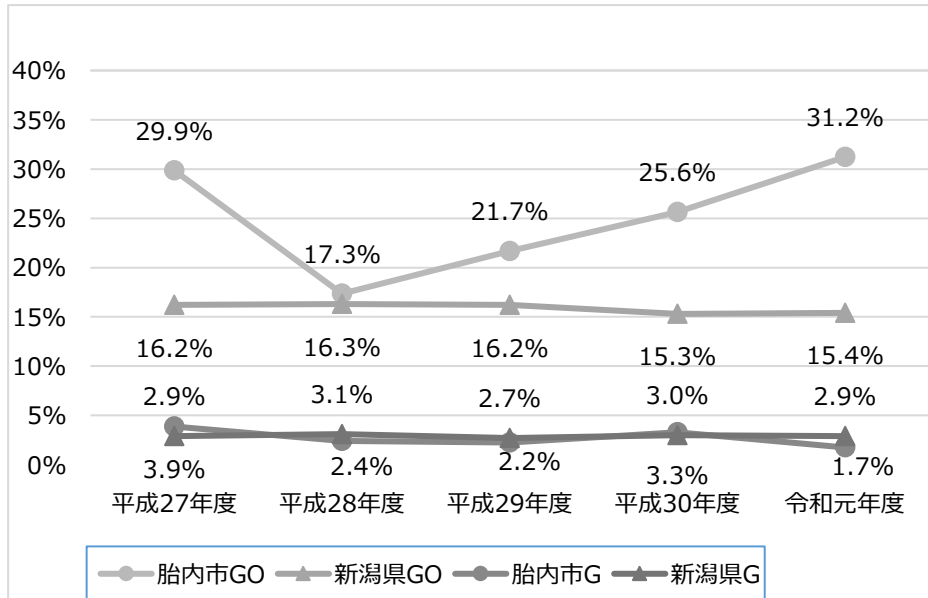
新潟県と比較するとG者率はあまり大きな差はありませんが、G0者率は1.5倍から2倍近く胎内市の方が多くなっていました。しかし、元年度は大幅に減少しています。

出典: 歯科疾患実態調査(胎内市)

GO 者とは・・・歯周疾患要観察者(歯ぐきに軽度の炎症症状があり定期的な観察が必要な者)

G 者とは・・・歯科医師による精密検査及び歯周治療を要する者

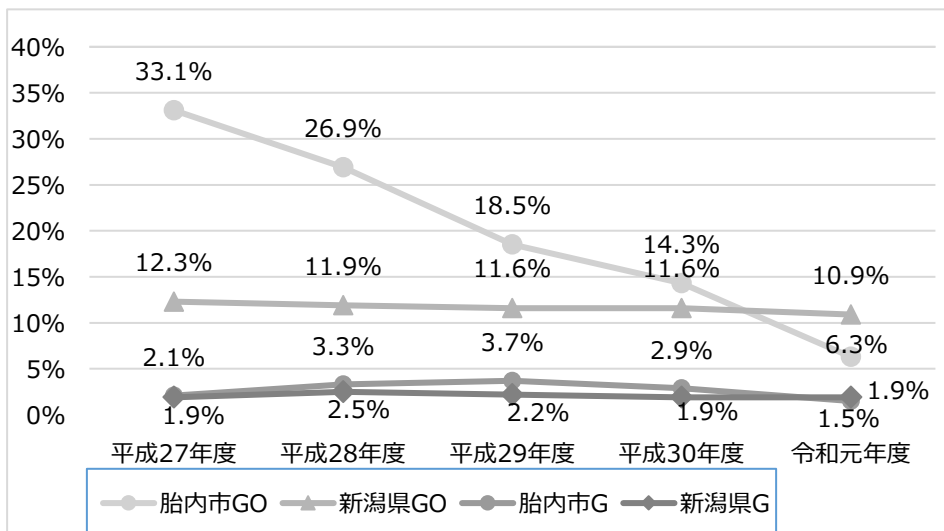
■ 図 15 中学生の歯肉炎(G0 または G)の年次推



新潟県と比較すると、G 者率はあまり大きな差はありませんが、G0 者率は 1.5 倍から 2 倍近く胎内市の方が多くなっています。

■ 図 16 小学 5 年生の歯肉炎(G0 または G)の年次推移

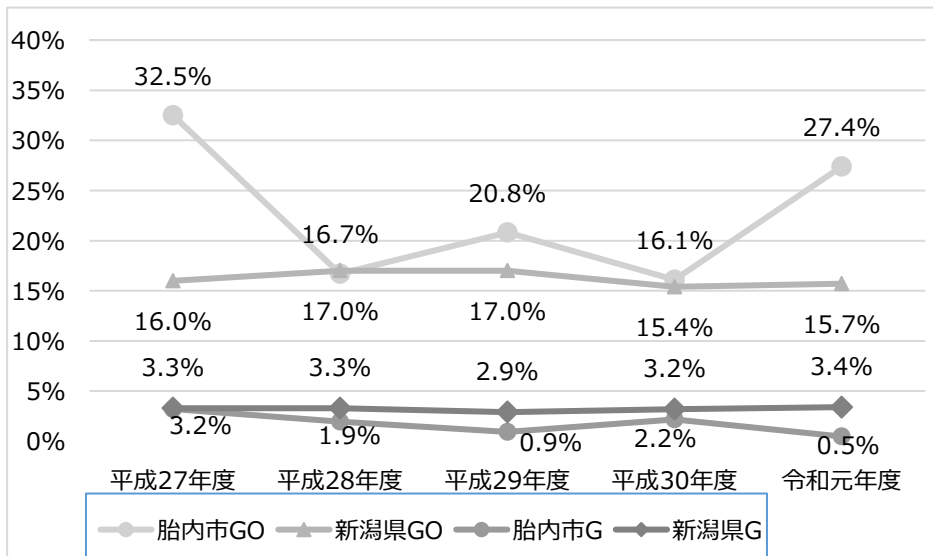
出典：歯科疾患実態調査(胎内市)



新潟県と比較すると、G 者率はあまり大きな差はありません。G0 者率は年々減少傾向が続いており、令和元年度は県平均を大きく下回りました。

出典：歯科疾患実態調査(胎内市)

■ 図 17 中学 3 年生の歯肉炎(G0 または G)の年次推移



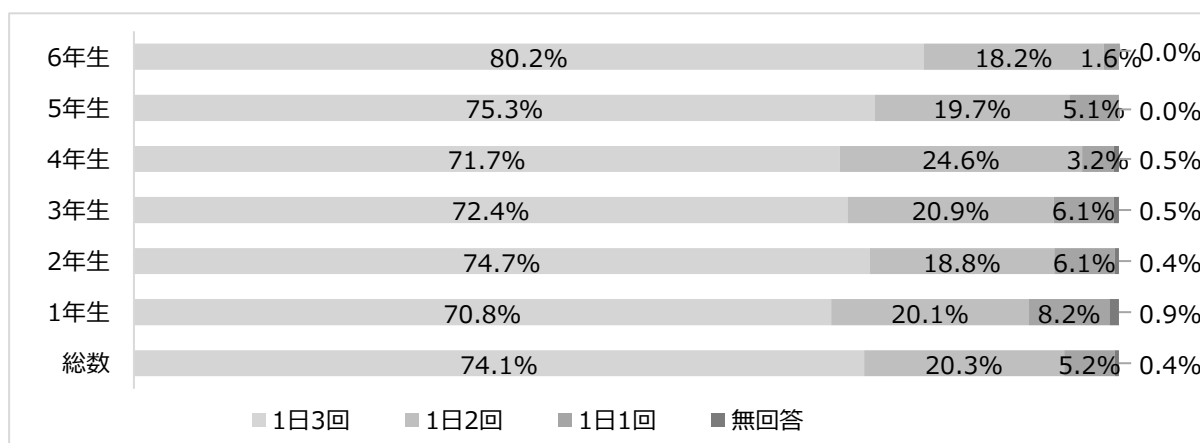
新潟県と比較すると、G 者率は高い傾向にあります。G0 者率は年々減少傾向が続いていましたが、令和元年度は増加傾向に転じました。

令和 2 年度 お口の健康と食生活に関するアンケート

調査日;令和 2 年 7 月 16 日~7 月 27 日 調査方法;本人が家族と一緒に記入
回答者数;

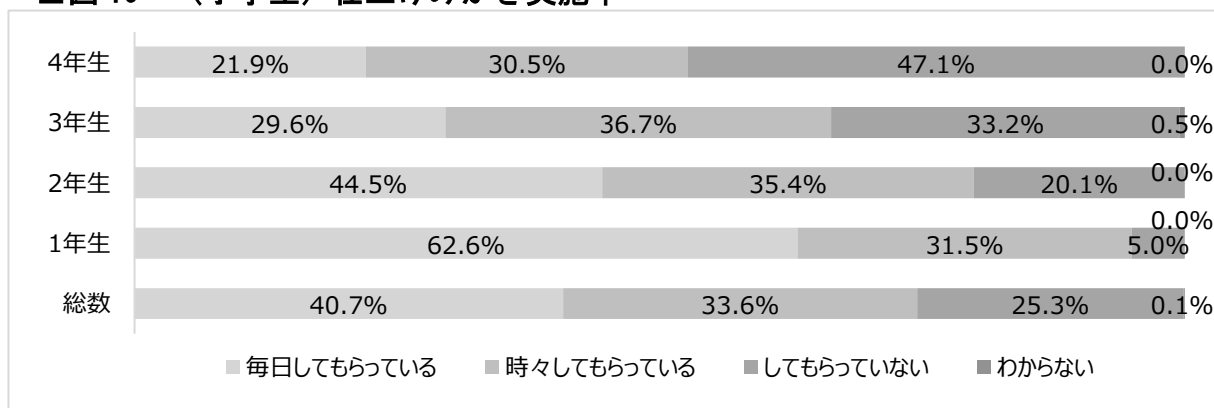
	回答者	回答率		回答者	回答率
小学1年生	219 人	96.9%	中学 1 年生	188 人	88.3%
小学2年生	229 人	93.5%	中学 2 年生	180 人	87.8%
小学3年生	196 人	92.0%	中学 3 年生	185 人	83.0%
小学4年生	187 人	89.5%	中学生全体	553 人	86.3%
小学5年生	198 人	86.8%			
小学6年生	192 人	92.3%			
小学生総計	1,221 人	91.9%			

