

## 第5章 施策の展開



本計画の基本目標を達成するために、ライフステージ別・対象像別に『個人・家庭・地域の取り組み』『行政・関係機関の取組』を示し、行政関係がそれぞれの役割を担い、歯と口腔の健康づくりを推進していきます。

### 1 乳幼児期

<b>重点施策</b>	親子で、いろいろな場で子どものむし歯予防について話し合い実践できる環境づくり
<b>取組の方向性</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○正しい知識の普及及び適切な歯科保健行動             <ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯予防の方法</li> <li>・噛んで飲み込む機能の育成</li> <li>・離乳の進め方</li> </ul> </li> <li>○フッ化物塗布を継続的に受ける</li> <li>○歯と口に関する健康格差の縮小</li> </ul>

#### 個人・家庭・地域の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1日3回の歯みがき習慣の定着</li> <li>○保護者による仕上げ磨きの実施</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロスを使用し、歯肉炎の予防を心がける</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○フッ化物配合歯みがき剤を使用した歯みがきの早期開始</li> </ul> <p><b>フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○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</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○健口胎内ワッハッ歯スタンプラリーを活用し、かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受ける習慣を身につける</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯になったら早めに受診する</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○卒乳の時期を意識する</li> <li>○手づかみ食べを行い、食への関心を持つ</li> <li>○よく噛んで食べられる子どもになる様に、家族みんなで意識しながら食事をする</li> <li>○甘いものの飲食回数や量について家族みんなで注意する</li> </ul>

## 行政・関係機関の取組

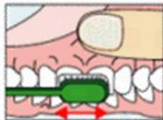
ポイント	具体策
セルフケア	<b>歯みがき習慣の定着</b> ○保護者が乳歯の特徴の理解や 1 日 3 回の歯みがき習慣、毎日の仕上げ磨き、口腔内観察の定着を図り、口腔機能の育成に努める <b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b> ○デンタルフロスの利用を推奨
フッ化物の利用	<b>フッ化物配合歯みがき剤の使用</b> ○フッ化物配合歯みがき剤を使用した歯みがきの早期開始 <b>フッ化物塗布の継続</b> ○健口胎内ワッハッ歯スタンプラリーを活用したフッ化物塗布の継続
フォローアップ	<b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b> ○健口胎内ワッハッ歯スタンプラリーを活用した歯科健診の継続 ○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受ける習慣を身につけることの大切さを啓発する ○幼児健診や医療機関委託での歯科健診 <b>早期受診・早期治療</b> ○むし歯になったら早めに受診する
生活習慣	<b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b> ○乳幼児健診で卒乳、手づかみ食べ、適正な甘味摂取、よく噛んで食べるなど食習慣の指導と定着を図る
その他	○市報「たいない」に3歳児健診でむし歯のない子の掲載し、歯科保健行動を取り組めるよう促す ○むし歯のハイリスク児に対しては乳幼児歯科健康診査の場で歯科衛生士や栄養士から児の状況に応じた指導を行う

## 仕上げみがきの3つのポイント

1.姿勢は口の状態がよく見えるよう



上唇の裏側にある筋「上唇小帯(じょうしんしょうたい)」は、歯ブラシが当たると痛い場所。上の歯を磨くときは、人さし指でガードして。

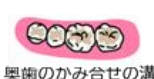


2.爪が白くなるくらいの優しい力加減



理想のブラッシング圧は100~150g。歯ブラシを爪に押し当てて、爪が白くなるくらいが目安です。歯ブラシは1か所に10~20回小刻みに動かしましょう。

3.磨き方 **プラーク(歯垢)がたまりやすい場所を意識する**



歯ブラシは、歯の面に垂直、90度に当て、こきざみに動かします。奥歯を磨くときは、利き手でない方の指で頬を斜め上に引っばるとよく見えます。横に引っばると痛いので気を付けて。

