

第6章 志木市歯と口腔の健康プラン（第3期）

志木市歯と口腔の健康プラン（第3期）における施策体系

志木市歯と口腔の健康プラン（第3期）に該当する基本目標

い

ろ

は

けんこう

と

し

基本目標

基本施策

は

歯と口腔の
健康づくりの推進
(歯と口腔の健康プラン)

(1) 歯と口腔の健康

基本目標 「は」 歯と口腔の健康づくりの推進

(1) 歯と口腔の健康

丈夫な歯を保つことは咀嚼や発音の機能など、生涯にわたって生活の質を守るために大切であり、むし歯や歯周病は、進行すると最終的に歯を失うことになるため、早めの対策が必要です。

むし歯や歯周病などの歯周疾患は、食生活や口腔衛生、喫煙などの生活習慣が大きく影響するため、日頃の生活を見直すとともに、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受けて予防と早期発見・早期治療に努めることが大切です。

いつまでも、自分の歯で食べることができるよう、歯科医師、歯科衛生士、市民（担い手）及び行政が連携して、オーラルフレイル対策や疾病の重症化予防につなげるための口腔保健や口腔機能の維持・向上を推進します。

また、口の中を清潔に保つことや咀嚼力を高めることの必要性を周知し、適切な口腔ケアを市民自らが実践できるよう、年代に応じた歯科口腔保健に係る取組を実施します。

■主な取組

事業名	事業内容	担当課
1歳6か月児健診・ 3歳児健診	疾病の早期発見と生活習慣の自立、むし歯予防、幼児の栄養、その他育児などに関する相談・指導を行い、健康の保持増進を図る。	健康増進センター
5歳児親子いっしょに 歯科検診	幼児期におけるむし歯予防を推進し、あわせて保護者の歯の健康に関する意識の向上を目的として実施する。	健康増進センター
就学時健康診断 (歯科講話、歯科保健指導)	就学時健康診断の機会を活用し、歯科衛生士による保護者への口腔保健に関する講話やむし歯保有児に対する歯科保健指導を実施する。	学校教育課 (各小学校)
むし歯ゼロ作戦 (フッ化物洗口、歯科保健指導、給食後の歯みがき)	むし歯ゼロを目指し、歯科医師会及び歯科衛生士会と協力して歯科保健事業を実施し、むし歯予防と早期治療を推進する。	学校教育課 (各小学校) (各中学校)
歯周疾患リスク者に対する 歯科検診及び啓発事業	妊婦やHbA1cが高い人に対し、歯科検診や歯科受診を勧めるなど、歯周疾患の予防や糖尿病などの生活習慣病予防につなげる。	健康増進センター
糖尿病性腎症重症化予防 対策事業 (歯科検診等受診勧奨)	糖尿病と診断された人や糖尿病で通院中の人のうち歯科受診のない人に対し、歯科受診勧奨を行うとともに、受診状況を確認する。	健康政策課

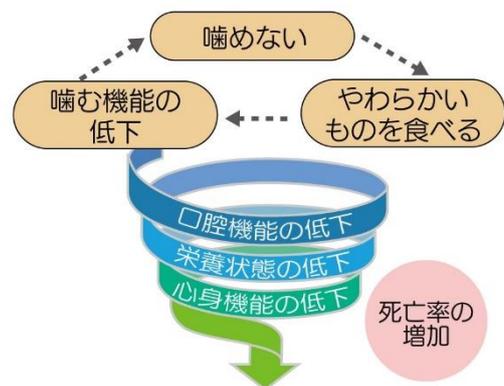
事業名	事業内容	担当課
高齢者の口腔機能向上事業	介護予防教室のプログラムや通いの場の講話で、セルフケアの促進や口腔体操等を実施し、よく噛んで食べる習慣の定着や、口腔疾患及び誤嚥性肺炎の予防により、生活の質の向上を目指す。	長寿応援課
お口はつらつ訪問支援事業（短期集中予防サービス事業）	要支援相当の人が要介護状態にならないよう、歯科衛生士が自宅に訪問し、口腔ケアの方法や口腔体操等の助言を行う。	長寿応援課
市民公開講座	歯と口腔の健康づくりについて、歯周病予防やオーラルフレイル、フレイル対策などに関連づけたテーマで講演会を開催する。	健康政策課

