

第2次



南魚沼市

みなみうおぬまししかほけんけいかく

歯科保健計画

～歯でつくる からだの健康 こころの元気～



令和4年3月



南魚沼市
MINAMIUONUMA

南魚沼市第2次歯科保健計画の策定にあたって



南魚沼市では、平成19年3月に策定した南魚沼市健康増進計画（いきいき市民健康づくり計画）により「生涯を通じてだれもが健やかでいきいきと暮らせる

地域（まち）」を目指し、平成24年3月には口腔内の健康増進に特化した「歯科保健計画」を策定し、健康づくりの推進に努めてきました。

歯科医師会を始めとする関係機関の皆様のご協力もあり、幼児（3歳・5歳）や12歳児のひとり平均むし歯数は、計画策定時より減少しています。また、成人歯科健診（妊婦含む）においても、他の自治体と比較して高い受診率で推移しており、大きな成果をあげています。

今回の計画策定に当たっては、新たに、災害時における歯科保健を追加するとともに、オーラルフレイルによる全身への影響等にも留意し、社会情勢の変化や新しい医学的な知見を踏まえた第2次南魚沼市歯科保健計画を策定いたしました。

本計画の実践によって、市民の皆様一人一人が、歯や口の健康に関する「正しい知識と技術」を持ち、「自分の健康は自分で守る」ことを基本に、更に健やかに過ごしていただくことを切に願っております。

計画の基本方針とする「歯でつくる からだの健康 こころの元気」の実現には、庁内関係課はもとより、関係機関や市民の皆様と協働しながら取り組むことが重要になります。計画の周知に取り組み、事業を推進してまいりますので、市民の皆様より、なお一層のご理解とご協力をお願い申し上げます。

最後に、この計画の策定にあたり、ご提言をいただきました健康づくり推進協議会委員の皆様や、貴重なご意見をいただきました市民の皆様にご心から感謝申し上げます。

令和4年3月

南魚沼市長 林 茂 男

目 次

第1章 計画の概要

1. 計画策定の趣旨	1
2. 計画の位置づけ及び他計画との関係性	2
3. 計画の期間	2
4. 計画の基本方針	3

第2章 第1次計画の評価

1. 乳幼児期（0歳～5歳）	4
2. 少年期（6歳～18歳）	5
3. 妊娠期	6
4. 成人期（19歳～64歳）	6
5. 高齢期（65歳～）	7
6. 要介護者、障がい者等	7

第3章 年代別歯の健康の現状と課題、取り組み、指標と目標値

1. 乳幼児期（0歳～5歳）	8
2. 少年期（6歳～18歳）	11
3. 成人期・前期高齢期（19歳～74歳）	14
4. 後期高齢期（75歳～）	17
5. 要介護者、障がい(児)者	19
6. 災害時歯科保健	21
7. 計画の指標と目標値一覧	22

第4章 計画の推進体制

24

第1章 計画の概要

1. 計画策定の趣旨

南魚沼市では、「新潟県歯科保健推進条例」（平成20年7月制定）や国の歯科の基本法である「歯科口腔保健の推進に関する法律」（平成23年8月公布）に基づき、平成24年3月に「南魚沼市歯科保健計画」を策定し、市民の歯や口腔の健康づくりを推進してきました。

この間、子どものむし歯の減少や、市内すべての小中学校でのフッ化物洗口の開始、成人歯科健診の開始など、サービスの充実を進めてきました。

超高齢社会を迎えた当市においても、生活の質を高め、健康寿命の延伸を目指すことが重要な課題です。心身の健康を維持増進させ、生涯を通じて健やかでいきいきとした生活を送るために、むし歯や歯周病の予防、オーラルフレイル（口腔機能の虚弱）への対策など、ライフステージごとの特性を踏まえた、歯や口腔の健康を保つための取り組みが重要と捉えております。

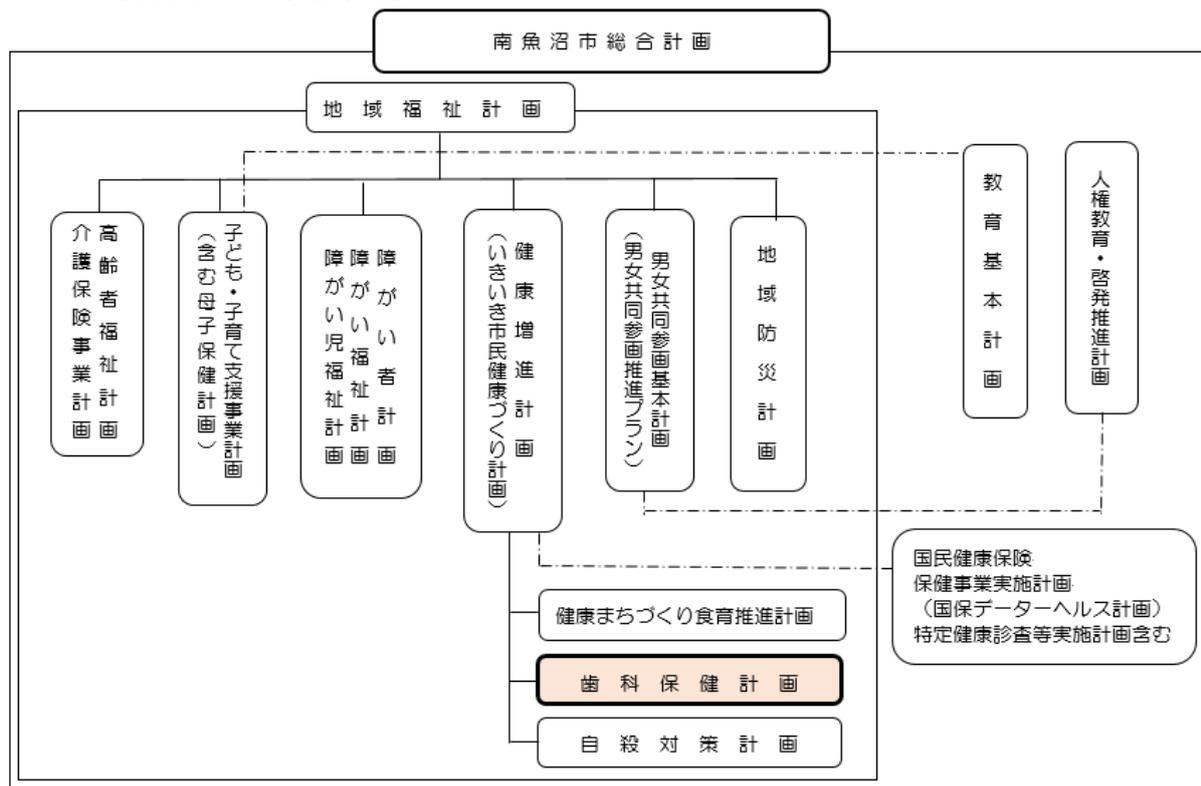
この度、計画期間が終期を迎えますが、今後も市民・地域・関係機関・行政が連携して歯や口腔の健康づくりを目指し、ひいては健康寿命の延伸に寄与するものと考え、「第2次南魚沼市歯科保健計画」を策定します。

2. 計画の位置づけ及び他計画との関係性

本計画は、市民の健康づくりを推進する「いきいき市民健康づくり計画」及び新潟県歯科保健推進条例の規定と、それに基づく県の施策との整合性を図っています。

また、すべての市民が歯や口腔の健康づくりに取り組めるように、「いきいき市民健康づくり計画」の具体的な行動計画として位置付けています。

《市の各計画との関連体系》



3. 計画の期間

本計画の期間は、上位計画の「いきいき市民健康づくり計画」の評価年にあわせ、令和4年度から令和7年度の4年間とします。数値目標は毎年評価し、計画の改定等の必要が生じた場合は、見直しを行うものとします。