## 成果指標

	評価指標		ベースライン (平成26年度)	最新値 (令和元年度)	評価	目標値 (令和6年度)	出典機関
歯や口の元気指標	重点指標 むし歯のない1歳6カ月児の割合	胎内市	98.8%	99.4%	A	99.0%	令和元年度 母子保健事業報告(新潟県)
		新潟県	98.8%	99.3%	—	—	令和元年度 母子保健事業報告(新潟県)
	むし歯のない3歳児の割合(注)	胎内市	85.9%	91.9%	A	93.0%	令和元年度母子保健事業報告(新潟県)
		新潟県	84.0%	91.4%	—	95.0%*	*新潟県歯科保健医療計画(第5次)
	3歳児一人平均むし歯数	胎内市	0.55本	0.20本	A	0.20本以下	令和元年度母子保健事業報告(新潟県)
		新潟県	0.46本	0.30本	—	—	平成30年度母子保健事業報告(新潟県)
5歳児一人平均むし歯数	胎内市	2.05本	1.41本	A	1.12本以下	令和元年度 小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策(新潟県)	
	新潟県	1.59本	1.13本	—	—	令和元年度 小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策(新潟県)	
フッ化物利用の	フッ素塗布を定期的に受けている3歳児の割合	胎内市	53.8%	51.8%	E	55.0%	令和元年度 3歳児健康診査アンケート(胎内市)
		新潟県	—	—	—	—	
セルフケア	毎日仕上げ磨きしている1歳児の割合	胎内市	—	98.7%	—	100.0%	令和元年度 1歳児親子歯科健診アンケート(胎内市)
		新潟県	—	—	—	—	
	毎日仕上げ磨きしている3歳児の割合	胎内市	97.7%	97.8%	A	98.0%	令和元年度 3歳児健康診査アンケート(胎内市)
		新潟県	—	—	—	—	
ファロップ	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%	61.1%	E	70.0%	令和元年度 3歳児健康診査アンケート(胎内市)
		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	17.20%	15.6%	A	13.0%	令和元年度 1.6歳児健康診査アンケート(胎内市)
		新潟県	—	—	—	—	
	よく噛んで食べている3歳児の割合( )	胎内市	88.3%	87.6%	E	90.0%	令和元年度 3歳児健康診査アンケート(胎内市)
		新潟県	—	—	—	—	

## 2 園児期・学齢期

<b>重点施策</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○育ち盛りの子ども達が歯や口に関心をもち、サポートを受けながら正しく歯や口の手入れをすることができる体制づくり</li> <li>○歯みがき行動が成人期以降も継続できるよう習慣化できる</li> </ul>
<b>取組の方向性</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○正しい知識の普及及び適切な歯科保健行動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・むし歯予防の方法</li> <li>・歯肉炎予防の方法</li> <li>・噛んで飲み込む機能の育成</li> <li>・口腔内外傷の予防と外傷時の対応の方法</li> </ul> </li> <li>○フッ化物洗口が継続的に受けやすい環境づくり</li> <li>○口腔機能を育む食育の推進</li> <li>○歯と口に関する健康格差の縮小</li> </ul>

### 個人・家庭・地域の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1日3回の歯みがき習慣の定着</li> <li>○小学校4年生までの仕上げ磨きの実施</li> <li>○歯や口の状態を自分で観察する</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロスを使用し、歯肉炎の予防に心がける</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○フッ化物配合歯みがき剤を使った効果的な歯みがきの仕方を身につける</li> </ul> <p><b>フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○就学前まで健口胎内ワッツハツ歯スタンプラリーを活用したフッ化物塗布の継続</li> <li>○生え始めの永久歯はむし歯になりやすいため、フッ化物塗布を定期的に受ける</li> <li>○4歳児からのフッ化物洗口の実施</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○園・小中学校での歯科健診の実施</li> <li>○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受ける習慣を身につけることの大切さを啓発する</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○園や学校健診で治療勧告書をもったら早めに治療をする</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1口30回よく噛んで食べる様に意識し、唾液の分泌を促し、口腔内の清潔に気を付ける</li> <li>○甘いものの飲食回数や量について家族みんななどで注意する</li> <li>○口を閉じて鼻呼吸ができる</li> <li>○夜更かしせずに適度な睡眠時間をとり、むし歯を予防する</li> </ul>