■ 図 18 (小学生) 歯みがきの回数



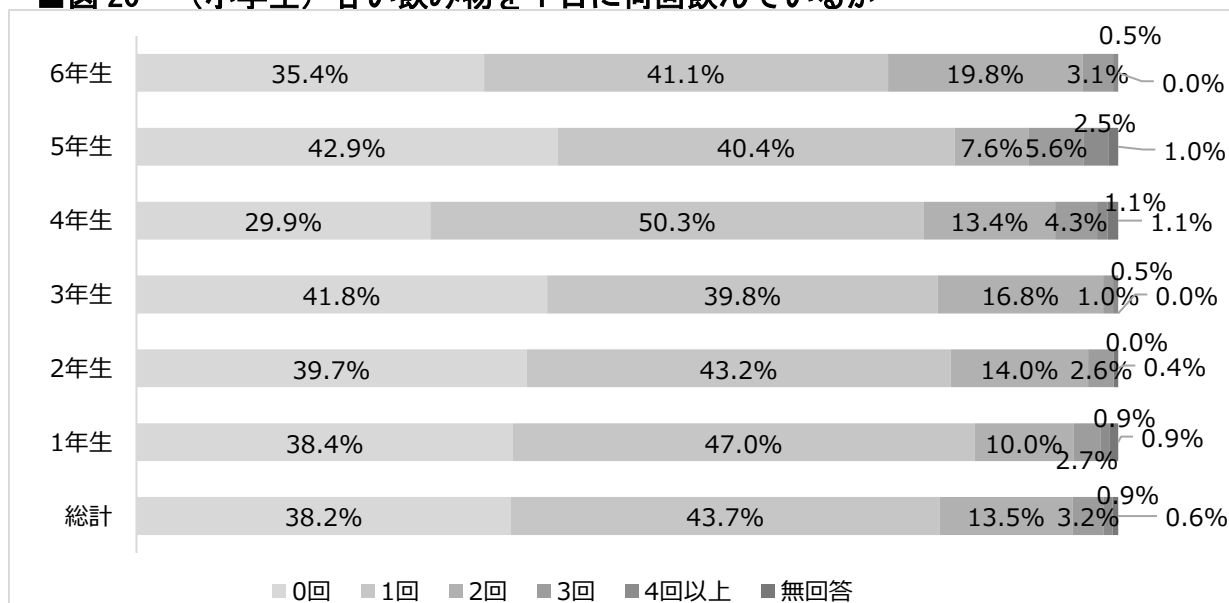
1日3回歯みがきをしている児童の割合はすべての学年で7割を超えています。最も高いのは小学6年生の80.2%でした。

■ 図 19 (小学生) 仕上げみがき実施率



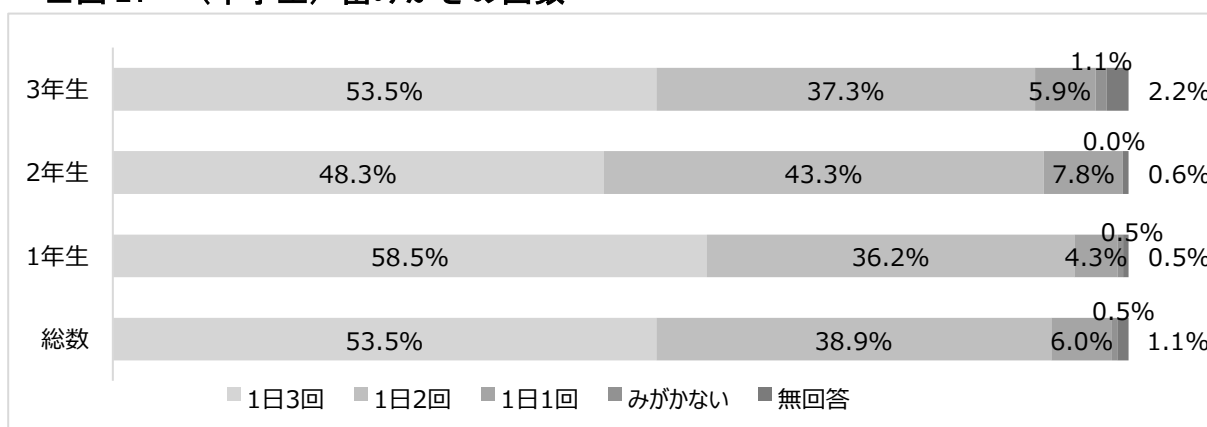
毎日大人から仕上げみがきをしてもらっている割合は1年生が最も多く、学年が上がるにつれて、低くなっています。全体では4割となっています。

■ 図 20 (小学生) 甘い飲み物を 1 日に何回飲んでいるか



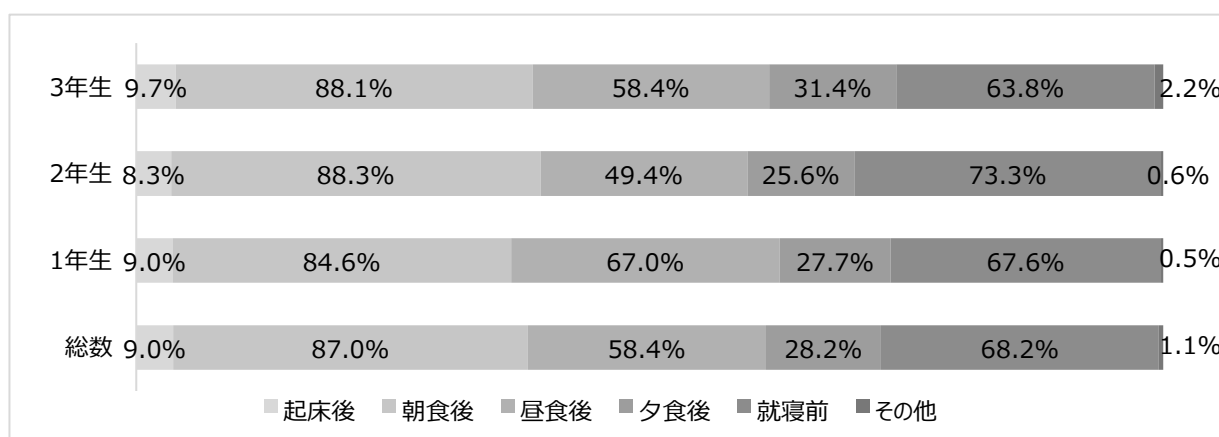
1日のうち全く甘い飲み物を飲まない児童は約3割から4割程度となり、飲んでいる児童の割合が高くなっている。

■ 図 21 (中学生) 歯みがきの回数



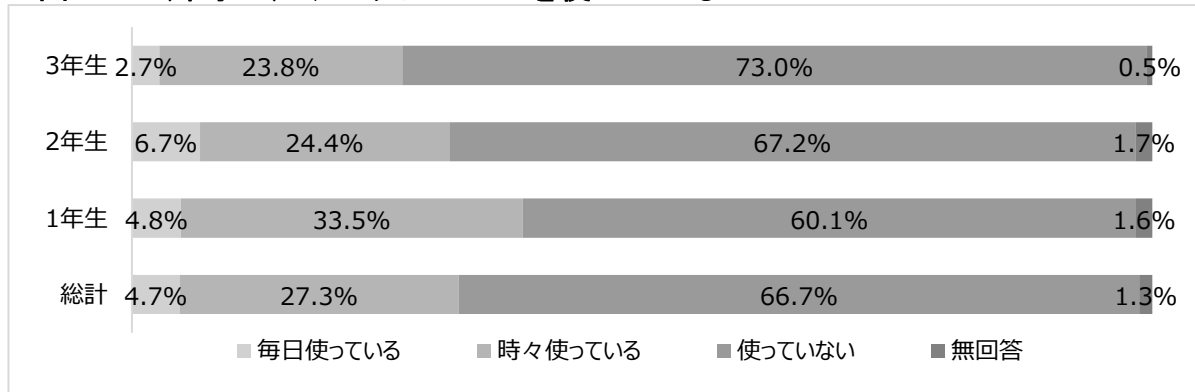
1日3回歯みがきをしている生徒の割合はすべての学年で5割を超えています。最も高いのは中学1年生の58.5%でした。

■ 図 22 (中学生) いつ歯みがきをするか



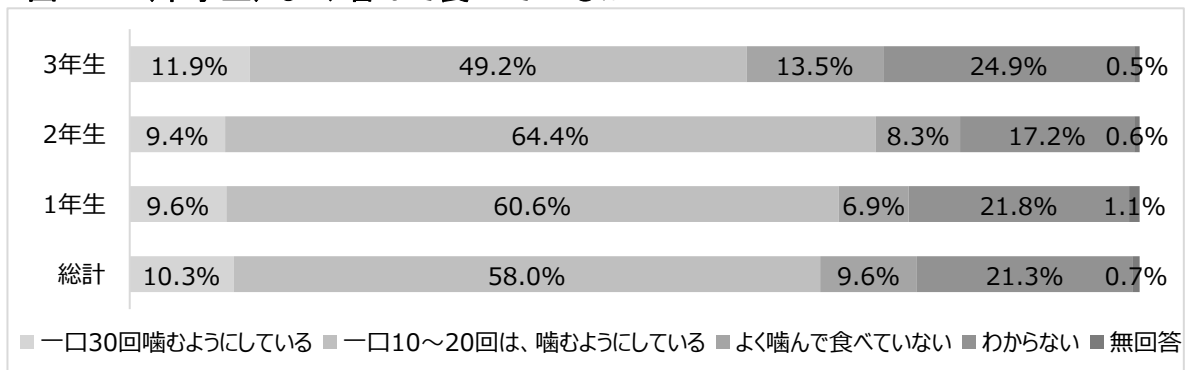
歯みがきを昼食後にする割合は約50%~60%となっており、最も高い学年は1年生の67%でした。

■ 図 23 (中学生) デンタルフロスを使っているか



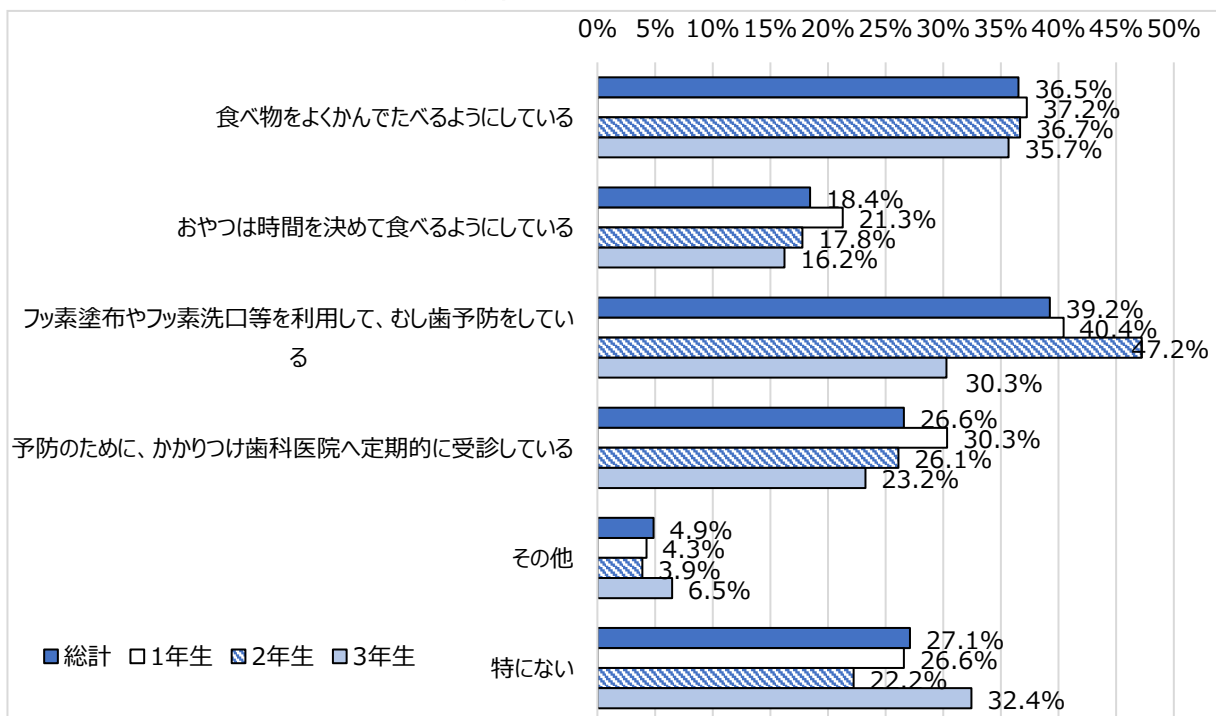
デンタルフロスを使っている割合は「毎日使っている+時々使っている」を合わせても 25%~35%となっており、最も高い学年は1年生の 38.3%でした。