各種計画期間	期間	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	
		2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	
総合計画(H28~R7)	2016-2025	10	第1次										第2次										中間評価	
いきいき市民健康づくり計画	2016-2025	10	第1次										中間評価										第2次	
健康まちづくり食育推進計画	2016-2025	10	第1次										第2次											
歯科保健計画	2022-2025	4	第1次										中間評価										第2次	
自殺対策計画	2019-2025	7	第1次																					
データヘルス計画	2018-2023	6	第1次特定健診計画(第2次からデータヘルス計画へ統合)										第2次										中間評価	
子ども・子育て支援事業計画	2020-2024	5	次世代育成支援行動計画(前期)					次世代育成支援行動計画(後期)					第1期子ども・子育て支援事業計画					第2期						
高齢者福祉計画・介護保険事業計画	2021-2023	3	第3期			第4期			第5期			第6期			第7期			第8期						

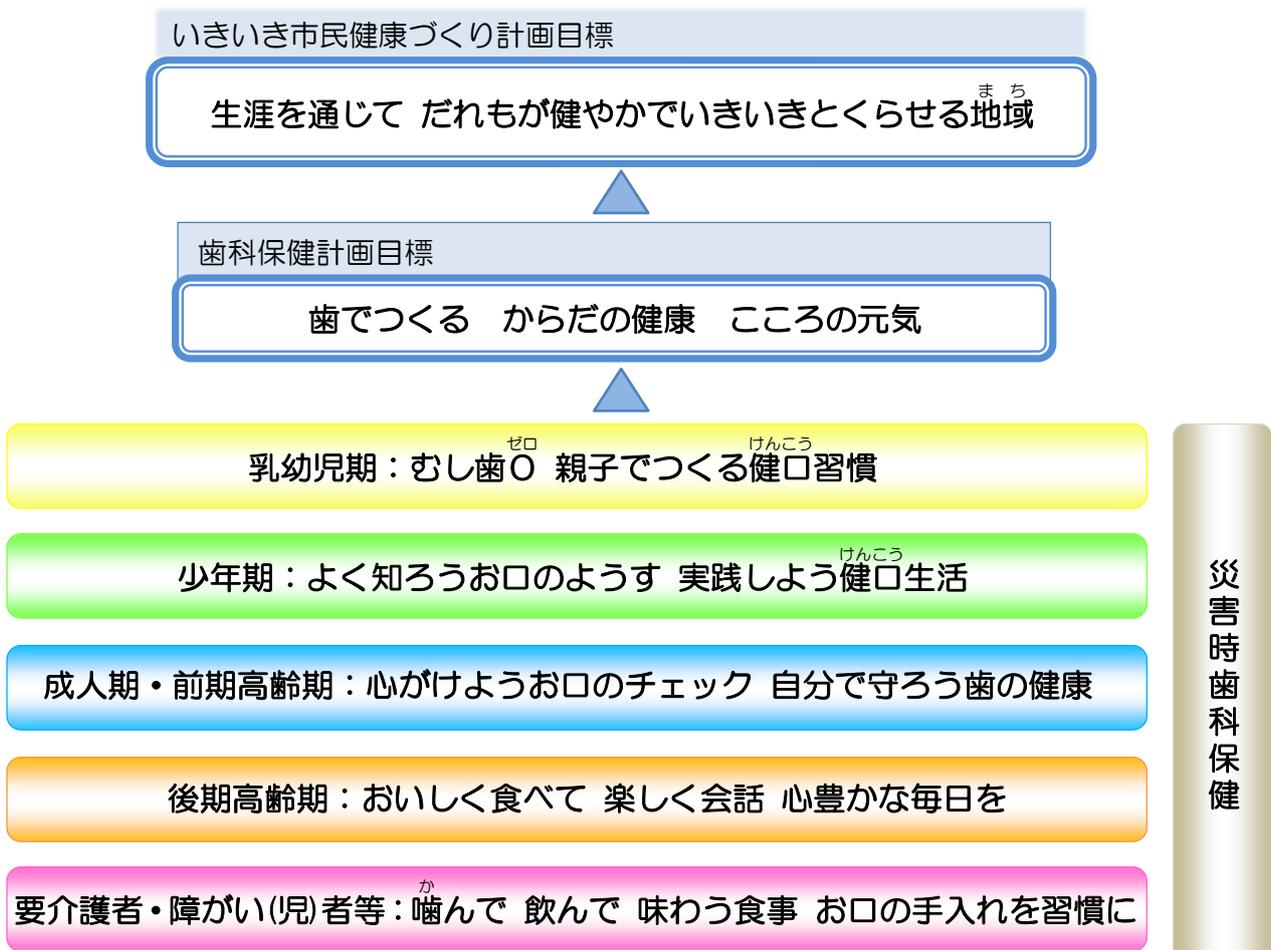
4. 計画の基本方針

南魚沼市では、「いきいき市民健康づくり計画」の目標である「生涯を通じて だれもが健やかでいきいきとくらせる^{まち}地域」の実現に向けて健診や健康教育を実施しています。

生涯を通じて豊かな食生活が保たれ、肉体的、精神的、社会的に健康で文化的な生活を保つには、むし歯や歯周病が身体やところに影響することを念頭において、歯や口腔の健康だけでなく、食生活や生活習慣にも目を向けた総合的な普及啓発が必要になります。

これらのことから、本計画では、「歯でつくる からだの健康 こころの元気」を目標として、アンケート調査等をもとにライフステージごとの現状と課題を整理し、市民一人ひとりが主役となって目標達成に向けて取り組んでいただくため、「個人・家庭・地域」「関係機関・行政」に分けて取り組みを定めます。

<計画の体系>



第2章 第1次計画の評価

南魚沼市歯科保健計画（第1次）では15項目の指標を設定し、目標値等を定めていました。平成27年度の間評価で指標や目標値等の見直しを行い、19項目を設定しました。各項目の状況は次のとおりです。

目標値の達成状況は、中間評価後の目標と最終評価時の値を比較し、以下の3段階で評価しました

- ◎ 中間評価後の目標を達成できた
- 中間評価後の目標は達成できなかったが、目標値に近づいている
- ▲ 中間評価後の目標は達成できなかった

1. 乳幼児期(0歳～5歳)

	項目(6項目)	策定時		中間評価			最終評価		
		数値	目標	数値	達成度	目標	数値	達成度	
乳 幼 児 期	大人が毎日仕上げみがきをする割合の増加	年少児	77.8%	90%	81.0%	△	90.0%	86.3%	○
		年中児	67.8%		80.0%	△	90.0%	90.4%	◎
		年長児	54.7%		59.6%	△	80.0%	82.6%	◎
	園から帰宅後のおやつを2回以上食べる割合の減少	年少児	15.5%	減少	15.8%	△	減少	16.0%	▲
		年中児	13.6%		11.1%	○		15.4%	▲
		年長児	13.3%		7.0%	○		17.4%	▲
	甘味食品をよく食べる習慣のある幼児の減少	年少児	30.0%	減少	37.7%	△	減少	31.1%	◎
		年中児	23.6%		25.0%	△		40.0%	▲
		年長児	27.1%		34.6%	△		26.3%	◎
	甘味飲料をよく飲む習慣のある幼児の減少	年少児	17.8%	減少	13.8%	○	減少	13.7%	◎
		年中児	15.3%		15.6%	△		7.7%	◎
		年長児	20.0%		12.3%	○		10.9%	◎
	3歳児ひとり平均むし歯数の減少※1	0.80本	0.70本	0.42本	○	0.40本以下	0.26本	◎	
	5歳児ひとり平均むし歯数の減少※2			2.26本	新項目	2.00本以下	1.29本	◎	