## 行政・関係機関の取り組み

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1日3回の歯みがき習慣の定着（給食後の歯みがきの実施、長期休みの歯みがきカレンダーの利用）</li> <li>○小学校4年生までの仕上げ磨きの実施</li> <li>○園・小中学校、歯科医との連携により歯みがきの実施率を上げる</li> <li>○歯や口の状態を自分で観察しセルフケアできる</li> </ul> <p><b>補助清掃具（デンタルフロス、歯間ブラシ等）の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロスの使用を推奨</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○フッ化物配合歯みがき剤を使った効果的な歯みがきの仕方を啓発していく</li> </ul> <p><b>フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○就学前までは健口胎内ワッハツ歯スタンプラリーを活用したフッ化物塗布の継続</li> <li>○生え始めの永久歯はむし歯になりやすいため、フッ化物塗布の継続</li> <li>○4歳児からのフッ化物洗口が受けやすいよう環境を維持する</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス（プロフェッショナルケア）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受ける習慣を身につけることの大切さを啓発する</li> <li>○6歳臼歯などのむし歯予防にはシーラントは有効であることを啓発する</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○園や学校健診で治療勧告書の配布、受診勧奨。未受診者への再通知</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○給食で噛み応えのある食べ物をだす</li> <li>○1口30回、よく噛んで食べる習慣を身につけるよう支援する</li> <li>○口を閉じて鼻呼吸ができるよう指導</li> <li>○夜更かしせずに適度な睡眠時間をとるよう指導する</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学校歯科医と連携し、歯科保健活動を勧める</li> <li>○保護者への情報提供、お便りの配布「むし歯は全身の病気につながる。命にかかわる。歯並び、永久歯のむし歯につながることを伝え、治療勧告書の利用を促す</li> <li>○歯科保健行動の継続のため、中学3年生への取り組み</li> <li>○1人でむし歯を多く持つ子に対して関係機関と連携しながら支援していく</li> <li>○園・小学校・中学校でのむし歯、歯肉炎予防教室の開催、歯科保健だよりの発行</li> <li>○喫煙が歯や口腔、全身の健康に影響を及ぼすことを普及啓発</li> </ul>

### だ液とむし歯の関係

あるアンケートから長時間メディアを利用する子ども、睡眠時間が短い子ども、朝食を欠食する子どもにむし歯が多いという報告がありました。長時間のメディア利用による精神的な興奮や睡眠不足の状態、朝食欠食による空腹ストレスでは、交感神経活動が高くなり、ネバネバの唾液が分泌され、唾液分泌量も低下し、むし歯につながっているということでした。

ここで、唾液の役割についてご紹介します。

#### だ液の役割

- ・ウイルスや細菌からの感染予防。発がんを抑える。
- ・だ液の中の酵素による消化・吸収を良くする。
- ・食べ物の塊を作り、飲み込みやすくする。
- ・食後の汚れをきれいにする