コラム オーラルフレイルについて

オーラルフレイルとは、「老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまで繋がる一連の現象及び過程」のことです。

口腔に関連した“ささいな衰え”に気づき、機能の低下を予防することが大切です。

口の健康は、全身の健康につながります。毎日の生活でオーラルフレイルを予防しましょう！



口腔機能の低下への悪循環

毎日の生活でオーラルフレイル予防！



参考：日本歯科医師会

市民の行動目標

- ① 子どもの頃から歯や歯肉（歯ぐき）を守ろう
- ② 歯と口腔の健康が、からだ全体に影響を及ぼすことを知ろう
- ③ 歯周疾患を予防し、歯の喪失を防ごう
- ④ オーラルフレイル予防について知り、早めの対策を心がけよう

■目標指標

行動目標	指標	対象	現状値	目標
子どもの頃から歯や歯肉（歯ぐき）を守ろう	むし歯ゼロ本の子どもの割合	3歳児	96.0%	増やす
		小学6年生	78.3%	90%以上
	定期的にフッ化物塗布をしている子どもの割合	乳幼児期	48.6%	50%以上
		小学校期	64.9%	70%以上
	保護者が仕上げ歯みがきをしている子どもの割合	乳幼児期	77.1%	90%以上
		小学校期	41.3%	50%以上
歯と口腔の健康が、からだ全体に影響を及ぼすことを知ろう	歯みがき後から就寝までの間に、おやつ・間食などを食べない子どもの割合	乳幼児期	77.6%	増やす
		小学校期	78.6%	増やす
		中学・高校期	58.3%	増やす
	歯科保健指導等を受けたことのある人の割合	高齢期	54.8%	80%以上
歯周疾患を予防し、歯の喪失を防ごう	80歳で20歯以上の自分の歯を有する人の割合	80歳	42.9%	85%以上
	40歳で喪失歯のない人の割合	40歳	72.7%	80%以上
	歯肉に炎症所見を有する人の割合	20～30歳代	48.8%	15%以下
	過去1年以内に歯科検診を受診した人の割合	3歳児	96.0%	増やす
		小学5年生	97.9%	増やす
		中学2年生	95.7%	増やす
		青年期	37.2%	95%以上
		壮年期	44.9%	95%以上
		高齢期	47.7%	95%以上
	50歳以上の咀嚼良好者の割合	50歳以上	68.1%	80%以上
オーラルフレイル予防について知り、早めの対策を心がけよう	オーラルフレイルの認知度	壮年期	—	50%以上
		前期高齢期	—	50%以上
		後期高齢期	—	50%以上

歯と口腔の健康に関するリスクの高い対象者別の取組と目標指標

志木市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例第6条第1項第4号では、障がいのある人、介護を必要とする人、自らの意思で歯科検診や歯科治療を受けることが困難な人などに対し、適切な歯と口腔の健康づくりを推進することを定めています。

本市では、以下のとおり、歯と口腔の健康に関するリスクのある人に対し、生活の質の向上に向けた口腔機能の維持・向上を推進していきます。

① 障がいのある人に対する取組

障がいのある人は、歯や口の中を自分自身でケアすることが困難なことが多く、咀嚼・嚥下機能に支障をきたすことがあります。障がいがあっても口腔機能を維持できるように、予防や治療が行える体制づくりが重要です。当事者自らが、歯と口腔の健康に関わる意識を高め、行動につなげることが大切です。