■ 図 24 (中学生) よく噛んで食べているか



「一口 30 回噛んでいる」割合は 10%前後となっています。中学 3 年生では「よく噛んで食べていない」生徒の割合が「1 口 30 回噛んでいる」割合より多くなっています。

■ 図 25 (中学生) 歯や口の健康のために気を付けていることは何ですか



歯や口の健康のために気を付けていることで最も高い割合は「フッ素塗布やフッ化物洗口等を利用している」となっており、全体の 4 割となっています。

《評価》 表 11 第2次歯科保健計画評価

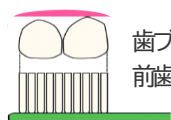
	指標		ベースライン (平成26年度)	目標値	最新値 (令和元年度)	評価
歯や口の元氣指標	重点指標 12歳児一人平均むし歯数	胎内市	0.43本	0.4本以下	0.46本	E
		新潟県	0.48本	0.4本以下	0.33本	—
	すべての歯が健康な中学1年生の割合	胎内市	79.3%	80%以上	83.0%	A
		新潟県	78.3%	80%以上	84.4%	—
	歯周疾患要観察者(GO)又は歯肉炎(G)を有する中学3年生の割合	胎内市	35.7%	16%以下	27.9%	B
		新潟県	22.1%	16%以下	19.0%	—
セルフケア	歯・口腔の状態を定期的に自己観察している中学1年生の割合(週1回以上)	胎内市	49.5%	増加	49.1%	E
		新潟県	—	—	—	—
	デンタルフロスを使用している中学1年生の割合	胎内市	22.4%	増加	38.2%	A
		新潟県	—	—	—	—
	1日3回、食後の歯みがきの習慣がある中学1年生の割合	胎内市	32.9%	増加	58.5%	A
		新潟県	—	—	—	—
フッ素アップ	定期的に歯科医院に受診している中学1年生の割合	胎内市	17.2%	増加	27.8%	A
		新潟県	—	—	—	—
生活習慣	一口30回噛んで食べるよう意識している中学1年生の割合	胎内市	12.5%	増加	9.6%	E
		新潟県	—	—	—	—

コラム 2

口腔ケアのポイント

歯ブラシ選びのポイント

小さめの歯ブラシを選ぶ



歯ブラシの大きさは前歯2本くらい

にぎり方



ペングリップ(えんぴつ持ち)

歯間部清掃用具も活用しよう

デンタルフロス



歯と歯の間に、のこぎりを引くようにゆっくりフロスを入れ、糸を歯面に押し当てたまま上下に動かす。

みがき方・みがく回数

食べたらみがくが基本。

歯2本ぐらいを目安に、10~20回 小刻みに動かします。

「しっかりケアしよう」と意識するあまり、ブラッシングの際に力を入れすぎてしまい『オーバーブラッシング(力が強すぎる歯みがき)』になる事もあります。



《課題》

むし歯および歯肉炎の状況

12歳児一人平均むし歯数は市および県の目標値を達成することができず、新潟県内30市町村中24位と下位に位置しています。すべての歯が健康な中学1年生の割合は改善傾向にあり、目標を達成しましたが、県平均に比べると低い傾向にあります。(図13)

児童、生徒とも歯肉炎は県平均と比べ多い傾向にあります。(図14、図15)特にG0者の割合は県平均に比べ2倍近く高い年度もあり、歯肉炎予防のため歯みがきの正しい知識を身につけ、実践する必要があります。

歯みがきの回数

保育園児や小学生では自宅で歯みがきをしない、中学校では昼休みの歯みがき時間が設けられておらず個人の意識に任せられている施設もあるため、1日3回の歯みがき行動が実施できていない園児、児童や生徒がいます。(図18、図21、図22)しかし、平成22年度の第1次歯科保健計画策定時に行ったアンケートでは、1日3回歯みがきをする児童の割合は6割程度であったことから歯みがき習慣の定着が図られてきていると思います。

仕上げみがき

小学生は乳歯と永久歯の生えかわりの時期であり、生え始めの歯はむし歯になりやすいという特徴があります。小学校4年生までの実施を推奨していますが、毎日実施する4年生は21.9%となっており、仕上げみがきの必要性を感じていない保護者が多いが推測されます。(図19)

日常的に仕上げみがきの時に歯や口の中を観察し、噛み合わせの溝や歯と歯の間、歯肉の状況、みがき残しがないかなどチェックすることで、口腔内の変化に早く気づき、むし歯の予防や発見につながるため、むし歯歯肉炎予防教室等の機会を通じて啓発していくことが必要です。

よく噛む習慣

一口30回噛んで食べるよう意識している中学1年生の割合は目標を下回っています。(図24、25)さらに、口呼吸の児童も増えています。口腔機能を獲得するための大切な時期であり、舌や口周りの筋肉の発達と歯並びや噛み合わせの育成にも影響するといわれており、噛むことの大切さを伝えていく必要があります。

適切な治療

歯科健診でむし歯等の所見になり治療勧告書の対象となっても「乳歯だからむし歯になっても生えかわるから大丈夫だと思っている。歯科受診を子どもがイヤがる、怖がるなどと敬遠し、受診させない。」など毎年、同じ園児、児童、生徒がむし歯を保有している傾向にあり、歯や口に関する健康格差が生じています。家族や関係機関と連携した取り組みが必要です。

成人期につながる指導

中学校卒業後は、歯科健診を受けたり歯科保健行動について指導を受ける機会も少なくなるため、正しい歯みがきの習慣をつけるなど、生涯にわたる生活習慣の基礎を定着させるための取り組みが必要になります。

3 妊産婦

目標 歯や口の正しいケアとバランス食で、ママと赤ちゃんともに元気に過ごすことができる

《主な取組》

◇表 12 妊産婦歯科健診受診状況

委託歯科医院で歯科健診・歯科保健指導を行う事業です。

年度		平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
受診率	妊婦	29.9%	32.1%	38.6%	32.3%	39.8%
	産婦	33.3%	31.9%	38.6%	32.1%	15.4%

*平成 27 年から対象者を出産後 1 年未満の産婦に拡大。

◇1 歳児親子歯科健診での保護者の健診 ◇歯科健康教育（乳幼児健診）

《現状》

■表 13（妊婦）歯や口の困りごとの有無

項目	平成 26 年度	令和元年度
困りごとあり	43.5%	41.3%
困りごとなし	56.5%	55.5%
無回答	0.0%	3.2%

■表 14 困りごとの内容

項目	割合
むし歯がある	31.3%
歯がしみる	16.9%
血が出る	10.8%
口臭がある	9.6%
歯並び、噛み合わせ	8.4%
あごの関節が痛い	7.2%
歯が痛い	2.4%
その他	13.4%

■表 15（妊婦）歯や口の困りごとで受診はしたか

項目	令和元年度
受診した	15.6%
受診しない	82.8%
無回答	1.6%

■ 受診しない理由は

- ・つわりがひどくて行けない
- ・時間がない
- ・忙しい など

出典：妊娠届出時アンケート(胎内市) 調査期間：令和 1 年 11 月～令和 2 年 12 月

■表 16（産婦）歯や口の困りごとの有無

項目	令和元年度
困りごとあり	67.1%
困りごとなし	32.9%

■表 17 困りごとの内容

項目	割合
むし歯がある	29.9%
血が出る	7.8%
歯茎が腫れている	3.9%
歯が痛い	2.6%
歯がしみる	19.5%
口臭がある	7.8%
歯茎がむずがゆい	1.3%
歯並び、噛み合わせ	23.4%
あごの関節が痛い	3.8%
その他	0.0%

■表 18（産婦）歯や口の困りごとで受診はしたか

項目	令和元年度
受診した	48.9%
受診しない	48.9%
無回答	2.2%

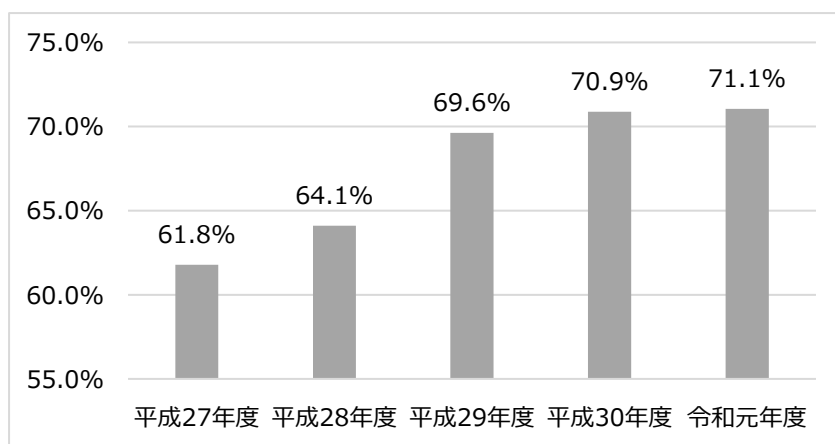
■ 受診しない理由は

- ・時間がない
- ・忙しい
- ・子ども連れていきにくいなど

出典：1 歳児親子歯科健診(胎内市)

調査期間：令和 1 年 11 月～令和 2 年 11 月

■ 図 26 (産婦) 自分の歯を大切にしてきたと思う産婦の割合



自分の歯を大切に
してきた妊婦の
割合は、年々増加傾
向にある。

出典:1 歳児親子歯科健診(胎内市)

《評価》 表 19 第 2 次歯科保健計画評価

	指標		ベースライン (平成26年度)	目標値	最新値 (令和元年度)	評価	
歯 元 気 指 標 や 口 の 指 標	重点指標 歯や口の悩みごとがある 産婦の割合	胎内市	34.8%	減少	67.1%	E	
		新潟県	—	—	—	—	
セ ル ケ ア フ ア	自分の歯を大切にきて きた産婦の割合	胎内市	62.9%	増加	67.4%	A	
		新潟県	—	—	—	—	
フ ォ ロ ー ア ッ プ	妊産婦歯科健診受診率 注) H26 年度は妊婦のみ対象に 事業開始。H27 年度より妊産婦に 対象を拡大	胎内市	妊婦	33.7%	増加	39.8%	A
			産婦	—	—	15.4%	—
		新潟県	妊婦	—	—	—	—
			産婦	—	—	—	—

《課題》

歯科受診

歯や口の悩み事がある産婦の割合は前回数より大きく上回っています。(表 13) また妊娠期の歯や口の悩み事がある妊婦の割合は 41.3%となっています。(表 16) 悩み事があり受診した妊婦の割合は 15.6%、産婦の割合は 48.9%となっています。(表 15、表 18) 妊娠期はつわりの時期と重なり受診できなかつたと答える妊婦も多いですが、歯周病のリスクが高まり、早産や低体重児出産のリスクを高めるといわれており、安定期に入った時期の歯科医院の受診が必要です。また、産婦は「時間がない」「忙しい」「子ども連れていきにくい」などを理由に受診できなかった方もいました。出産後は子育てに忙しく、受診できない状況が考えられますので、妊娠の安定期に受診することが必要です。

さらに、育児中の母が歯科医院に受診しやすいよう、歯科医院と連携した環境づくりやファミリーサポートセンターなどを紹介していきたいと思ひます。

4 成人・高齢者

目標 目指せ 6024・8020！自分の歯の健康を維持できる

《主な取組》

◇表 20 成人歯科健診受診状況

委託歯科医院で歯科健診・歯科保健指導を行う事業です。

年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
受診者数	422 人	372 人	456 人	382 人	396 人
受診率	14.9%	13.4%	15.4%	13.5%	16.5%