<統計出典>

令和2年度保護者アンケート

※1 令和2年度南魚沼市3歳児歯科健診

※2 令和2年度新潟県歯科疾患実態調査

最終評価結果

- ・大人が毎日仕上げみがきをする割合は、年中児・年長児では中間評価の目標を達成しました。年少児は目標に届きませんでしたが、中間評価の数値よりも5ポイント以上上がり、目標に近づいています。
- ・園から帰宅後のおやつを2回以上食べる割合は、どの年齢でも中間評価の数値より悪化しました。
- ・甘味食品をよく食べる習慣のある幼児は、年中児では目標を達成できませんでしたが、年少児・年長児では中間評価の目標を達成しました。
- ・甘味飲料をよく飲む習慣のある幼児は、どの年齢でも中間評価の目標を達成しました。
- ・3歳児ひとり平均むし歯数、5歳児ひとり平均むし歯数ともに、中間評価の目標を達成しました。

課題

- ・平日、園から帰宅後におやつを2回以上食べている子が、どの年齢においても15%以上います。
- ・甘味食品をよく食べる幼児は、健診・予防教室・お便り等で、減少するよう取り組んでいますが、今後も改善に向けての取り組みが必要です。

2. 少年期(6歳～18歳)

	項目(4項目)	策定時		中間評価			最終評価		
		数値	目標	数値	達成度	目標	数値	達成度	
少年期	12歳児ひとり平均むし歯数の減少※1	0.50本	0.40本	0.21本	○	0.20本以下	0.24本	▲	
	中学生の歯間部清掃用具等の使用の増加 ※2	1年生	73.4%	75.0%	75.3%	○	85.0%	68.8%	▲
		2年生	56.1%		84.2%	○		58.8%	▲
		3年生	57.1%		75.5%	○		69.9%	▲
	喫煙が歯肉炎を悪化させることを知っている生徒の増加 ※3	全学年			75.4%	新項目	増加	82.4%	◎
フッ化物洗口を行っている施設の増加				90.2%	新項目	100%	100%	◎	

<統計出典>

※1 令和2年度新潟県歯科疾患実態調査

※2、3 令和2年度中学生アンケート

最終評価結果

- ・12歳児ひとり平均むし歯数は、中間評価の数値より悪化し、目標を達成できませんでしたが、県平均の0.28本よりは良い結果となっています。
- ・中学生の歯間部清掃用具等の使用は、どの学年においても中間評価より減り、目標を達成できませんでした。
- ・喫煙が歯肉炎を悪化させることを知っている生徒は、中間評価より増え、目標を達成しました。
- ・フッ化物洗口を行っている施設は、中学校でも開始し、市内全小中学校で実施となりました。
(総合支援学校はフッ化物塗布の実施)

※最終評価のアンケート調査をした令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で学校での健康教育を実施しない施設があったため、数値に影響している可能性があります)

課題

- ・12歳児ひとり平均むし歯数は、近年横ばい傾向で推移しており、むし歯が減らない状況が続いています。低年齢からの継続した歯科指導、フッ化物利用の啓発が必要です。
- ・中学生の歯間部清掃用具等の使用が増えない状況です。指導内容の見直しや、生徒だけでなく、保護者への啓発も必要です。
- ・タバコの害は口腔への影響だけにとどまらないため、中学校での喫煙防止教室は引き続き継続していく必要があります。



3. 妊娠期

妊 娠 期	項目（2項目）		策定時		中間評価			最終評価	
			数値	目標	数値	達成度	目標	数値	達成度
	歯間部清掃用具を使う人の増加		80%※1	85.0%	46.7%※2	△	60.0%	53.2%※3	▲
	妊娠中に歯科受診する人の増加		20.4%※4	25.0%	21.6%※5	△	新項目へ		
	妊婦歯科健診を受ける人の増加						40.0%	50.9%※6	◎

<統計出典>
 ※1、※2 妊娠届出時アンケート
 ※3、※6 令和2年度妊婦歯科健診
 ※4、※5 妊産婦医療助成制度活用者

最終評価結果

- ・歯間部清掃用具を使う人は、策定時・中間評価・最終評価で統計の出典や質問内容が異なることから比較が適当ではありませんが、目標は達成しませんでした。
 ※策定時は「歯間部清掃用具等」となっており、歯みがき剤等も含まれていたことから、高い数値となっていました。中間評価と最終評価は歯間部清掃用具のみの数値です。
- ・妊婦歯科健診を受ける人は、他自治体よりも高い受診率を維持しており、目標も達成出来ました。

課題

- ・妊娠期は、むし歯や歯周病などのトラブルが起こりやすいため、歯間部清掃用具を使い、清潔を保つことが大切です。多くの妊婦が歯間部清掃を習慣づけるよう啓発を続ける必要があります。
- ・就労している妊婦も多いことから、企業などへも働きかけを行うなど、受診しやすい環境を整えていくことで妊婦歯科健診の受診率を維持していくことが必要です。

4. 成人期(19歳～64歳)

成 人 期	項目（2項目）		策定時		中間評価			最終評価	
			数値	目標	数値	達成度	目標	数値	達成度
	歯間部清掃用具を使う人の増加	デンタルフロス	30.5%	40.0%	49.5%	—	60.0%	63.5%	◎
		歯間ブラシ	55.2%	60.0%					
	歯や口に関する悩みのない人の増加		27.5%	50.0%	23.3%	△	評価指標から外す	-	-
	定期的に歯科医院に行く人の増加	20～30代	3～4%	20.0%	16.4%	—	増加 新項目へ	-	-
		40～60代	10～25%	30.0%					
	成人歯科健診を受ける人の増加						10%以上	13.8%	◎

<統計出典>
 ※策定時、中間評価 アンケート
 ※最終評価 令和2年度成人歯科健診（21～61歳）

最終評価結果

- ・歯間部清掃用具を使う人は、策定時から順調に伸びており、成人歯科健診受診者が健康意識が高いことを考慮しても、良い傾向であると言えます。
- ・成人歯科健診は、中間評価後の平成28年度から開始。新潟県歯科保健医療計画（R3年3月策定）では県平均が9.5%（R元年度40、50、60、70の節目対象）であるのに対し、県数値と比較するため同じ年齢区分でみると当市の受診率は17.6%となり、更に高い結果となっています。

課題

- ・歯を失う大きな原因となる歯周病を予防するためには、歯間部の清掃が欠かせないことから、更に多くの人が歯間部清掃を習慣づけるための啓発を続ける必要があります。
- ・成人歯科健診は10歳ごとの対象者であることから、対象者以外の年齢への歯科保健の啓発も行き、歯科健診受診者を増やすことが大切です。

5. 高齢期(65歳～)

高齢期	項目 (2項目)		策定時		中間評価			最終評価	
			数値	目標	数値	達成度	目標	数値	達成度
	自分の歯を有する人の増加	24本以上 (55～64歳)	76.5%	増加	60.7%	△	増加	83.5%※2	◎
20本以上 (75～84歳)		48.4%	増加	33.9%※1	△	増加	52.9%※3	◎	

<統計出典>
 ※策定時、中間評価 アンケート
 ※1 H25生活と介護の実態調査
 ※2 令和2年度成人歯科健診(61歳)
 ※3 令和2年度後期高齢者歯科健診(80歳)
 (成人歯科健診・後期高齢者歯科健診は、中間評価後の平成28年度から開始)

最終評価結果

- 自分の歯を有する人は、策定時、中間評価はアンケートで歯の本数を把握しましたが、平成28年度から成人歯科健診・後期高齢者歯科健診を開始し、最終評価は健診結果で評価を行いました。中間評価時よりも増加し目標を達成しています。

課題

- しっかり噛める健康な口腔は、豊かな生活を送るために重要なことのひとつです。健康な歯を有する人が更に増えていくように、歯科健診の啓発や健康教育を継続していくことが大切です。

6. 要介護者・障がい者等

要介護者・障がい者等	項目 (3項目)		策定時		中間評価			最終評価	
			数値	目標	数値	達成度	目標	数値	達成度
	口腔ケア状況等の実態が把握され、取り組みの優先順位が整理される	—	実態の把握	—	—	実態の把握	—	◎	
口腔ケアについて正しい知識を持った介護者や介護職員が増える	—	—	事業所で取り組みあり	—	評価指標から外す	—	—		
訪問歯科診療をする歯科診療所の数 ※1			6/21医院	—	数の維持	10/18医院	◎		
高齢者・障がい者施設の協力歯科医の委嘱をされている診療所の数 ※2			5/21医院	—	数の維持	7/18医院	◎		