市民公開講座などを通して、口腔ケアの大切さを周知するとともに、一人ひとりの障がいの状態に合わせた個別の相談や必要な支援を実施します。

② 介護を必要とする人に対する取組

要介護認定者は、咀嚼・嚥下などの口腔機能が低下するため、誤嚥が生じやすくなります。特に、唾液や食べ物と一緒に細菌が気道に入ることにより発症する誤嚥性肺炎の多くは、高齢者の肺炎の原因となります。口の中の細菌を減らすことにより、口腔内を正常な状態に保ち、さらに咀嚼力の低下を防ぐよう心がけることが大切です。

フレイル予防教室をはじめ、介護予防普及啓発事業、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施などの取組の中で、咀嚼や嚥下機能を維持することの大切さを伝え、一人ひとりの状態に合わせた口腔機能の維持・向上を支援します。

③ 妊婦に対する取組

妊娠中はホルモンバランスが乱れ、唾液の分泌量が減少することや、悪阻などにより口腔ケアが困難になることにより、口腔内の細菌が増殖し歯肉炎になりやすくなります。また、女性が歯周疾患に罹患すると、低体重児及び早産のリスクが高くなります。

以上のようなリスクを理解し、妊娠中も口の中をケアすることが重要です。母子健康手帳交付時の助産師等専門職の面談において、口腔管理の必要性の啓発に加え、妊婦歯科検診を実施し、歯周疾患の早期発見及び口腔保健の意識向上に努めます。

④ 生活習慣病リスク者に対する取組

糖尿病の人は歯周疾患の発症率が高まり、原疾患が悪化しやすくなります。食事の際によく噛んで食べることは肥満防止につながりますが、むし歯や歯周疾患に罹患すると、十分な咀嚼ができず、満腹感を得られない、消化不良などの症状が現れます。

生活習慣病の悪化を防止するため、日頃から歯や口腔のケアに取り組むことが大切です。歯科検診や内科かかりつけ医から歯科受診をすすめる体制を整えることにより、生活習慣病の予防に留意した口腔保健の意識向上に努めます。

⑤ 喫煙者に対する取組

喫煙者は、日常的に吸っているたばこの煙により歯周疾患にかかりやすく、生活習慣病の重症化リスクも高くなります。喫煙が口腔内に与える影響を理解し、定期的に歯科検診を受診することが大切です。

各種健康教室や健康相談の機会を通して、たばこが健康に及ぼす悪影響について周知し禁煙を促すとともに、たばこをやめたいと思っている人がやめられる取組を支援します。

⑥ 高齢者に対する取組

高齢者は、唾液分泌の減少や舌や頬などの筋力、嚥下機能の低下により、口腔内を清潔に保つことが難しくなります。食べる機能を衰えさせないための口腔体操や毎日の口腔ケアを続けることができるよう、歯科医師会や歯科衛生士会と連携して、口腔機能の維持・向上を推進します。

■目標指標

行動目標	指標	現状値	目標
歯周疾患を予防し、歯の喪失を防ごう	過去1年以内に歯科検診を受診した人の割合【障がいのある人】	57.1%	増やす
	過去1年以内に歯科検診を受診した人の割合【介護を必要とする人】	30.0%	増やす
	妊娠中に歯科検診、または歯科保健指導を受けたことがある人を増やす【妊婦】	50.3%	増やす
	過去1年以内に歯科検診を受診した人の割合【生活習慣病リスク者】	46.9%	40%以上
	過去1年以内に歯科検診を受診した人の割合【喫煙者】	30.0%	40%以上
歯と口腔の健康が、からだ全体に影響を及ぼすことを知ろう	食事中にむせることが多い人の割合【介護を必要とする人】	23.1%	10%以下
	妊娠中の口腔ケアについて理解している人の割合【妊婦】	68.4%	90%以上
	歯や歯ぐきの健康がからだ全体の健康に影響を及ぼすことを理解している人の割合【喫煙者】	83.3%	90%以上