* 対象年齢を平成 30 年度までは 40・45・50・55・60・70 歳としていたが、令和元年度から 40・50・60・70・76・80 歳に変更した。

◇表 21 地区等での健康教育

保健師や歯科衛生士が地区に出向き、歯科保健指導を行う事業です。

年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和年度
地区数	2 地区	6 地区	10 地区	12 地区	11 地区
参加人数(人)	24 人	86 人	109 人	144 人	141 人

◇表 22 通所型サービス C 事業「すこやか教室」

要介護ハイリスク高齢者及び要支援者を対象とした運動、栄養、口腔のお手入れを学べる介護予防教室です。

年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
回数	48 回	72 回	96 回	96 回	96 回
参加人数	869 人	1,046 人	1,093 人	846 人	1,049 人

出典：福祉介護課 地域包括支援センターみらい

◇表 23 一般介護予防教室「うさぎの会」

年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
回数	24 回	24 回	48 回	48 回	44 回
参加人数	1,001 人	1,249 人	1,403 人	1,320 人	1,247 人

出典：福祉介護課 地域包括支援センターみらい

◇表 24 介護予防教室卒業生等の会「ときの会」においてお口の体操を実施

年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
回数	22 回	23 回	23 回	22 回	18 回
参加人数	330 人	479 人	403 人	295 人	241 人

出典：福祉介護課 地域包括支援センターみらい

◇表 25 介護予防リーダーの研修の場「スマイル体操の会」で口腔機能向上勉強会の開催(1回)

年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	平成 30 年度	令和元年度
回数	8 回	8 回	8 回	7 回	6 回
参加人数	165 人	151 人	180 人	174 人	83 人

出典：福祉介護課 地域包括支援センターみらい

◇口腔ケア健康教育の実施

◇公会堂などで行う地域で行う介護予防教室の開催

◇歯科健康教育（特定保健指導、介護予防事業、市内各地区にて健康教育）

◇普及啓発（健康イベントでの歯科保健指導、職域連携事業、いきいき人生歯のコンクール）

《現状》

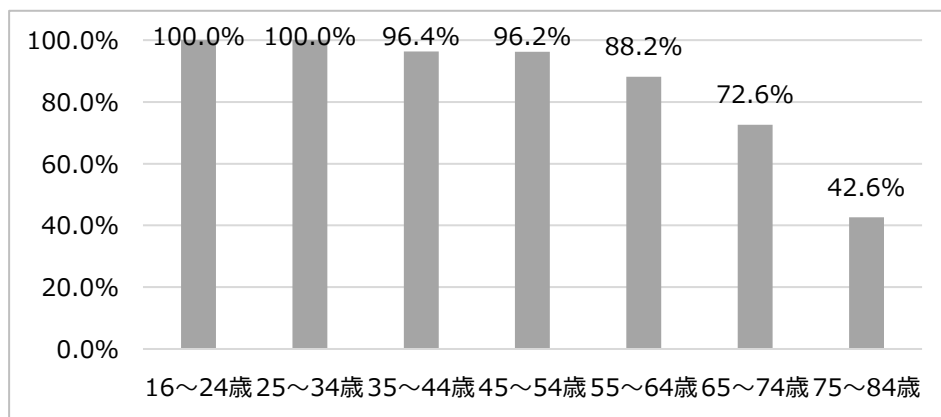
令和元年度 健康づくりに関する調査

調査日；令和元年 12 月1日～12 月 14 日

調査方法；無記名調査 令和元年 12 月に実施した健康診査申し込み調査票に同封し、配布・回収

回答者数；1,398 人

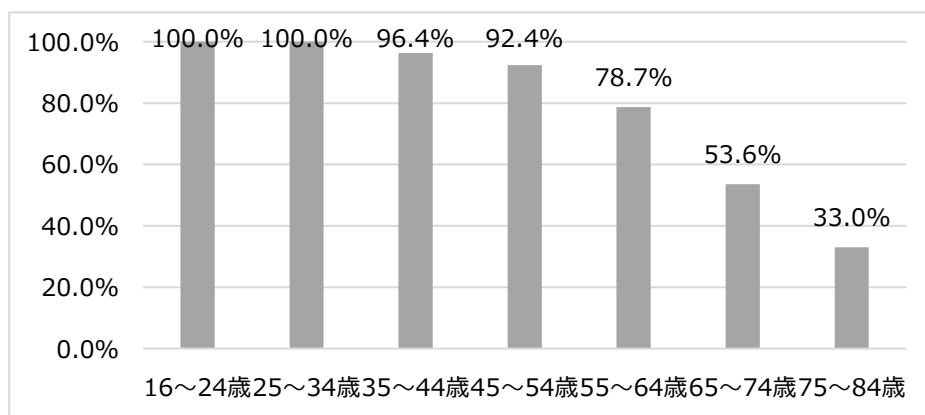
■図 27 8020 達成者（自分の歯を 20 本以上有している人の割合）



8020 達成者は 42.6%となり、前回 (36.2%)より増加しています。

また、60 歳で自分の歯を 24 本以上の歯を有している割合は 78.7%と前回 (74.1%)より、4%増加しています。

■図 28 自分の歯を 24 本以上有している人の割合

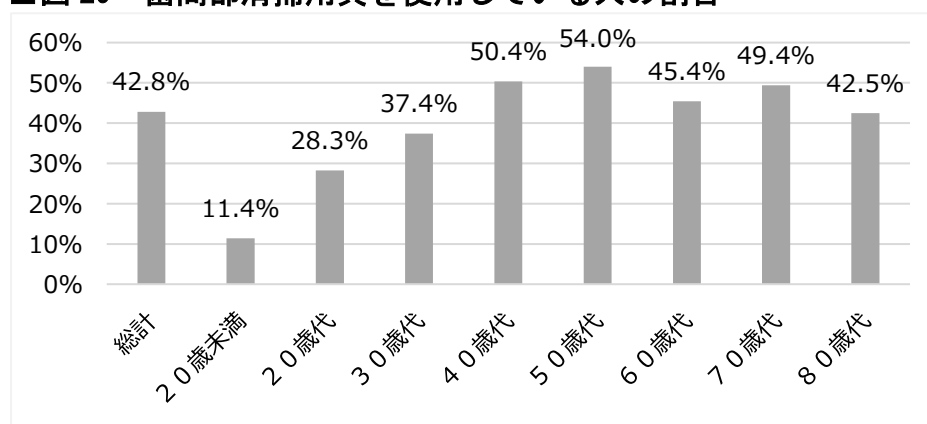


■表 26 一人平均現在歯数（本）

16～24 歳	29.9 本
25～34 歳	28.5 本
35～44 歳	29.0 本
45～54 歳	28.3 本
55～64 歳	26.1 本
65～74 歳	21.2 本
75～84 歳	15.0 本
全体	25.1 本

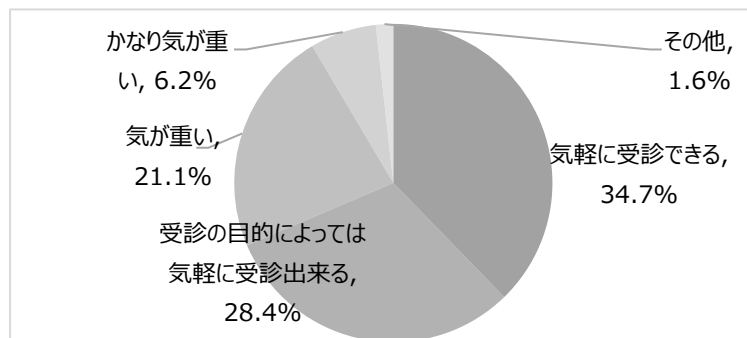
一人平均現在歯数は 55 歳から年を重ねるとともに減少していきます。

■図 29 歯間部清掃用具を使用している人の割合



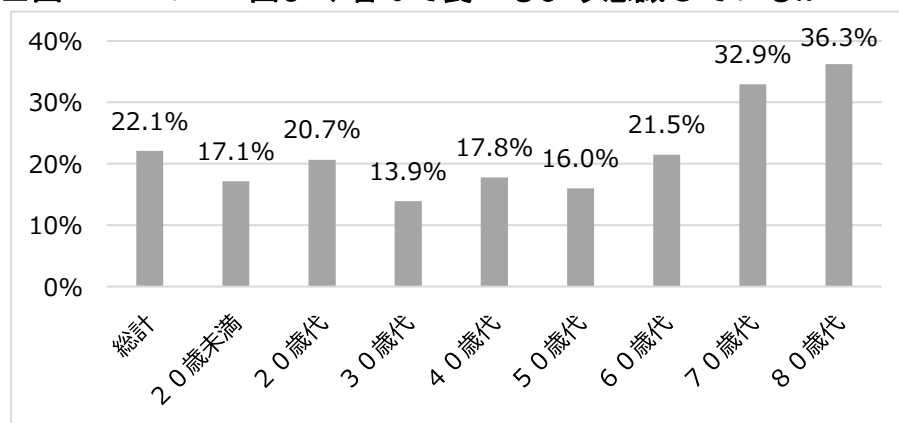
使用率は全体では 42.8%、最も高いのは 50 歳代、低いのは 20 歳未満となっています。

■図 30 歯科医院を受診する際の気持ちは



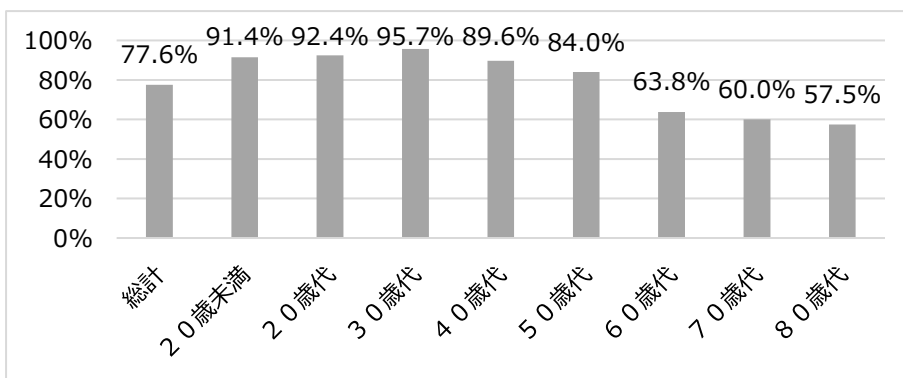
受診するときの気持ちは「気軽に受診できる」が 34.7%と最も高くなっています。「気が重い」「かなり気が重い」を合わせると 27.3%となっており、4 人に 1 人の割合になっています。