<統計出典>
 ※1、※2 新潟県歯科医療機能連携実態調査、最終評価は令和元年度調査

最終評価結果

- 南魚沼市地域包括支援センターでは、介護予防・日常生活支援総合事業参加者へのアンケートや日々の訪問活動から、口腔ケア状況等を把握し口腔訪問事業の対象者を把握したり、重点地区を選定して健康教育を実施しました。
- 南魚沼市立総合支援学校では、児童生徒のむし歯罹患率が高く平成26年度からフッ化物塗布を開始しました。むし歯の罹患率は、減少傾向となっています。
- 訪問歯科診療を行う歯科診療所は、中間評価時よりも増加し、目標を達成しました。
- 高齢者・障がい者施設の協力歯科医の委嘱をされている診療所の数は、中間評価時よりも増加し、目標を達成しました。

課題

- 口腔ケア等が難しい場合もあるため、総合支援学校でのフッ化物塗布は、今後も継続していく必要があります。
- 要介護者・障がい者等が適切な診療等を受けられるよう、今後も南魚沼歯科医師会在宅歯科医療連携室と連携していく必要があります。

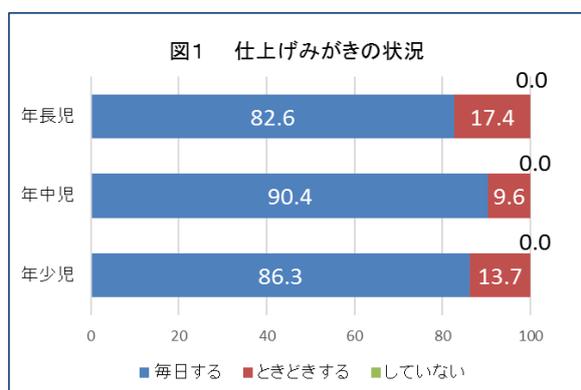
第3章 年代別歯の健康の現状と課題、取り組み、指標と目標値

1. 乳幼児期(0歳～5歳)

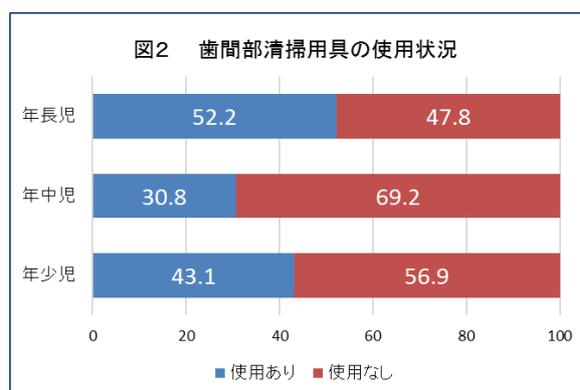
<目標> **むし歯^{ゼロ} 親子でつくる健口^{けんこう}習慣**

<現状と課題>

- 大人が毎日仕上げみがきをする割合は、年少児 86.3%、年中児 90.4%、年長児 82.6%です。毎日仕上げみがきをしてもらっていない子どもが全体の平均では 13%以上います。(図1) 毎日の仕上げみがきが習慣になるように、保護者への啓発を繰り返し行っていく必要があります。
- 仕上げみがきのときにデンタルフロスなどの歯間部清掃用具を使っている割合は、一番高い割合の年長児でも 52.2%となっており、少ない傾向です。(図2) 保護者が自分自身でも使う習慣をつけることも大切です。
- 平日、園以外におやつを食べない習慣がついている園児は、年少児 10.0%、年中児 13.5%、年長児 17.4%と非常に低い状況です。(図3) 入園している子どもは、平日は園以外のおやつは食べないように、幼児歯科健診や園の教室等で引き続き保護者への啓発が必要です。
- 家庭で頻繁に食べるおやつとして、あめやクッキーなどの長い時間口腔内に残る食べ物を選ぶ人が 30~40%程度おり、高い傾向が続いています。(図4) 健康に配慮したおやつを選ぶ人が増えるように、引き続き保護者への啓発が必要です。
- 幼児歯科健診でのフッ化物塗布や園でのフッ化物洗口は、いずれも 90%の人が希望しています。

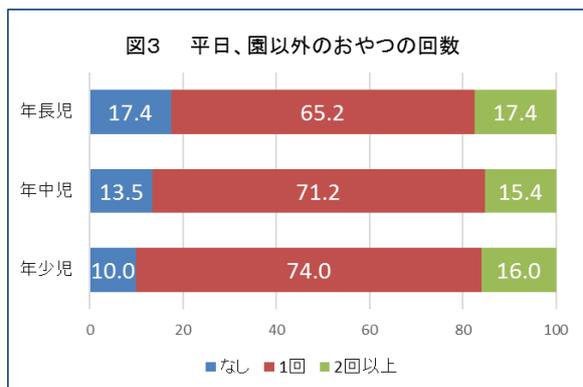


出典：令和2年度園保護者アンケート

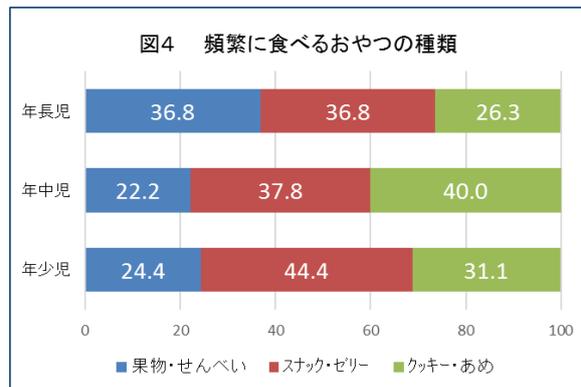


出典：令和2年度園保護者アンケート

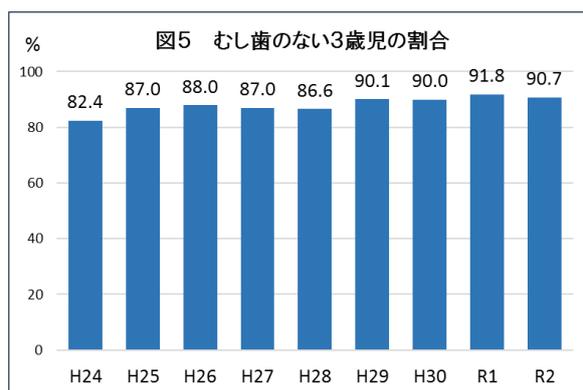




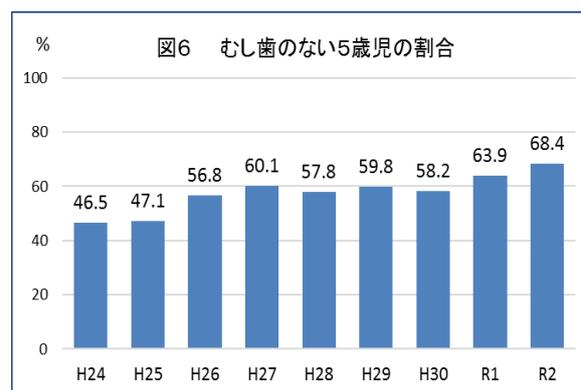
出典：令和2年度園保護者アンケート



出典：令和2年度園保護者アンケート



出典：南魚沼市3歳児歯科健診



出典：新潟県歯科疾患実態調査

<取り組み>

個人・家庭・地域

- ・むし歯菌などの口腔内細菌は周囲の大人から感染するため、食事で子どもと箸などの共有はしない。大人自身の口腔衛生を心がけ、細菌を少なくしておくことで、子どもへの感染リスクを減らす。
- ・親子ともに、毎日の仕上げみがきを習慣にする。仕上げみがきは少なくとも小学校5年生になるまでは毎日行う。
- ・仕上げみがきにはデンタルフロスも使い、歯間部清掃の習慣を身につける。大人が自分自身でも歯間部清掃を習慣づけることが大切。
- ・飲食回数が増えるとむし歯発生リスクが高まるため、入園している子どもは、帰宅後のおやつは食べないようにする。
- ・あめやクッキーなどのような長い時間口腔内に残りやすい食べ物ではなく、果物や乳製品など健康に配慮したおやつを選ぶ。
- ・咀嚼は骨や筋肉の発達を促し、よい歯並びや発音につながることから、よく噛んで食べる習慣をつける。
- ・健康な口腔機能を育てるために、規則正しい生活習慣、身体を使った遊びや運動などをする。
- ・強い歯を育てるために、フッ化物塗布やフッ化物洗口、家庭用フッ化物製剤の使用など、歯の生え始めから切れ目なくフッ化物を利用する。
- ・受動喫煙は、子どものむし歯増加や歯肉の着色にも影響を及ぼすため、家族で禁煙に取り組む。
- ・転倒などによる歯ブラシでののど突き事故を防ぐため、歯みがきのときは必ず大人が見守る。