## 成果指標

	評価指標		ベースライン (平成26年 度)	最新値 (令和元年度)	評価	目標値 (令和6年度)	出典根拠	
歯 や 口 の 元 気 指 標	<b>重点指標</b> 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(注)	胎内市	35.7%	27.9%	E	20.0%以下*	令和元年度 小児の歯 科疾患の現状と歯科保 健対策(新潟県)	
		新潟県	22.1%	19.0%	—	16.0%	*新潟県歯科保健医療 計画(第5次)	
	12歳児一人平均むし歯 数	胎内市	0.43本	0.46本	E	0.4本以下	令和元年度 小児の歯 科疾患の現状と歯科保 健対策(新潟県)	
		新潟県	0.48本	0.33本	—	—	令和元年度 小児の歯 科疾患の現状と歯科保 健対策(新潟県)	
	むし歯のない12歳児の 割合	胎内市	79.3%	83.0%	A	85.0%	令和元年度 小児の歯 科疾患の現状と歯科保 健対策(新潟県)	
		新潟県	78.3%	84.4%	—	90.0%	*令和元年度 小児の 歯科疾患の現状	
	歯周疾患要観察者(GO) 又は歯肉炎(G)を有する 小学5年生の割合(注)	胎内市	—	7.8%	—	5.0%以下	令和元年度 歯科疾患 実態調査(胎内市)	
		新潟県	—	—	—	—	令和元年度 小児の歯 科疾患の現状と歯科保 健対策(新潟県)	
	フッ 化 利 用	フッ素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%	98.3%	E	99.0%	令和元年度 歯科保健 実態調査(新潟県)
			新潟県	51.4%	74.2%	—	80.0%	新潟県歯科保健医療 計画(第5次)
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%	49.1%	A	50.0%	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート	
		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%	38.2%	A	40.0%	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート	
		新潟県	—	—	—	—		
	1日3回、食後の歯みがき の習慣がある小学5年生 の割合	胎内市	—	75.3%	A	80.0%	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート	
		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%	58.5%	A	60.0%	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート	
		新潟県	—	—	—	—		
毎日、仕上げ磨きをしてい る小学校4年生の割合	胎内市	—	21.9	—	30.0%			
	新潟県	—	—	—	—	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート		
ファ ッ プ ー	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%	27.8%	A	30.0%	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート	
		新潟県	—	—	—	—		
生 活 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%	9.6%	E	15.0%	令和2年度 園児・児 童・生徒のアンケート	
		新潟県	—	—	—	—		



### 3 成人期

重点施策	<ul style="list-style-type: none"> <li>○赤ちゃんがお腹の中にいるときからお母さんが歯を大切にしていけるための環境づくり</li> <li>○<sup>はたち</sup>二十歳から定期健診を受けるための働きかけ</li> <li>○歯の大切さを若い世代に伝えるための環境づくり</li> </ul>
取組の方向性	<ul style="list-style-type: none"> <li>○正しい知識の普及及び適切な歯科保健行動             <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯間部、補綴物周囲のむし歯予防の方法</li> <li>・歯肉炎予防の方法</li> <li>・禁煙支援</li> <li>・噛んで飲み込む機能の育成・維持</li> <li>・口腔内の衛生と全身の健康との関連</li> </ul> </li> <li>○妊娠期における歯科口腔保健の推進</li> <li>○中学校卒業後の歯と口の健康づくりの推進</li> <li>○職域における歯と口の健康づくりの推進</li> </ul>

#### 個人・家庭・地域の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○適切な歯みがき方法を身につけ実践できる</li> <li>○歯や口の状態を自分で観察し、セルフケアできる</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロスを使用し、歯肉炎の予防に心がける</li> <li>○舌ブラシを使用して舌みがきの実施</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用・フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○根面う蝕<small>こんめんしよく</small>の予防のために、フッ化物塗布の継続実施。高濃度フッ素配合歯みがき剤の利用</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○症状がないうちから定期的に歯科健診や歯石除去など予防処置を受けることができる</li> <li>○成人歯科健診、妊産婦歯科健診、1歳親子歯科健診(保護者)の受診</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯や歯肉炎になったら早めに受診する</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1口30回よく噛んで食べるように意識し、肥満予防に努める</li> <li>○おやつ<small>おやつ</small>の適切な取り方を身につける</li> <li>○若い世代に歯の大切さを伝えていくために家族みんなで歯科保健行動を実施する</li> </ul>

## 行政・関係機関の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○適切な歯みがき方法を定着させる</li> <li>○歯や口の状態を自分で観察し、セルフケアできる力を身につけるための周知</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロス、舌ブラシの使用を推奨する</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用・フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○<small>こんめん しょく</small>根面う蝕の予防のために、フッ化物塗布の継続実施。高濃度フッ素配合歯みがき剤の利用の推奨</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○成人歯科健診、妊産婦歯科健診、1歳親子歯科健診(保護者)の実施</li> <li>○症状がないうちから定期的に歯科受診し、歯科健診や歯石除去など予防処置を受けることの大切さを周知</li> <li>○出産後は歯や口に悩みがあっても受診しにくいことから妊娠の安定期で歯科受診をすすめる</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯や歯肉炎になったら早めに受診する</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1口30回よく噛んで食べるように指導</li> <li>○おやつ of 適切な摂り方について周知する</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○職域健診(中小企業健康管理支援事業)の場での歯科保健活動の実施</li> <li>○生活習慣病対策と連携し、歯周病と全身の健康との関連性について普及啓発に取り組む</li> <li>○普及啓発(健康イベントでの歯科保健指導)</li> <li>○母子手帳交付時に妊娠中の口腔ケアの継続について啓発</li> <li>○地域で必要な歯科医療機関の情報を提供</li> </ul>