■図 31 一口 30 回よく噛んで食べるよう意識しているか



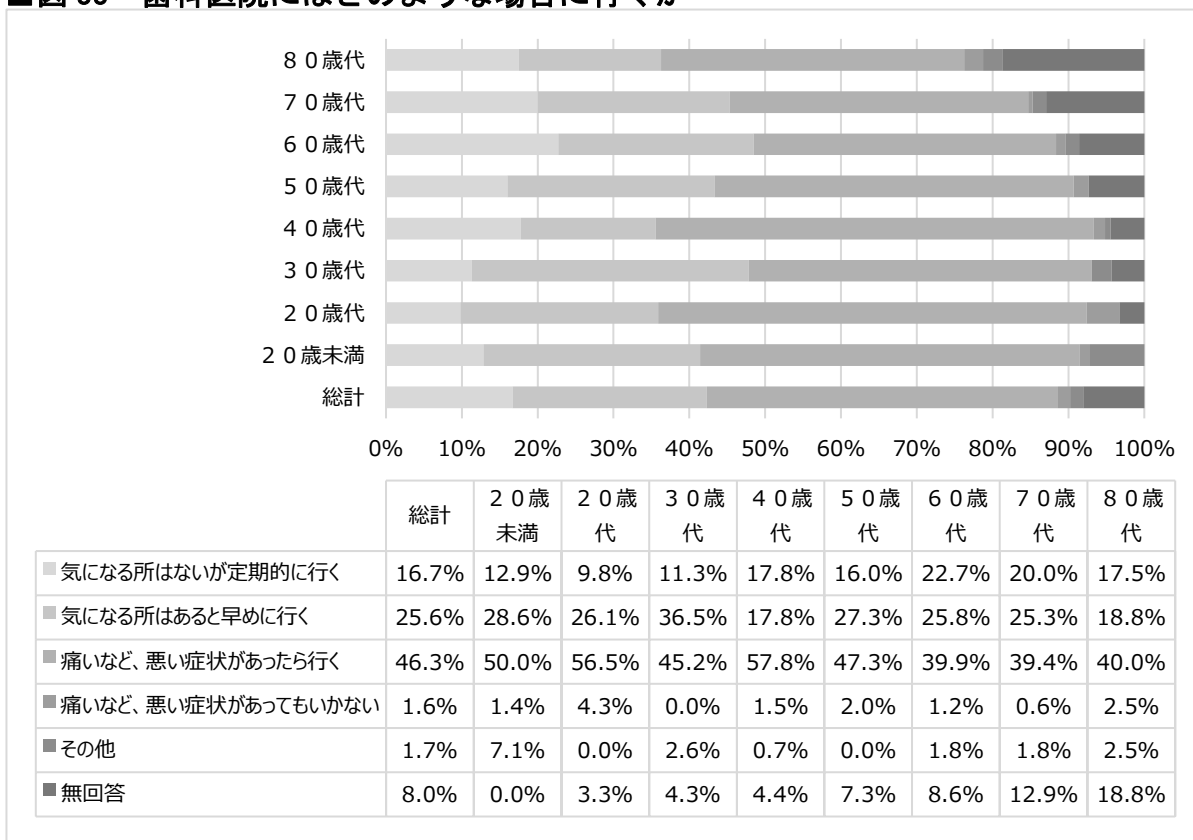
一口 30 回よく噛んで食べるよう意識している人の割合は全体では 22.1%、年齢によりばらつきがあり、80 歳代が最も高く、36.6%でした。

■ 図 32 なんでも噛んで食べる事ができる割合



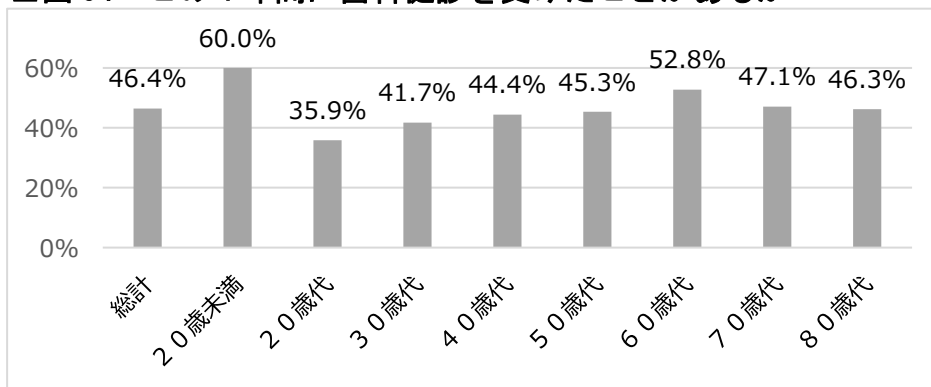
なんでも噛んで食べる事ができると回答した人の割合は年齢とともに減少し、60歳代では63.8%と急激に減少しています。

■ 図 33 歯科医院にはどのような場合に行くか



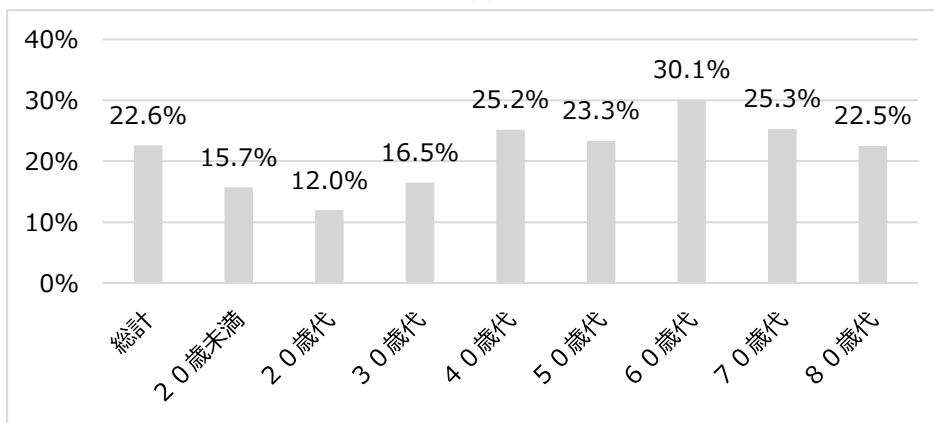
歯科医院に定期的に通っている割合は全体で16.7%でした。最も高かったのは60歳代の22.7%、低いのは20歳代の9.8%となっています。痛いなど症状があり受診すると答えた割合は、全体では46.3%となっています。

■ 図 34 この1年間に歯科健診を受けたことがあるか



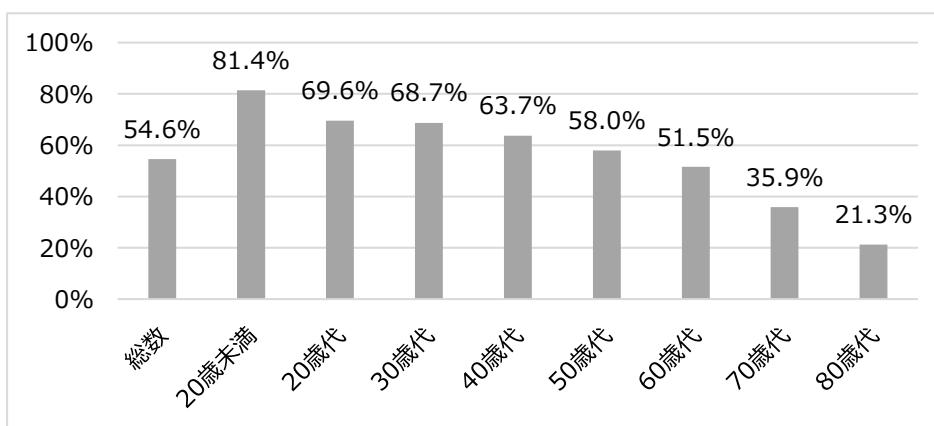
この1年間に歯科健診を受けたことがある割合は、全体で46.4%でした。最も高い割合は20歳未満で学校での歯科健診を受診しているためと考えられます。

■図 35 歯石の除去や歯面の清掃の為に定期的に歯科医院に行っているか



歯石の除去や歯面の清掃のために定期的に歯科医院に行っている割合は全体で 22.6%、最も高い年代は 60 歳代で 30.1%となっています。

■図 36 たばこを吸うと歯周病にかかりやすくなると思うか



たばこと歯周病との関係を理解している割合は全体で 54.6%となっています。年を重ねるとともに、減少傾向にあります。

《評価》 表 26 第 2 次歯科保健計画評価

	指標		ベースライン (平成26年度)	目標値	最新値 (令和元年度)	評価
歯や口の元氣指標	重点指標 60歳(55～64歳)で24本以上の歯を有する人の割合	胎内市	74.1%	75.0%以上	78.7%	A
		新潟県	65.0%	70.0%	66.2%	—
	70歳(65～74歳)で20本以上の歯を有する人の割合	胎内市	65.5%	増加	72.6%	A
		新潟県	54.4%	60.0%	62.3%	—
	80歳(75～84歳)で20本以上の歯を有する人の割合	胎内市	36.2%	40.0%以上	42.6%	A
		新潟県	29.3%	40.0%	36.6%	—
	歯や口腔の悩み事がない人の割合	胎内市	35.5%	60.0%以上	23.2%	E
		新潟県	54.9%	(参考)60.0% (10歳以上)	—	—
	口腔疾患に起因する生活上の困りごとがない人の割合	胎内市	74.3%	85.0%以上	71.9%	E
		新潟県	73.0%	(参考)85.0% (10歳以上)	—	—

《評価》 表 27 第 2 次歯科保健計画評価

	指標		ベースライン (平成26年度)	目標値	最新値 (令和元年度)	評価
フッ素の 利用	フッ素による虫歯予防 の有効性を理解してい る人の割合	胎内市	50.1%	増加	—	—
		新潟県	44.6%	参考値	—	—
セルフケア	歯間部清掃用具を使用 している人の割合	胎内市	36.7%	45.0%以上	42.8%	B
		新潟県	32.3%	45.0%	—	—
	歯・口腔の状態を定期的 に自己観察している 人の割合(週1回以上)	胎内市	30.8%	増加	46.6%	A
		新潟県	27.5%	参考値	—	—
フロリアップ	定期的に歯石除去や 歯面清掃を受けている 人の割合	胎内市	18.1%	20.0%以上	22.6%	A
		新潟県	13.1%	25.0%	(参考)25.8% (15歳以上)	—
	歯科医院にて歯科保健 指導を受けたことがあ る人の割合(歯みがき)	胎内市	65.8%	増加	52.1%	E
		新潟県	60.1%	(参考)60.0% (1歳以上)	—	—
	歯科医院にて歯科保健 指導を受けたことがあ る人の割合(歯間部清 掃用具)	胎内市	57.2%	増加	46.6%	E
		新潟県	41.7%	(参考)40.0% (1歳以上)	—	—
歯科医院にて歯科保健 指導を受けたことがあ る人の割合(フッ化物 配合歯みがき剤)	胎内市	28.0%	40.0%以上	29.7%	C	
	新潟県	22.5%	(参考)40.0% (1歳以上)	—	—	
生活習慣	一口 30 回噛んで食べ られると認識している人 の割合	胎内市	23.8%	30.0%以上	22.1%	E
		新潟県	19.9%	30.0%	—	—
	なんでも噛んで食べら れると認識している人 の割合(40歳以上)	胎内市	71.2%	78.0%以上	71.5%	D
		新潟県	70.2%	78.0%	—	—
	食事を 2 人以上で楽し く 30 分以上かけて食 べている人の割合	胎内市	51.2%	増加	52.3%	A
		新潟県	—	—	—	—
	明るい胎内市になるに は、一人ひとりの元氣 が大切と思う人の割合	胎内市	91.4%	増加	88.4%	E
		新潟県	—	—	—	—

《課題》

歯の残存状況

60歳で自分の歯を24本以上の歯を有している割合は前回より6%の増加、70歳で20本以上の歯を有している割合、80歳で20本以上の歯を有している割合とも目標を達成し、県平均よりも高い傾向にあります。(図27、図28)

歯科受診

歯や口腔の悩み事がない人の割合と口腔疾患に起因する生活上の困りごとがない人の割合については目標を達成することができませんでした。歯科医院に定期的を受診している者の割合は22.6%と新潟県に比べ、低い傾向が続いています。(図35)

歯科受診に対して、「悪いところがあったら受診する」「悪いところがあっても行かない」という者の割合が半数を超えており、症状が出る前に定期的を受診する大切さを周知していく必要があります。(図33)