関係機関・行政

- ・ 幼児歯科健診では、歯科診察だけでなく、保護者の困りごと解消につながる場になるように教材の工夫や指導内容の充実を図る。
- ・ 園での食後の歯みがき、フッ化物洗口を継続する。
- ・ 園での歯科健診、その後の受診勧奨を継続する。
- ・ 園だより、歯科保健だよりなどを通して情報発信をする。
- ・ 園でのむし歯予防教室などの教育を継続する。必要に応じて見直しを行い、効果的な内容になるよう取り組む。
- ・ タバコの悪影響について年長児の親子すこやか教室での啓発を継続する。また、広い世代への情報発信も必要。
- ・ 保護者の歯間部清掃習慣と子どもの歯間部清掃習慣に関連があるかを今後のアンケート等で調査する。

< 指標と目標値 >

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
大人が毎日仕上げみがきを する割合	年長児	82.6%	85%	—
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%	—
平日、園以外のおやつを食べる 幼児の割合	年長児	82.6%	80%	—
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%	—
むし歯のない3歳児の割合(※1)		90.7%	90%以上維持	95%
むし歯のない5歳児の割合(※2)		68.4%	70%	80%

統計出典：令和2年度園保護者アンケート

※1 令和2年度南魚沼市3歳児歯科健診

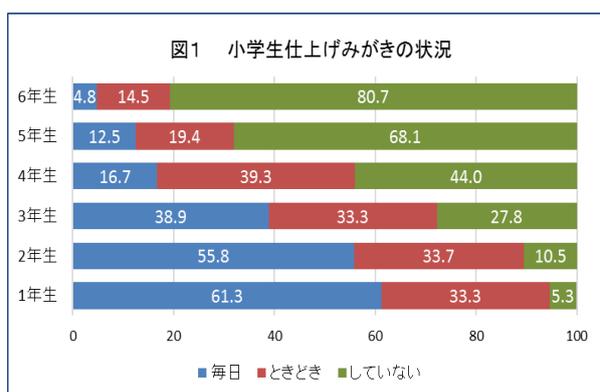
※2 令和2年度新潟県歯科疾患実態調査

2. 少年期(6歳～18歳)

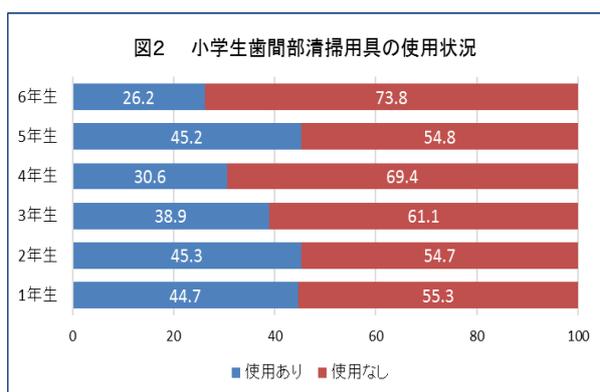
<目標> よく知ろうお口のようす 実践しよう けんこう 健口生活

<現状と課題>

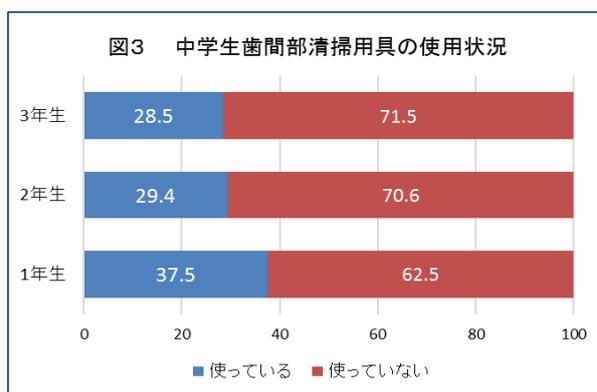
- 仕上げみがきは、少なくとも小学校5年生になるまでは毎日続けてほしいところですが、毎日仕上げみがきをしてもらっている児童は、低学年でも半数程度、3年生では38.9%、4年生では16.7%と、非常に低くなっています。(図1) 仕上げみがきの必要性について、児童へも保護者へも繰り返し啓発を行っていく必要があります。
- 小学生でデンタルフロスなどの歯間部清掃用具を使っている児童は、全体の平均で40%にも満たない状況です。(図2) 中学生でデンタルフロスなどの歯間部清掃用具を使っている生徒は、全体の平均で30%ほどと小学生よりも更に低くなっています。(図3) 子どもの歯間部清掃習慣をつけるためには、大人も毎日歯間部清掃を行うことが大切です。



出典：令和2年度小学生保護者アンケート

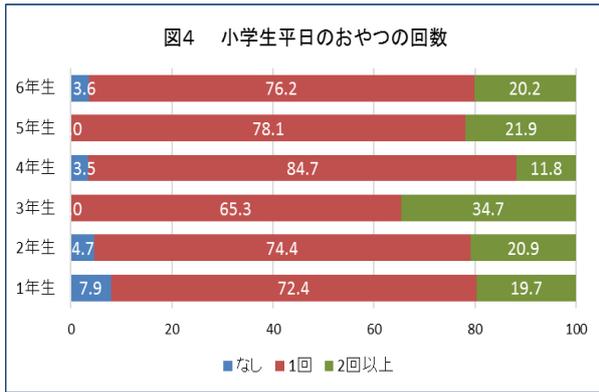


出典：令和2年度小学生保護者アンケート

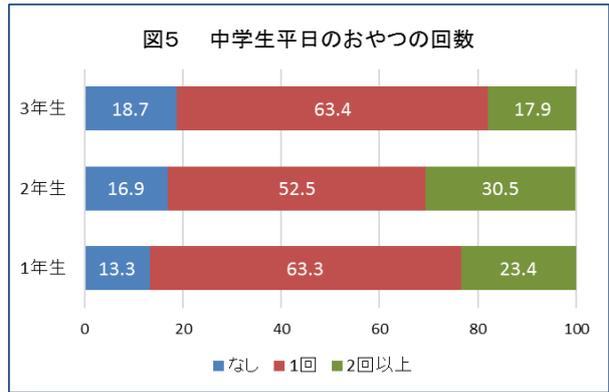


出典：令和2年度中学生アンケート

- 小学生も中学生も平日、おやつを2回以上食べている児童、生徒が全体の平均で20%以上います。(図4)(図5) 平日のおやつは多くても1回までにするように繰り返し指導が必要です。