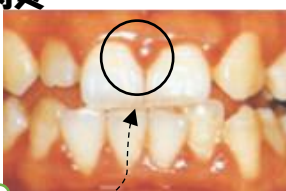
## 成果指標

	評価指標		ベースライン (平成26年度)	最新値 (令和元年度)	評価	目標値 (令和6年度)	出典根拠
歯や口の元気指標	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%	78.7%	A	80.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	65.0%	66.2%	—	70.0%*	*新潟県歯科保健医療計画(第5次)(新潟県)
	歯や口腔の悩み事がない人の割合	胎内市	35.5%	23.2%	E	40.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	54.9%	—	—	—	
	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%	71.9%	E	75.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	73.0%	—	—	—	
フッ素利用の	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	(参考)50.1% 16歳以上	—	—	55.0%	
		新潟県	44.6%	—	—	—	
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	(参考)36.7% 16歳以上	42.8%	C	50.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	32.3%	(参考)45.7% (15歳以上)	—	50.0%*	*新潟県歯科保健医療計画(第5次)(新潟県)
	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%	46.6%	A	50.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	27.5%	—	—	—	
フロアアップ	1年間に歯科健康診査を受診したことがある人の割合	胎内市	—	46.4%	—	50.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	—	(参考)50.4% (20歳以上)	—	55.0%*	*新潟県歯科保健医療計画(第5次)(新潟県)
	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%	22.6%	A	30.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	13.1%	(参考)25.8% (15歳以上)	—	30.0%*	*新潟県歯科保健医療計画(第5次)(新潟県)
	成人歯科健診受診率	胎内市	—	16.5%		R7年 17.0%	令和元年度 保健衛生生活動状況(胎内市)
		新潟県	—	—	—	—	
生活習慣	1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%	22.1%	A	30.0%	令和元年 健康づくりに関する実態調査(胎内市)
		新潟県	19.9%	(参考)19.6% (15歳以上)	—	30.0%*	*新潟県歯科保健医療計画(第5次)(新潟県)

	評価指標			ベースライン (平成26年度)	最新値 (令和元年度)	評価	目標値 (令和6年度)	出典根拠
		胎内市	妊婦					
フォローアップ	<b>重点指標</b> <b>妊産婦歯科健診受診率</b> 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%	39.8%	A	50.0%	母子保健事業報告(新潟県)
			産婦	—	15.4%	—	30.0%	母子保健事業報告(新潟県)
		新潟県	妊婦	—	—	—	—	
			産婦	—	—	—	—	
歯や口の悩みごと	歯や口の悩みごとがある産婦の割合	胎内市		34.8%	67.1%	—	40.0%	令和2年度乳幼児健診時歯科保健アンケート調査(胎内市)
		新潟県		—	—	—	—	
セルフケア	自分の歯を大切にしてきた産婦の割合	胎内市		62.9%	67.4%	A	70.0%	令和元年度1歳児親子歯科健診保護者アンケート(胎内市)
		新潟県		—	—	—	—	
フォローアップ	歯や口の中に関して悩み事があって、受診する妊婦の割合	胎内市		—	14.0%	—	20.0%	妊娠届け出時アンケート(胎内市)
		新潟県		—	—	—	—	
	歯や口の中に関して悩み事があって、受診する産婦の割合	胎内市		—	45.7%	—	50.0%	令和元年度1歳児親子歯科健診保護者アンケート(胎内市)
		新潟県		—	—	—	—	