この1年間に歯科健診を受けたことがある割合は46.4%と2人に1人の割合になっています。(図34)特に20歳代は歯科健診を受けた割合が低く、歯科医院には「痛いなど悪いところがあったら受診する」と答えた方がその他の年代より高い傾向にありました。

口腔機能の維持向上

50歳代から加齢に伴い、歯周病の進行や歯の現在指数とも関係して、噛む力、飲み込む機能の低下が認められるようになり、なんでも噛んで食べる事ができる割合が低くなりはじめ、84.0%となっています。さらに、60歳代では63.8%とさらに低くなり、低栄養、誤嚥の危険が高まります。(図32)

口腔に関する軽微な衰え「オーラルフレイル」を早期に発見し、口腔機能低下を予防し、食べる機能心身機能の維持向上を図る取り組みを今後も継続していく必要があります。

根面う蝕予防

高齢期では歯周病の進行により歯肉が退縮し、歯根面が露出したり、「しっかりケアしよう」と意識するあまり、ブラッシングの際に力を入れすぎてしまい『オーバーブラッシング(力が強すぎる歯みがき)』になり『歯ぐきの損傷』『歯ぐきの下がり』を引き起こします。歯根面はむし歯になりやすく、『根面う蝕』につながることもあります。

歯周病と全身の健康

たばこと歯周病の関係については、54.6%、半分の方が歯周病にかかりやすいと理解しています。(図36) 今後は全身の健康との関連性について普及啓発の必要性があります。

5 要介護者・障がい者等

目標 かかりつけ歯科医をもち、必要な治療やケアを受けることができる

《主な取組》

◇通所型介護予防事業として二次予防事業対象者に口腔機能の維持・向上をはかるため、歯科衛生士による口腔機能訓練と口腔ケアの指導を行っています。

◇県事業である「在宅訪問歯科健診事業」や「口腔ケア実地研修事業」を対象者及び関係者に周知し活用を進めるなど、県及び歯科医師会と連携し取り組んでいます。

《現状》

要介護者等歯科保健調査

調査日;令和2年9月14日~11月30日 調査方法;介護認定調査員による聞き取り調査

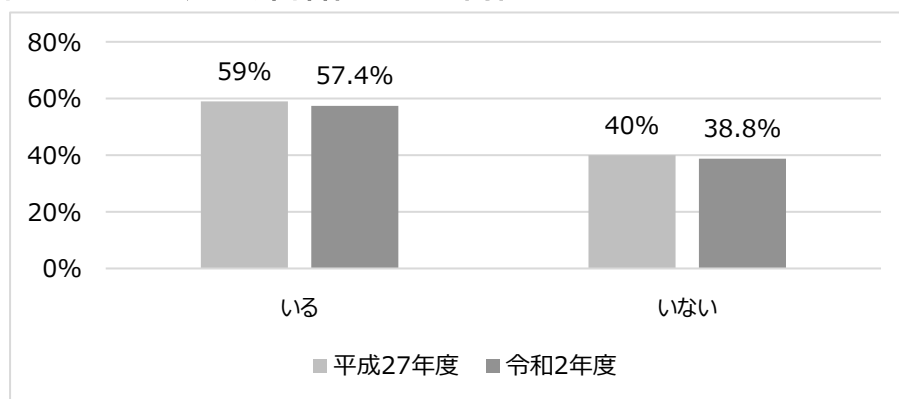
回答者;209人 1.本人 77人(36.8%) 2.家族 68人(32.5%)

3.施設職員 28人(13.4%) 4.無回答 36人(17.2%)

調査場所; 1.在宅 95人(45.2%) 2.施設 32人(15.3%) 3.病院 36人(17.2%)

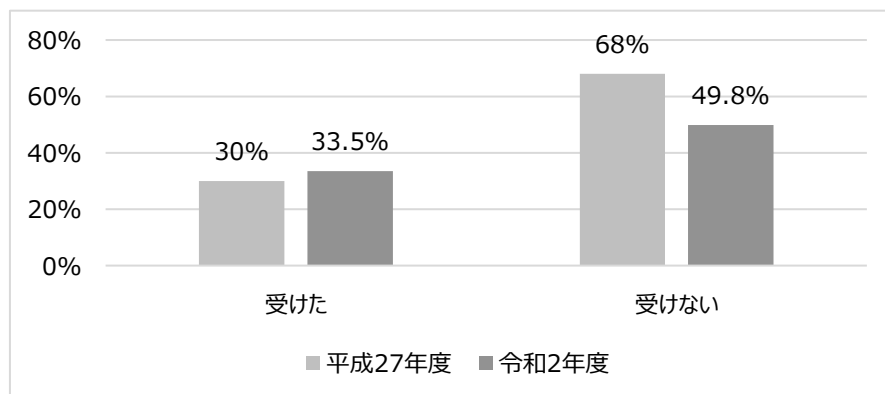
4.その他 4人(1.9%) 5.無記入 42人(20.1%)

■図 37 かかりつけ歯科医がいる割合



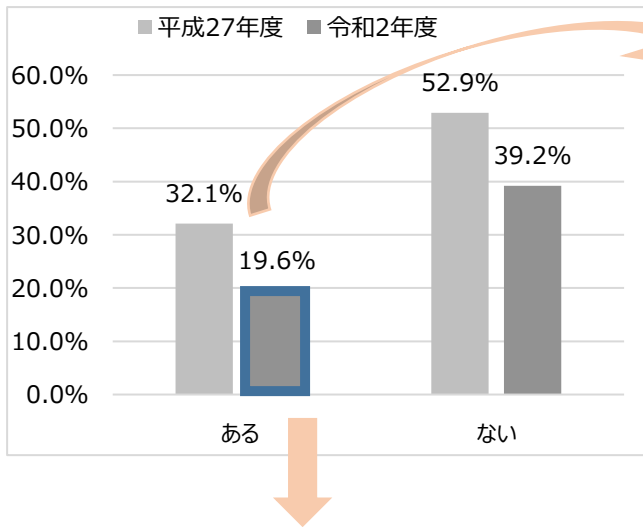
かかりつけ歯科医がいると答えた方の割合は、57.4%となっており、前回より減少しています。

■図 38 介護が必要になってから歯の治療や健診を受けた



介護が必要になってから歯の治療や健診を受けたと答えた方の割合は33.5%で、前回より若干増加しています。

■ 図 39 介護が必要な状態になってから、歯に痛みやかめれないなどの理由で歯の治療を受けたいと思ったことはあるか



■ 表 28 受診したい思いがある
41人 (19.6%) のうち実際に
歯科治療を受けたか

	受けた	受けなかった
人数	33人	8人

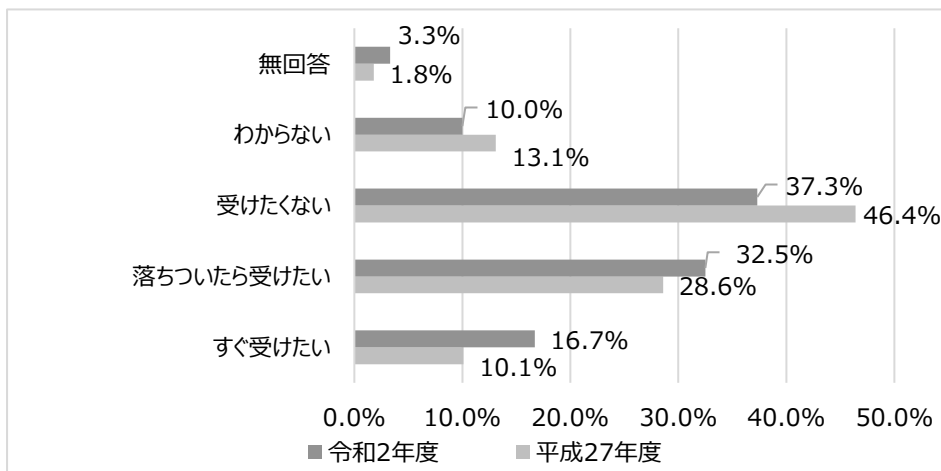
■ 受診しない理由は

- ・通院困難 2人
- ・我慢できる・あきらめ5人

■ 受診したい思いがある41人 (19.6%) の内容は

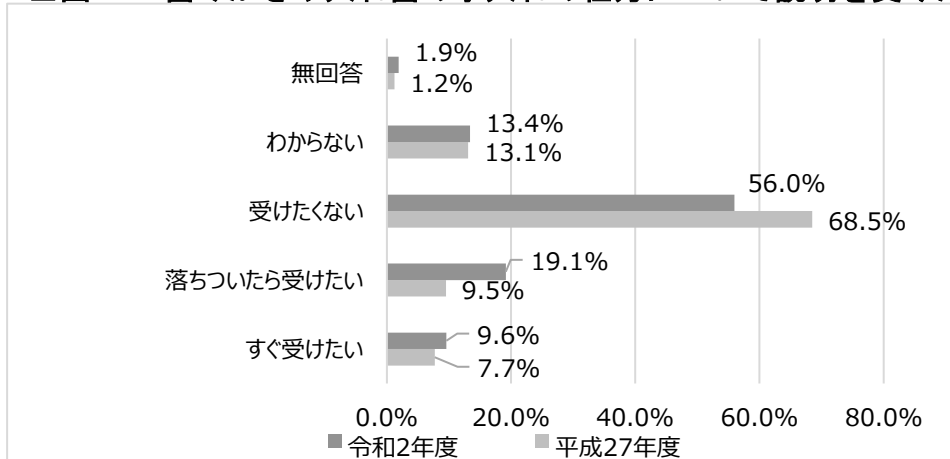
- ・歯痛・知覚過敏 8人
- ・かぶせた銀歯やつめものがとれた、壊れた 9人
- ・歯ぐきの発赤・腫脹 3人
- ・義歯が合わない 14人
- ・義歯が壊れた 5人
- ・物がはさまる 3人 など

■ 図 40 治療が必要な時に往診を受けたい



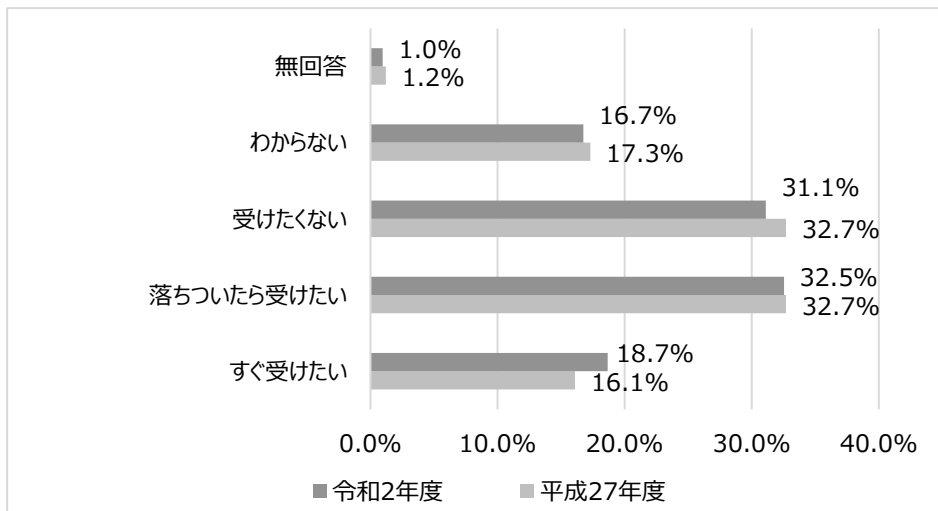
治療が必要な時に往診を「すぐ受けたい」と答えた方は16.7%、「落ち着いたら受けたい」と答えた方は32.5%と、往診希望者が半数を超えています。