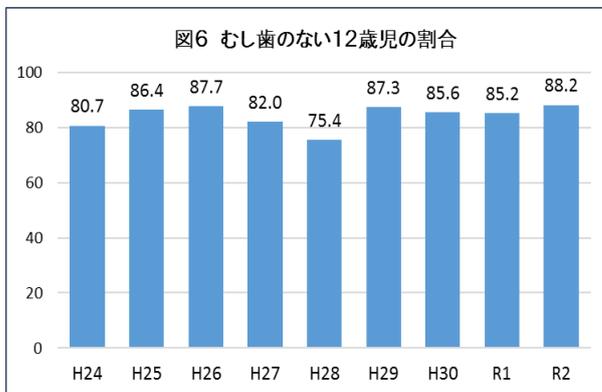


出典：令和2年度小学生保護者アンケート

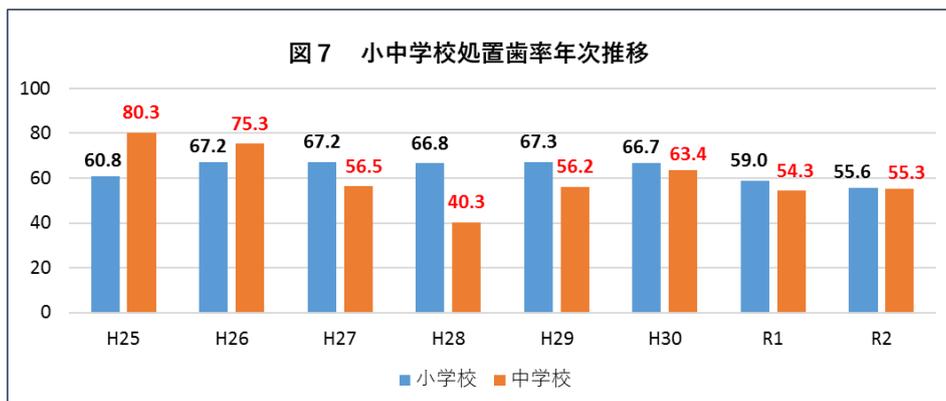
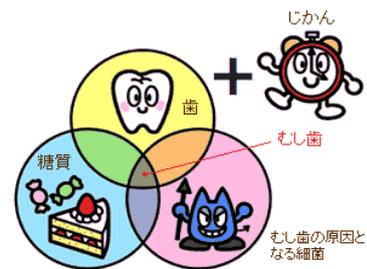


出典：令和2年度中学生アンケート

- ・フッ化物洗口の希望者率は、小学校、中学校ともに97%を超えており、強い歯を育てるためにはフッ化物利用が効果的であることが保護者にも認識されています。
- ・小学校、中学校でのフッ化物洗口実施回数は、学校により差があり、年間予定回数の半数にも満たない学校もあります。学校によって実施回数に差がないように、年間40回程度の実施となるようにすることが大切です。
- ・むし歯のない12歳児はわずかながら増加しています。(図6) 引き続き、歯質強化・歯垢除去・おやつを食べ方など、総合的なむし歯予防対策の継続が重要です。
- ・治療が必要な小中学生の半数ほどしか歯科受診をしていません。(図7) 歯科健診後、治療が必要な人は必ず受診することが大切です。



出典：新潟県歯科疾患実態調査



出典：新潟県歯科疾患実態調査

<取り組み>

個人・家庭・地域

- ・乳歯から永久歯への生えかわり時期は、子どもが自分できれいにみがくことがとても困難な口腔状態となるため、少なくとも小学校5年生になるまでは仕上げみがきを毎日行う。
- ・仕上げみがきにはデンタルフロスも使い、歯間部清掃の習慣を身につける。大人自身が歯間部清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ等）を使用する姿を示すことで、子どもにも歯間部清掃の必要性を意識づけることができる。
- ・仕上げみがき卒業後は、自分自身の歯や歯肉に関心を持ち、衛生を保つための行動をしていく。
- ・帰宅後におやつを食べる場合は1回だけにし、短時間で食べきれぬ量を決まった時間に食べるようにする。
- ・あめやクッキーなどのような長い時間口腔内に残る食べ物はむし歯の危険が高まるため、お菓子ではなく、果物や乳製品など、自分の健康を考えたおやつを選ぶ。
- ・よい歯並びや発音のために、よく噛んで骨や筋肉の発達を促す。
- ・健康な口腔機能を育てるために、規則正しい生活習慣、運動習慣などをつける。
- ・運動時の歯や口腔のケガを防止するために、競技によってはマウスガードを使用する。
- ・歯の生えかわりからの数年間は、生涯にわたる歯の健康に影響を与えることから、強い歯を育てるために、フッ化物洗口や家庭用フッ化物製剤（フッ化物配合歯みがき剤等）を継続して利用していく。
- ・受診勧奨を受けたら早めに受診し、治療が完了するまで通院する。
- ・受動喫煙は、子どものむし歯増加や歯肉の着色にも影響を及ぼすため、家族で禁煙に取り組む。

関係機関・行政

- ・週1回の小学校、中学校でのフッ化物洗口を継続して実施する。
- ・小学校、中学校での歯科保健教育を継続して実施する。必要に応じて見直しを行い、効果的な内容になるように取り組む。
- ・学校での歯科健診、その後の受診勧奨を継続する。
- ・保健だよりなどを通して情報発信をする。
- ・タバコの悪影響について中学生の歯肉炎予防教室や喫煙防止教室での啓発を継続する。
- ・保護者の歯間部清掃習慣と子どもの歯間部清掃習慣に関連があるかを調査する。

<指標と目標値>

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
大人が毎日仕上げみがきをする割合（※1）	4年生	16.7%	20%	—
歯間部清掃用具を使う人の割合	小学生（※2）	38.2%	40%	—
	中学生（※3）	31.9%	35%	—
むし歯のない12歳児の割合（※4）		88.2%	90%	90%

統計出典：※1※2 令和2年度小学生保護者アンケート

※3 令和2年度中学生アンケート

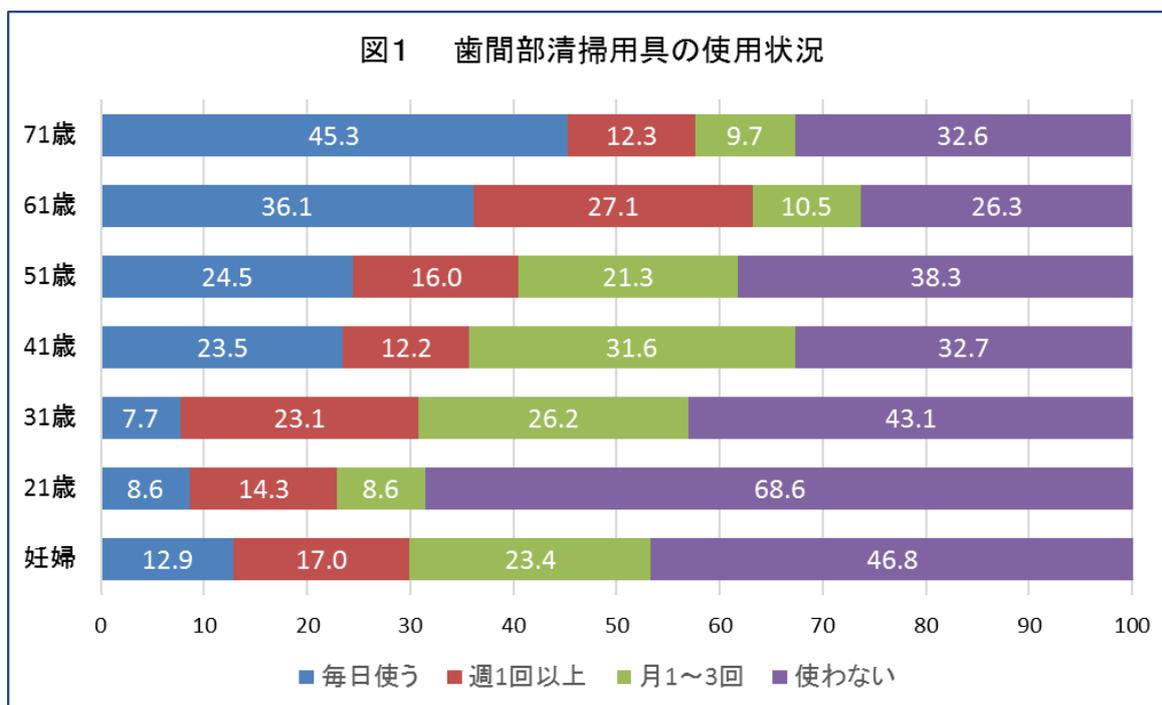
※4 令和2年度新潟県歯科疾患実態調査

3. 成人期・前期高齢期(19歳～74歳)