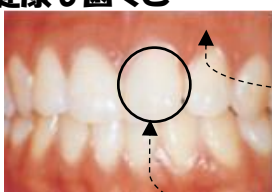
### 歯ぐきのセルフチェックのポイント

#### 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
- 『スティップリング』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

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。

#### 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

## 4 高齢期

<b>重点施策</b>	残存歯や義歯など口腔内のお手入れを適切に行う事により、口腔機能が維持でき、生涯笑顔で、健康長寿を目指す。(新 8020)
<b>取組の方向性</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○正しい知識の普及及び適切な歯科保健行動</li> <li>・歯根部のむし歯予防方法</li> <li>・歯肉炎予防の方法</li> <li>・オーラルフレイル予防</li> <li>・口腔内の衛生と全身の健康との関連</li> <li>○かかりつけ歯科医の活用の推進</li> <li>○口腔機能の維持・向上や低栄養防止のため取組の推進</li> </ul>

### 個人・家庭・地域の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○適切な歯みがき方法を身につけ実践できる</li> <li>○歯や歯肉、舌を意識的みがく</li> <li>○しっかりと噛めるように義歯のお手入れを行う</li> <li>○歯や口の状態を自分で観察し、セルフケアできる力を身につけるための周知</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロスや歯間ブラシを使用し、歯肉炎の予防に心がける</li> <li>○舌ブラシを使用して舌みがきの実施</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用・フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○根面<sup>こんめん</sup>う蝕<sup>しよく</sup>の予防のために、フッ化物塗布の継続実施。高濃度フッ素配合歯みがき剤の利用</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○症状がないうちから定期的に歯科健診や歯石除去など予防処置を受けることができる</li> <li>○成人歯科健診の受診</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯や歯肉炎、義歯が合わなくなったら早めに受診する</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1口30回よく噛んで食べる様に意識し、唾液の分泌を促し、口腔内の清潔を保とう</li> <li>○お口の体操などを行い、口腔機能の維持・向上に努めて、全身の健康づくりを行う</li> <li>○おやつ<sup>おやつ</sup>の適切な取り方を身につける</li> </ul>

## 行政・関係機関の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○適切な歯みがき方法を定着させる</li> <li>○しっかりと噛めるように義歯のお手入れについて身につける</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロス、舌ブラシの使用を推奨し、歯や歯肉、舌を意識的にみがく</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用・フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○<small>こんめん</small>根面う蝕<small>しよく</small>の予防のために、フッ化物塗布の継続実施。高濃度フッ素配合歯みがき剤の利用を推奨</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○症状がないうちから定期的に歯科受診し、歯科健診や歯石除去など予防処置を受けることの大切さを周知</li> <li>○成人歯科健診の実施</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯や歯肉炎、義歯が合わなくなったら早めに受診するようすすめる</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○1口30回よく噛んで食べ誤嚥性肺炎など健康づくりとの関連性を周知していく</li> <li>○低栄養予防のため、バランスの良い食事を啓発</li> <li>○おやつ<small>おやつ</small>の適切な取り方について周知する</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○オーラルフレイル予防に関する対策や介護予防について市民や関係機関に啓発</li> <li>○咀嚼筋、唾液腺マッサージなどお口の体操など口腔機能の維持・向上に努めてもらうための啓発</li> <li>○喫煙が歯や口腔、全身の健康に影響を及ぼすことを普及啓発</li> <li>○介護予防教室、介護予防リーダーの研修、地域で行う介護予防教室</li> <li>○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)</li> <li>○普及啓発(健康イベントでの歯科保健指導、いきいき人生歯のコンクール)</li> </ul>