■ 図 41 歯みがきや入れ歯の手入れの仕方について説明を受けたいか



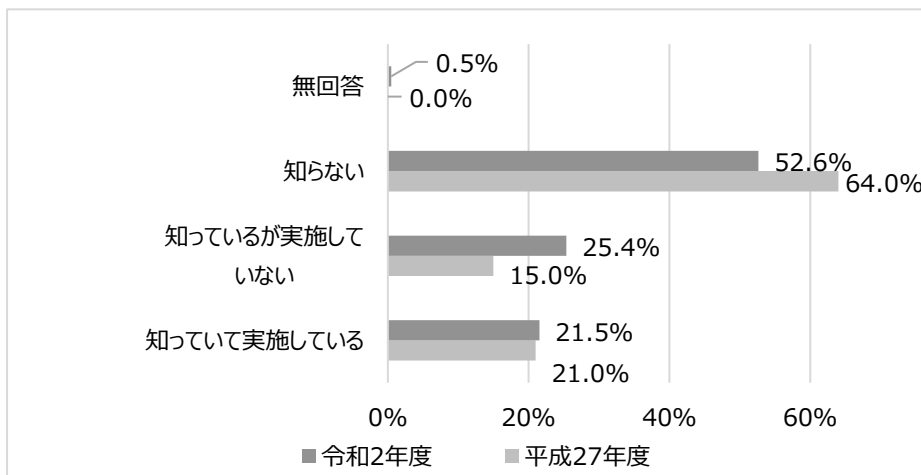
歯みがきや入れ歯の手入れの仕方について説明を受けたいと答えた方は「すぐ受けたい」「落ち着いたら受けたい」を合わせると28.7%となっています。

■図 42 お口のリハビリを受けたいか



お口のリハビリを受けたいと答えた方は「すぐ受けたい」「落ちついたら受けたい」を合わせると51.2%となっています。

■図 43 自分でできるお口のリハビリとしてお口の体操があることを知っているか



自分でできるお口のリハビリとしてお口の体操があることをして、実施している方は21.5%と前回に比べ若干増加しています。

コラム 3

歯周病とは？

歯周病は、細菌の感染によって引き起こされる病気です。歯と歯肉の境目が汚れていると、そこに多くの細菌がたまり歯肉が炎症を起こして赤くなったり、腫れたりします。そして進行すると歯周ポケットと呼ばれる歯と歯肉の境目が深くなり、歯を支える土台（歯槽骨）が溶け、重症化すると歯を保つことが難しくなります。

歯周病は歯を失う原因となるだけでなく、全身の様々な病気に影響を及ぼします。

【歯周病と深く関係する体の病気】



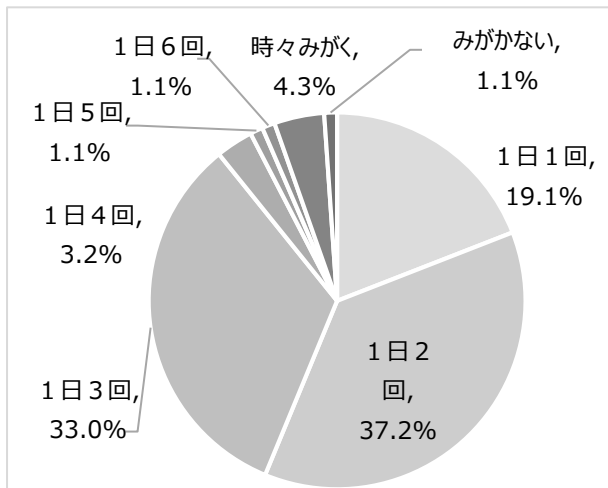
障害者施設利用者歯科保健調査のまとめ

調査日;令和2年9月23日~10月30日 調査方法;本人、家族または施設職員が記入
対象施設及び回答者数;

障害者支援施設利用者(胎内市在住) 94名

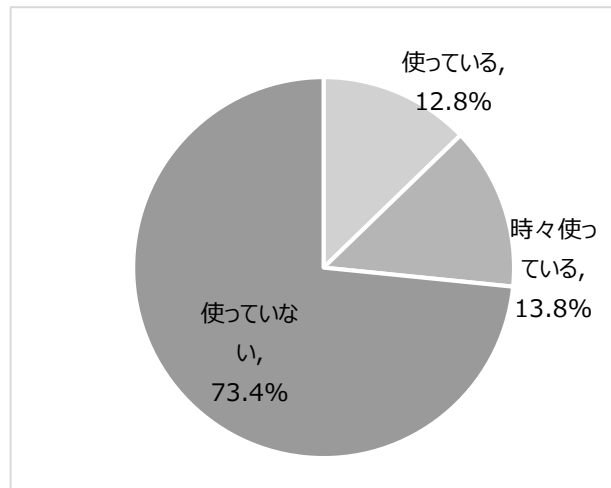
- ・指定障害福祉サービス事業所『こぼと作業所』 36名
- ・指定障害福祉サービス事業所『虹の家』 28名
- ・指定障害福祉サービス事業所『ハートワーク高浜』 13名
- ・地域生活支援センター『ごっちゃん』 2名
- ・指定障害福祉サービス事業所『じよぶ倶楽部』 30名

■図44 1日に何回歯みがきをするか



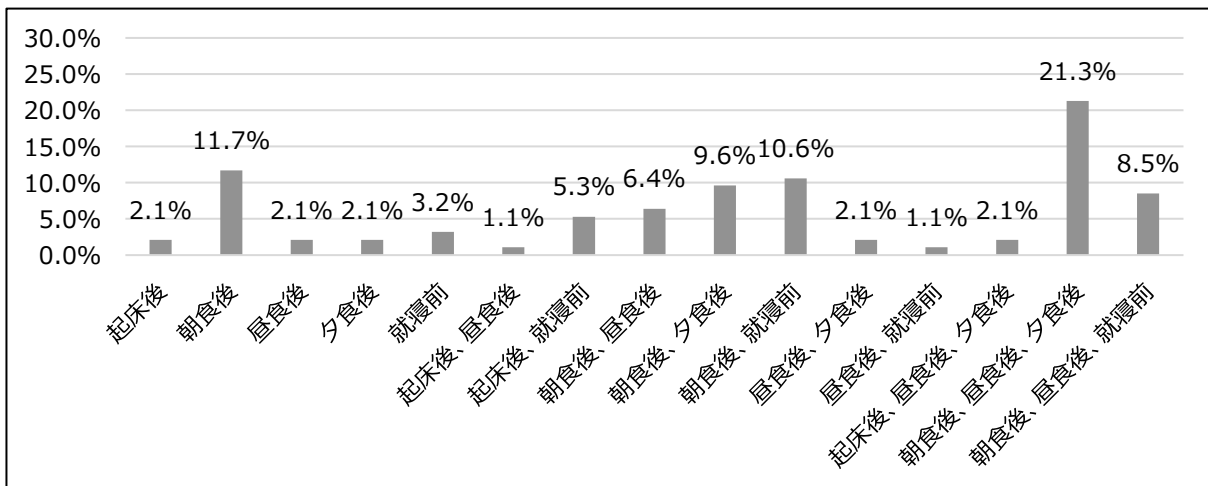
1日に2回歯みがきをする方が多く、次いで1日3回と答えた割合が高くなっています。

■図45 デンタルフロスを使っているか



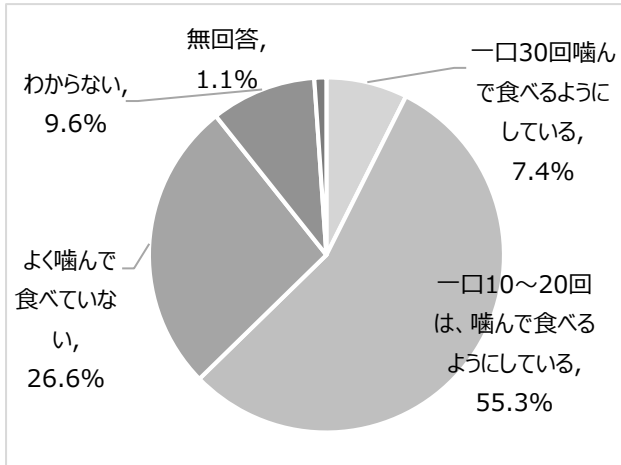
デンタルフロスを「使っている」割合は12.8%、「使っていない」割合が高くなっています。

■図46 いつ歯みがきをするか



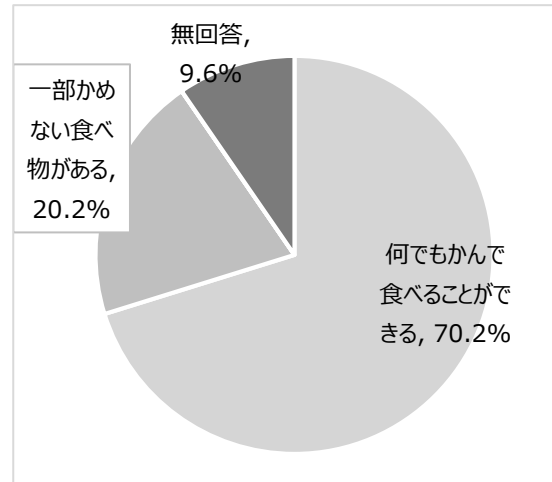
1日1回、朝食後だけ歯みがきを行う割合も高くなっています。歯みがきを昼食後に行っている割合も低い傾向にあります。

■ 図 47 よく噛んで食べるか



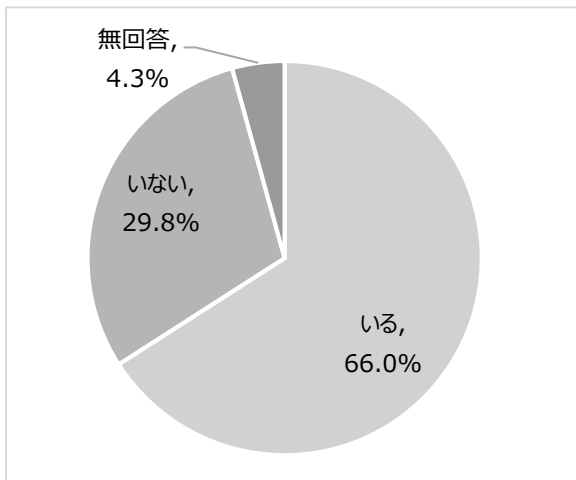
一口 30 回「よく噛んで食べるよう」意識している方の割合は 7.4%、「よく噛んでいない」方は 26.6%と噛んでいないと答えた割合が高くなっています。

■ 図 48 噛んでいる時の状態は



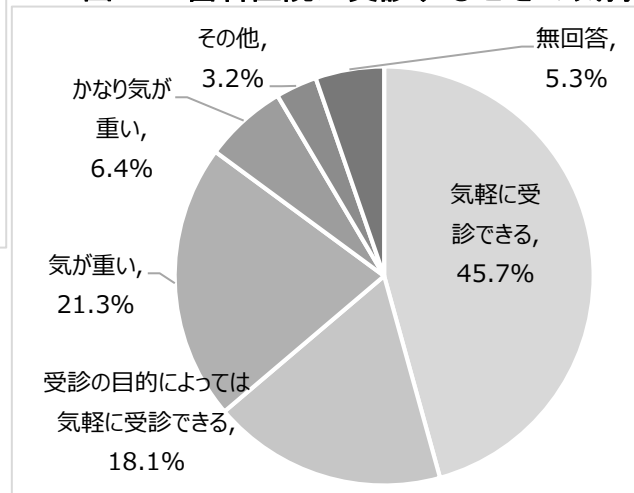
「何でも噛んで食べることができる」と答えた方の割合は 70.2%となっています。食べる事に問題を抱えている方が 20.2%となっています。