<目標> 心がけようお口のチェック 自分で守ろう歯の健康

<現状と課題>

- ・歯間部清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ等）を毎日使う人で、一番使用率の高いのは71歳ですが、50%にも満たない状況です。妊婦、21歳、31歳では特に使用率が低く、10%前後の使用率となっています。（図1）
- ・若い年齢でデンタルフロスの習慣がついていないために、40代以降に歯周病によって歯間が開いてくることで、歯間ブラシを使用する人が増えてくると推測されます。歯周病を予防するために、若い年齢からのデンタルフロス習慣をつける必要があります。
- ・妊婦や子育て世代のデンタルフロス習慣がないことが、子ども世代のデンタルフロス習慣がつかないことにもつながっていると推測されます。



出典：令和2年度成人歯科健診



デンタルフロス

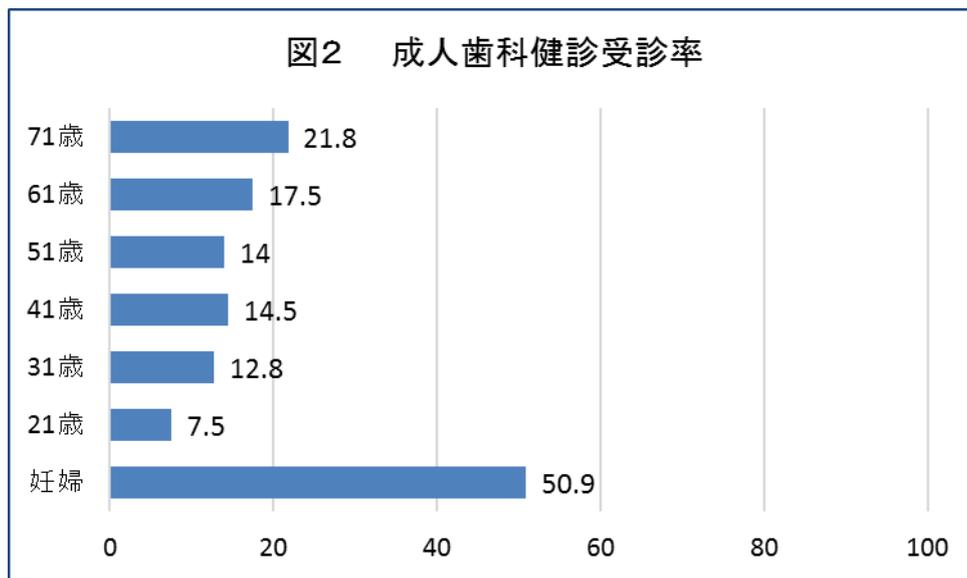


歯間ブラシ

- 成人歯科健診の受診率は、他自治体よりも高い受診率で推移しています。しかしながら、妊婦を除いては20%にも満たない受診率が多く、歯科健診を受けることへの意識は低い状況です。21歳は就学のため市内にいない人が多いことも、受診率の低さに影響していると推測されます。(図2)
- 成人期は就労している人も多いため、企業などへも歯科保健について情報発信をし、歯科健診を受けに行きやすい雰囲気づくりも必要です。
- 成人歯科健診は10歳ごとの対象者であることから、対象者以外の年齢への啓発も行い、普段から定期的に歯科健診を受ける人が増えるような働きかけが必要です。

<参考値>成人歯科健診県平均受診率9.5%

新潟県歯科保健医療計画から(40,50,60,70歳の節目健診のR1県平均)



出典：令和2年度成人歯科健診

<取り組み>

個人・家庭・地域

- 歯周病や口腔機能の低下は、全身のさまざまな疾患のリスクとなることから、歯の衛生や口腔機能の維持に取り組む。
- むし歯や歯周病は口腔機能を低下させるだけでなく、口臭など、社会生活において影響を及ぼすこともあるため、心身の健康を保つためにも口腔衛生に取り組む。
- 歯を失う大きな原因となる歯周病を予防するためには、歯間部の清掃が欠かせないことから、毎日の歯みがきに歯ブラシだけでなくデンタルフロス等の歯間部清掃用具も使う習慣をつける。
- 妊娠期は、健康意識が高まることもあり、妊婦自身や生まれてくる赤ちゃんのためにもデンタルフロス習慣をつけるよい機会となる。歯周病は早産や低出生体重児出産のリスクを高めることから、歯周病を予防するために、毎日の歯間部清掃を行う。
- 子どもへの細菌感染を防ぐために、食事で箸などの共有はしない。日頃から口腔衛生を心がけ、細菌を少なくコントロールすることで感染リスクを減らす。

- ・むし歯予防のためにフッ化物配合歯みがき剤などの家庭用フッ化物製剤を使い、歯質強化を行う。歯周病で歯根が出てきている人は、毎日のフッ化物利用で歯根部のむし歯を予防する。
- ・むし歯を予防するためには、間食の回数が多くならないことや飲食物の種類にも配慮が必要。
- ・整った生活リズムやバランスのよい食事を心がけ、年齢が上がっても、たんぱく質もきちんと取る。
- ・かむ、飲み込むなどの口腔機能を維持するためには、歯の衛生とともに、筋力を維持するための「健口(けんこう)体操」などの習慣を身につける。
- ・喫煙は歯科疾患の進行や治療に影響を及ぼし、また、受動喫煙は子どものむし歯増加や歯肉の着色にも影響を及ぼすため、家族で禁煙に取り組む。
- ・健康な歯や口腔機能を保つために、かかりつけ歯科医療機関での定期的な歯科健診や専門的な歯の清掃を受ける。

関係機関・行政

- ・デンタルフロスなどの歯間部清掃の必要性について、さまざまな場面で情報発信をする。
- ・地域の教室などでの健口体操の紹介、口腔衛生についての啓発を継続して実施する。
- ・むし歯予防にはフッ化物利用が効果的なことについて、広い世代に情報発信をする。
- ・マタニティサロンでの歯科保健に関する啓発を継続する。必要に応じて見直しを行い、効果的な内容になるように取り組む。
- ・妊婦を含め、多くの人が成人歯科健診を受けるように、更なる啓発を行う。
- ・治療の必要があるときだけではなく、成人歯科健診の対象年齢ではない人でも、定期的に歯科健診を受ける重要性を啓発していく。
- ・タバコの悪影響について広い世代へ情報発信をする。

< 指標と目標値 >

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
歯間部清掃用具を使う人の割合	21,31,41,51,61,71 歳	63.5%	65%	50% (※1)
	妊婦	53.2%	55%	—
歯科健診を受ける人の割合	41,51,61,71 歳 (注1)	17.6%	20%	—
	妊婦	50.9%	55%	—

統計出典：令和2年度成人歯科健診

※1 令和元年度県民健康・栄養実態調査

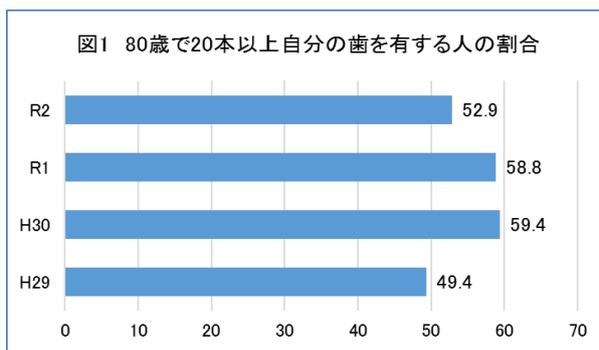
(注1) 数値比較ができるように歯周病検診(40,50,60,70歳)に合わせた年齢区別とする