## 成果指標

	評価指標		ベースライン (平成26年度)	最新値 (令和元年度)	評価	目標値 (令和6年度)	出典根拠
歯や口の元氣指標	重点指標 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%	42.6%	A	45.0%	令和元年 健康づくり に関する実態調査(胎 内市)
		新潟県	29.3%	36.6%	—	40.0%	新潟県歯科保健医療 計画(第5次)(新潟 県)
	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%	72.6%	A	75.0%	令和元年 健康づくり に関する実態調査(胎 内市)
		新潟県	54.4%	62.3%	—	—	令和元年県民健康・ 栄養実態調査(新潟 県)
	歯や口腔の悩み事が ない人の割合(70歳 以上)	胎内市	—	19.3%	—	20.0%	令和元年 健康づくり に関する実態調査(胎 内市)
		新潟県	54.9%	—	—	—	
フッ素の 利用の	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%	—	—	現状把握の 上、目標値を 設定	
		新潟県	44.6%	—	—	—	
セルフ ケア	歯間部清掃用具を使 用している人の割合 (70歳以上)	胎内市	—	47.2%	—	50.0%	令和元年 健康づくり に関する実態調査(胎 内市)
		新潟県	—	(参考)50.5% (70歳以上)	—	—	新潟県歯科保健医療 計画(第5次)(新潟 県)
フア ップ ロー プ	1年間に歯科健康診 査を受診したことがあ る人の割合	胎内市	—	46.8%	—	50.0%	
		新潟県	—	—	—	—	
	成人歯科健診受診率 (70歳・76歳・80 歳)	胎内市	—	18.8%	—	20.0%	
		新潟県	—	—	—	—	
生活 習慣	なんでも噛んで食べ られると認識している 人の割合(60歳以 上)	胎内市	(参考)71.2% (40歳以上)	61.0%	—	70.0%	令和元年 健康づくり に関する実態調査(胎 内市)
		新潟県	(参考)70.2% (40歳以上)	78.3%	—	80.0%	

## 5 要介護者・障がい者等

<b>重点施策</b>	<p>○本人、家族、介護者、施設関係者が口腔ケア等について正しく理解し、実践できる環境づくり。</p> <p>○歯科医院に通院するための支援体制づくり</p>
<b>取組の方向性</b>	<p>○正しい知識の普及及び適切な歯科保健行動</p> <p>・むし歯予防、歯肉炎予防の方法</p> <p>・噛んで飲み込む機能の維持・回復</p> <p>○在宅口腔ケアを行う歯科医療機関の体制整備</p>

### 個人・家庭・地域の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <p>○適切な歯みがき方法を身につけ実践できる</p> <p>○歯や歯肉、舌を意識的みがく</p> <p>○しっかりと噛めるように義歯のお手入れを行う</p> <p>○介護者や家族が口の中を見る習慣をつける</p> <p>○障害のために自分で口腔ケアが困難な者もいるため、家族や介護者が口腔ケアの介助や定期的な歯科健診や予防処置の大切さを理解する</p> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <p>○デンタルフロスや歯間ブラシを使用し、歯肉炎の予防に心がける</p> <p>○舌ブラシを使用して舌みがきの実施</p> <p>○口腔内清掃に実施</p>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用・フッ化物塗布の継続</b></p> <p>○根面う蝕(こんめんう蝕)の予防のために、フッ化物塗布の継続実施。高濃度フッ素配合歯みがき剤の利用</p>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <p>○症状がないうちから定期的に歯科健診や歯石除去など予防処置を受けることができる</p> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <p>○むし歯や歯肉炎、義歯が合わなくなったら早めに受診する</p> <p>○訪問歯科健診事業(県事業)やかえつ在宅歯科医療連携室を利用した治療の相談</p>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <p>○よく噛んで食べる様に意識し、唾液の分泌を促し、口腔内の清潔を保つ</p> <p>○お口の体操などを行い、口腔機能の維持・向上に努めて、全身の健康づくりを行う</p>