■ 図 49 かかりつけ歯科医の有無



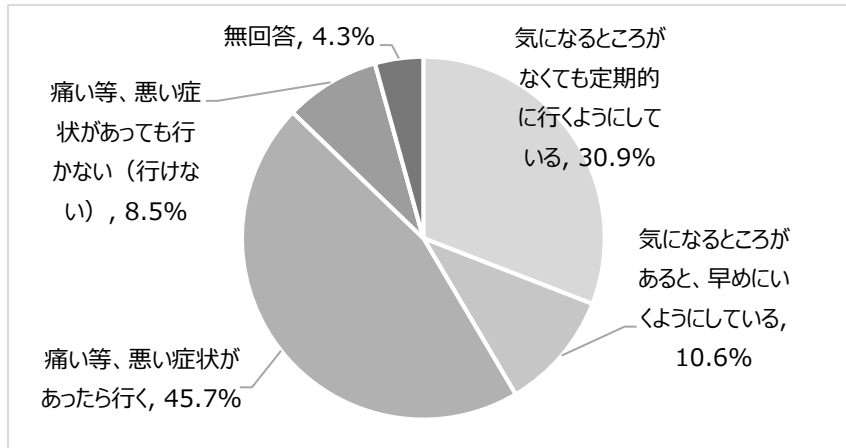
かかりつけ歯科医がいると答えた方は 66.0%となっています。

■ 図 50 歯科医院に受診するときの気持ち



受診するときの気持ちは「気軽に受診できる」が 45.7%と最も高くなっています。「気が重い」「かなり気が重い」を合わせると 39.4%となっており、3人に1人の割合となっています。

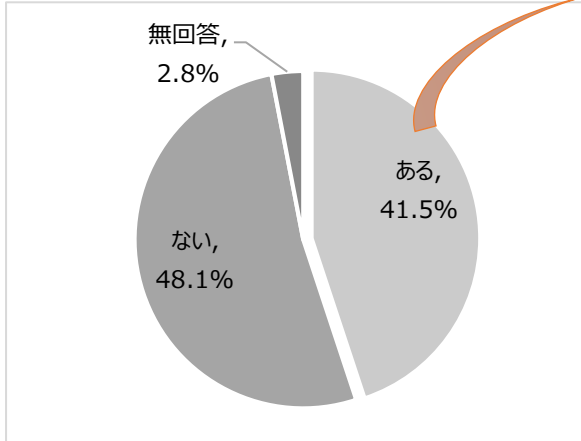
■ 図 51 歯科医院にはどんな時に受診する



歯科医院に定期的に受診している割合は30.9%でした。

痛いなど症状があっても受診しない（行けない）と答えた方が8.5%いました。

■ 図 52 歯や口に関して悩み事はあるか



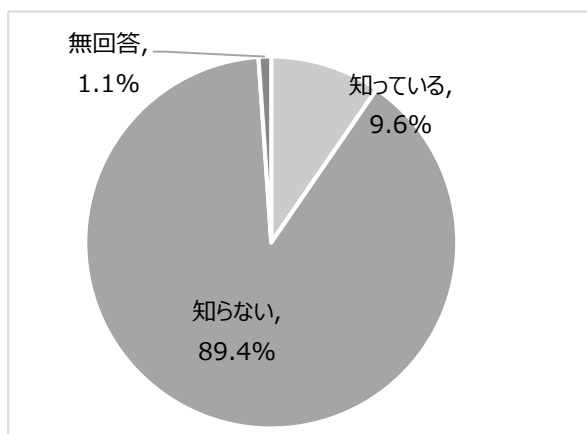
■ 表 29 悩み事がある39人（41.5%）のうち実際に歯科治療を受けたか

行った	近いうちに 行く予定	行く予定 はない	無回答
12人	4人	19人	5人

■ 行く予定がない理由は

- ・ かかりつけ医がない 3人
- ・ 忙しくて時間がない 2人
- ・ 歯科医院に行くのが面倒であるため 8人
- ・ お金がかかるのがいやだ 3人
- ・ 歯科医院は怖いイメージがある 5人
- ・ 歯科医院への通院困難 2人 など

■ 図 53 認定障害者診療医を知っているか



認定障害者診療医を知っていると答えた方の割合は9.6%となっており、ほとんどの方が知らない状況です。

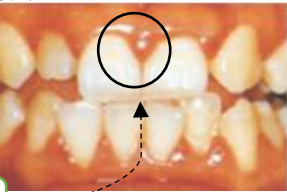
《評価》 表 30 第 2 次歯科保健計画評価

	指標		ベースライン (平成26年度)	目標値	最新値 (令和元年度)	評価
フォローアップ	重点指標 かかりつけ歯科医をもつ 要介護者の割合	胎内市	59.5%	60%以上	57.4%	E
		新潟県	—	—	—	—
	歯の治療を受けたいと思 っても、受けられなかった 要介護者の割合	胎内市	40.7%	減少	19.5%	A
		新潟県	—	—	—	—
セルフケア	お口のリハビリをしている 要介護者の割合	胎内市	21.4%	22%以上	21.5%	C
		新潟県	—	—	—	—
フォローアップ	歯科医が往診してくれる ことを知っている要介護 者の割合	胎内市	32.1%	33%以上	38.3%	A
		新潟県	—	—	—	—

コラム 4

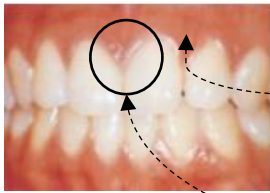
歯ぐきのセルフチェックのポイント

歯肉炎




- 赤く腫れている
- 触ると血が出る
- 丸みを帯びている

健康な歯ぐき



- 明るいピンク色で引きしまっている
- 『スティッピング』というみかんの皮のようなブツブツがある
- 尖った三角形

歯周病



- 歯ぐきが下がり、歯の根が見える
- 歯がグラグラする
- 膿が出て口臭がする

進行 → 進行

歯周病の原因 = プラーク
 前歯の裏側を舌でなめてみてください。『ザラザラ』『ヌルヌル』していませんか？それがプラークです!! プラークは歯周病の原因になります。ゴマ粒程度のプラークに約10億の細菌がいると言われています。

《課題》

かかりつけ歯科医

要介護者ではかかりつけ歯科医を持っている割合が 57.4%と目標値を達成できませんでした。(図 37)

また、障がい者では 60%がかかりつけ歯科医を持っている状況です。(図 49) かかりつけ歯科医がいると答えた方は「歯医者に定期的に行く」又は「治療が必要になった時に早め目に受診する」方が多いことがわかりました。さらに、かかりつけ歯科医の有無により「何でも噛める人」、「噛めないものがある人」の割合が違っています。何でも噛めると答えた方は、かかりつけ歯科医がいることと、歯に関する悩みごとがないことが関連しており、かかりつけ医を持つことは重要と考えます。

歯科受診

要介護者では口腔内に困り事があっても、「我慢できる」「通院困難」「往診制度を知らない」などを理由に受診をしていない方もいます。(図 39、表 28) 一方、障がい者では「痛みなど症状があったら受診する」が半数になっていますが、歯や口に悩み事がある 41.5%のうち受診しない方もいます。(図 52) 行かない理由としては「歯科医院に行くのが面倒」「歯科医院は怖いイメージがある」「お金がかかる」などであり、悪くなってから治療するための受診という考えが強くあります。(表 29) 定期健診をすることで怖いイメージや金銭的な問題が解決できるのではないかと考えます。

障がい者施設職員からは「1人で受診する不安(診察の予約や診療の結果の説明)を持っている者もいるので、通院を介助する仕組み作りも必要」との声もありました。また、障害者歯科診療に従事できる歯科医師として「認定障害者診療医」が地域にいることを知っている割合が 9.6%となっており、今後は情報提供していく必要があります。(図 53)

お口の手入れ

歯みがきや入れ歯の手入れの仕方について説明を受けたいと答えた方は「すぐ受けた」「落ち着いたら受けたい」を合わせると 28.7%となっています。(図 41)

お口のリハビリを受けたいと答えた方は「すぐ受けた」「落ち着いたら受けたい」を合わせると 51.2%と半数の方が希望しています。(図 42)

ケアマネージャーをはじめとする多職種が必要に応じて、口腔ケアの方法等について情報提供できるように、指導用リーフレットの作成や社会資源の活用等体制整備が必要です。

受診の体制整備

通院が困難な者に対しては県の訪問歯科診療の他、胎内市の歯科医院でも往診をしており、治療を希望している方が、身近な地域で歯や口の気になることを相談したり、確実に治療が受けられるように、受診の体制整備を歯科医院と連携し検討していきたいです。

連携した取り組み

施設の実態として歯科健診を行っている施設は少なく、昼食後の歯みがきについても個人に任せるといった施設も多くありました。要介護者・障がい者等の口腔衛生、口腔機能の維持・向上を

保つには本人だけでは十分なケアはできません。介護者や家族、介護支援専門員、相談支援事業所職員、障がい者施設職員等の多職種が口腔ケア等の必要性を理解し、行政と連携した取り組みが必要となっています。

コラム5

根面う蝕を予防していつまでも健康長寿♪

??根面う蝕をご存知ですか??

『歯の根むし歯』とも言われ、歯の構造が関係しています。
歯の歯ぐきから上の部分は、体の中で最も硬い組織“エナメル質”でできていて、エナメル質に守られているのが、象牙質と言われる部分です。
歯茎が下がると、この象牙質が露出してしまいます。象牙質は酸に溶けやすく、表面がザラザラしているので汚れが付きやすく、虫歯になりやすいという特徴があります。



☆☆☆あなたの歯ぐきチェック☆☆☆

- ①鏡の前で唇を下げて、歯を見てみましょう
- ②年を重ね、歯が伸びたように見えるあなたは要注意です。
- Ⓜ 歯が伸びたのではなく、歯ぐきが下がっているのです。



30歳代から少しずつ歯ぐきは下がり始めています。
40歳代の8割以上!
60歳代ではほぼ100%の方が
歯茎が下がる傾向です。

歯根う蝕の特徴

- ・重症化しやすい
- ・痛くないため気づきにくい
- ・進行が遅い

治療が難しい
“沈黙のむし歯”
とも言われています



毎日少しずつ変化しているため、気づいていない人も多いかも…

歯の根虫歯を予防する〇ヶ条!

その① 食事の後はよくよくうがい

食後の食べかすを歯の間に残さないことが歯の根虫歯予防には重要です。食後、早めに口をすすぐと効果的です。水や液体はみがきを口に含み、勢いよく歯と歯の間を洗い流すようにうがいしましょう。

その② 歯磨きは歯と歯ぐきの境目を丁寧に!

食後の歯磨きは2段階磨きがおススメです。
まずは普段通りに磨き、そのあと、歯と歯ぐきの境目を意識して磨きましょう。
力を入れてごしごし磨くと、歯茎を傷つけ、歯ぐきが下がる原因になるため、軽く当てて小さく動かしながら歯磨きをしましょう。

その③ 歯間ブラシやフロスも使しましょう

歯の間の食べかすを取るために、歯間ブラシやデンタルフロスが効果的です

その④ 年に1回は歯科医院で定期健診を!

歯垢や歯石を取るとともに、ハミガキの方法についてもアドバイスが受けられます。歯の根元がしみるなどの症状がある方は早めに受診をしましょう

下がった歯ぐきをもとに戻すことはできません。
歯の根虫歯にならないためには、毎日あなた自身をケアすることが大切です

出典；日本口腔保健協会