

第2次南魚沼市歯科保健計画

概要版

(期間 令和4年～令和7年)

歯や口腔の健康は、豊かな人生を送るための基礎となるものです。「歯でつくる からだの健康 こころの元気」を目標に、すべての人が歯や口腔に関する正しい知識と技術を持ち、実践することを目指します

歯科保健計画目標

歯でつくる からだの健康 こころの元気

ライフステージごとの目標

乳幼児期：むし歯^{ゼロ} 親子でつくる^{けんこう}健口習慣

少年期：よく知ろうお口のようす 実践しよう^{けんこう}健口生活

成人期・前期高齢期：心がけようお口のチェック 自分で守ろう歯の健康

後期高齢期：おいしく食べて 楽しく会話 心豊かな毎日を

要介護者・障がい(児)者：^か噛んで 飲んで 味わう食事 お口の手入れを習慣に

災害時
歯科保健

計画の指標と目標値

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	出典
大人が毎日仕上げみがきをする割合	年長児	82.6%	85%	園保護者アンケート
仕上げみがきで歯間部清掃用具を使う割合	年長児	52.2%	55%	園保護者アンケート
平日、園以外のおやつを食べる幼児の割合	年長児	82.6%	80%	園保護者アンケート
歯や口に残りやすいおやつを食べる幼児の割合	年長児	26.3%	20%	園保護者アンケート
むし歯のない3歳児の割合		90.7%	90%以上維持	南魚沼市3歳歯科健診
むし歯のない5歳児の割合		68.4%	70%	新潟県歯科疾患実態調査
大人が毎日仕上げみがきをする割合	4年生	16.7%	20%	小学生保護者アンケート
歯間部清掃用具を使う人の割合	小学生	38.2%	40%	小学生保護者アンケート
	中学生	31.9%	35%	中学生アンケート
むし歯のない12歳児の割合		88.2%	90%	新潟県歯科疾患実態調査
歯間部清掃用具を使う人の割合	21,31,41,51,61,71歳	63.5%	65%	成人歯科健診
	妊婦	53.2%	55%	成人歯科健診
歯科健診を受ける人の割合	41,51,61,71歳	17.6%	20%	成人歯科健診
	妊婦	50.9%	55%	成人歯科健診
80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合		52.9%	55%	後期高齢者歯科健診
後期高齢者歯科健診を受ける人の割合		14.7%	17%	後期高齢者歯科健診
治療が必要な人が歯科受診をする割合	総合支援学校 高等部	79.3%	82%	新潟県歯科疾患実態調査

ライフステージごとの取り組み

乳幼児期(0~5歳)

個人・家庭・地域

- 大人からの口腔内細菌の感染を防ぐ
- 毎日の仕上げみがきを習慣にする
- デンタルフロスを毎日使う
大人自身も毎日使う
- おやつ回数を増やさない
- よくかんで食べる
- 生活リズムを整える
- フッ化物を利用して質のよい歯を育てる
- 受動喫煙を防ぐ
- 歯ブラシでの
のど突き事故に
気をつける



少年期(6~18歳)

個人・家庭・地域

- 小学校5年生になるまでは毎日仕上げみがきをする。
- 自分の歯並びに合った歯みがきをする
- デンタルフロスを毎日使う
- 受診勧奨を受けたら必ず受診する
- 健康に配慮したおやつ選び方と食べ方をする
- よくかんで食べる
- 規則正しい生活習慣、運動習慣をつける
- フッ化物を利用して
質のよい歯を育てる
- 受動喫煙を防ぐ



成人期・前期高齢期(19~74歳)

個人・家庭・地域

- 口腔衛生や口腔機能維持に取り組む
- デンタルフロスや歯間ブラシを毎日使う
- フッ化物を利用してむし歯を防ぐ
- よくかんで食べる
- 定期的に歯科健診を受ける
- 健康に配慮した食事や間食を心がける
- 禁煙に取り組む



後期高齢期(75歳~)

個人・家庭・地域

- 口腔衛生や口腔機能維持・回復に取り組む
- 必要に応じてデンタルフロスや歯間ブラシを毎日使う
- フッ化物を利用してむし歯を防ぐ
- よくかんで食べる
- 定期的に歯科健診を受ける
- 健康に配慮した食事や間食を心がける
- 禁煙に取り組む



要介護者・障がい(児)者

個人・家庭・地域

- 口腔衛生や口腔機能維持に取り組む
- フッ化物を利用してむし歯を防ぐ
- 定期的に歯科健診を受ける
- 受動喫煙を防ぐ



災害時歯科保健

個人・家庭・地域

- 非常持ち出し袋に歯ブラシなどの口腔ケア用品を準備する
- 口腔機能の低下や口腔衛生の悪化による災害関連死が起らないように、避難所でも口腔ケアや口の体操などを行う



関係機関・行政 歯や口腔の健康づくりに関する情報発信やさまざまな場面での啓発を行っていく