## 行政・関係機関の取組

ポイント	具体策
セルフケア	<p><b>歯みがき習慣の定着</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○適切な歯みがき方法を定着させる</li> <li>○しっかりと噛めるように義歯のお手入れについて身につける</li> <li>○障害のために自分で口腔ケアが困難な者もいるため、家族や介護者が口腔ケアの介助や定期的な歯科健診や予防処置の大切さを理解し、口腔内の状態を維持する</li> </ul> <p><b>補助清掃具(デンタルフロス、歯間ブラシ等)の使用</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○デンタルフロス、舌ブラシの使用を推奨し、歯や歯肉、舌を意識のみがく</li> </ul>
フッ化物の利用	<p><b>フッ化物配合歯みがき剤の使用・フッ化物塗布の継続</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○<small>こんめんしよく</small>根面う蝕の予防のために、フッ化物塗布の継続実施。高濃度フッ素配合歯みがき剤の利用の推奨</li> </ul>
フォローアップ	<p><b>かかりつけ歯科医での定期歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○症状がないうちから定期的に歯科受診し、歯科健診や歯石除去など予防処置を受けることの大切さを周知</li> </ul> <p><b>早期受診・早期治療</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○むし歯や歯肉炎、義歯が合わなくなったら早めに受診するよう周知</li> <li>○訪問歯科健診事業(県事業)やかえつ在宅歯科医療連携室を利用した治療の相談について情報提供</li> </ul>
生活習慣	<p><b>よく噛むこと・バランスのとれた食事・間食の適切な摂り方について身につけよう</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○よく噛んで食べ誤嚥性肺炎の防止について啓発</li> <li>○低栄養予防のためバランスの良い食事を啓発</li> <li>○身体や口腔状態に応じた食事がとれるように支援する</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>○介護者や家族がオーラルフレイル対策やお口の体操など口腔機能の維持・向上に努めてもらうための啓発</li> <li>○口腔ケア実施研修事業を周知し、施設職員の資質向上を支援する</li> <li>○歯科医院、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行政と連携した取り組みを促進する</li> <li>○受診を希望する方が確実に歯科医院に受診できるよう体制整備を進める</li> </ul>

### 新潟県在宅要介護者歯科保健推進事業

#### 訪問歯科健診事業(県事業)

在宅で介護を要する高齢者(要介護3以上)の方や重度の障がいのある方などで、歯科医院へ通院することが難しい方の自宅に歯科医師や歯科衛生士が無料で訪問し、歯科健診や口腔に関する相談、口腔ケアや口腔リハビリのアドバイスを行います。

#### 口腔ケア実地研修

指定通者介護事業者等の職員に対し、歯科医師や歯科衛生士が口腔機能向上に関する知識及び技術に関する研修を行う

## 成果指標

	評価指標		ベースライン (平成26年度)	最新値 (令和元年度)	評価	目標値 (令和6年度)	出典根拠	
フォローアップ	<b>重点指標</b> かかりつけ歯科医をもつ要介護者の割合	胎内市	59.5%	57.4%	E	60.0%	令和2年度要介護者等歯科保健調査(胎内市)	
		新潟県	—	—	—	—		
	<b>重点指標</b> 歯科医に定期的に通っている障がい者の割合	胎内市	—	30.9%	—	40.0%	令和2年度お口の健康に関するアンケート(胎内市)	
		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%	19.5%	A	20.0%	令和2年度要介護者等歯科保健調査(胎内市)	
		新潟県	—	—	—	—		
	歯の治療を受けたいと思っても、受けられなかった障がい者の割合	胎内市	—	57.5%	—	50.0%	令和2年度お口の健康に関するアンケート(胎内市)	
		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%	21.5%	C	22.0%	令和2年度要介護者等歯科保健調査(胎内市)
			新潟県	—	—	—	—	
1日3回以上歯みがきをしている障がい者の割合		胎内市	—	38.2%	—	40.0%	令和2年度お口の健康に関するアンケート(胎内市)	
		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%	38.3%	A	40.0%	令和2年度要介護者等歯科保健調査(胎内市)	
		新潟県	—	—	—	—		
	歯や口の中に悩み事があり、歯医者さんに行った障がい者の割合	胎内市	—	30.0%	—	35.0%	令和2年度お口の健康に関するアンケート(胎内市)	
		新潟県	—	—	—	—		
生活習慣	1口30回噛んで食べられると意識している障がい者の割合	胎内市	—	7.4%	—	10.0%	令和2年度お口の健康に関するアンケート(胎内市)	
		新潟県	—	—	—	—		