4. 後期高齢期(75歳～)

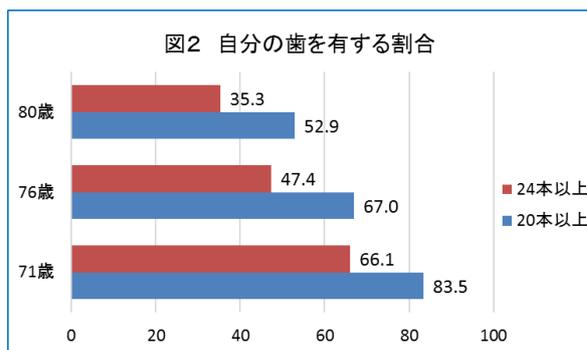
<目標> おいしく食べて 楽しく会話 心豊かな毎日を

<現状と課題>

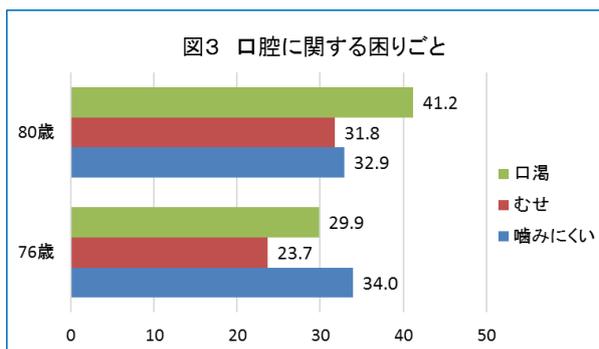
- 8020(ハチマルニイマル：80歳で20本以上の歯をもつ)達成者の割合は、5割を超えており、新潟県の達成者の割合を上回っています。生涯にわたり歯科疾患に罹患する可能性が高くなることから、歯や歯肉を健康に保つための取り組みが必要です。(図1)
- 歯科疾患やオーラルフレイル(口腔機能の虚弱)の予防、口腔内の衛生と全身の健康との関連など正しい知識の普及およびかかりつけ歯科医療機関での定期健診の定着を促進する取り組みが必要です。(図4)(図5)
- 後期高齢者歯科健康診査の受診率は、新潟県の受診率を上回っています。受診者のうち要治療で治療に結び付いた割合は高い割合で推移しています。歯科健診の受診は、歯科疾患の早期発見や適切な医療を受けることに繋がっており、受診率を維持、向上させる取り組みは引き続き実施する必要があります。



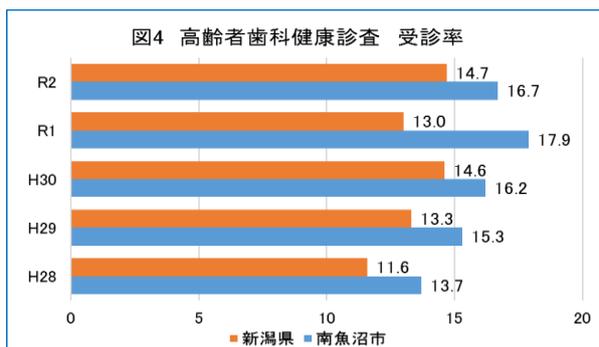
出典：後期高齢者歯科健康診査



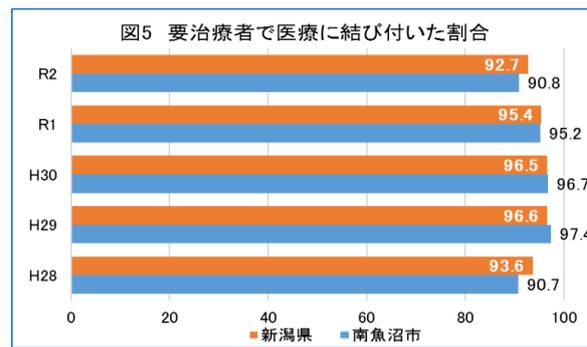
出典：令和2年度後期高齢者歯科健康診査



出典：令和2年度後期高齢者歯科健康診査



出典：後期高齢者歯科健康診査



出典：後期高齢者歯科健康診査

<取り組み>

個人・家庭・地域

- ・歯や口腔の健康が全身の健康に影響することがわかり、自分の健康維持や8020(ハチマルニイマル：80歳で20本以上の歯をもつ)達成のために行動する。
- ・むし歯や歯周病は口腔機能を低下させるだけでなく、口臭など、社会生活において影響を及ぼすこともあるため、こころの健康を保つためにも口腔衛生に取り組む。
- ・かかりつけ歯科医療機関をもち、定期的に歯科健診を受ける。
- ・自分に合った歯間部清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ）やフッ化物配合歯みがき剤などの家庭用フッ化物製剤を使う習慣をつける。
- ・健口(けんこう)体操(※)に取り組み、口腔の機能を維持する。
※健口体操：咀嚼やく飲み込みなどに関係する筋力を維持するための口や舌の体操。
- ・歯を失った部分には義歯を入れ、機能の回復を図る。
- ・後期高齢者歯科健康診査を受診する。
- ・喫煙は歯科疾患の進行や治療に影響を及ぼし、また、受動喫煙は子どものむし歯増加や歯肉の着色にも影響を及ぼすため、家族で禁煙に取り組む。

関係機関・行政

- ・歯や口腔の健康が全身の健康に影響することを周知する。
- ・地域で口腔講演会を実施し、歯みがきや歯間部清掃用具（デンタルフロスや歯間ブラシ）の使い方、健口(けんこう)体操を体験する機会を増やす。
- ・定期的な歯科健診の重要性を啓発する。
- ・歯や口腔についての困りごと等を相談できる窓口を周知する。
- ・高齢期の歯や口腔の現状と課題を関係機関と共有し、介護予防事業に取り組む。
- ・タバコの悪影響について、広い世代へ情報発信をする。

<指標と目標値>

指標	現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	52.9%	55%	40%
後期高齢者歯科健康診査を受ける人の割合	14.7%	17%	—

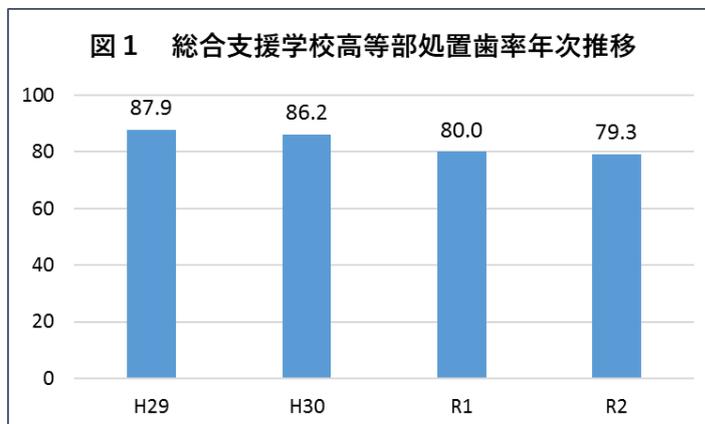
統計出典：令和2年度後期高齢者歯科健康診査

5. 要介護者・障がい(児)者

<目標> ^か噛んで 飲んで 味わう食事 お口の手入れを習慣に

<現状と課題>

- 要介護者・障がい(児)者によっては、咀嚼、嚥下機能の問題を抱えていることや、口腔内の状態が把握しづらく、口腔ケアが不十分になりやすいため、歯科疾患が重症化しやすくなります。要介護者・障がい(児)者において個々の状況に応じた歯と口腔の健康づくりを進める必要があります。
- 総合支援学校では、歯科健診で治療が必要になった場合の歯科受診率が市内の小中学生より高い割合です。(図1) 歯科疾患を重症化させないために早期に受診することが大切です。
- 施設の関係者や家族が、要介護者・障がい(児)者への口腔ケア等の必要性やその方法を学ぶ機会を増やすことが必要です。
- 要介護者・障がい(児)者の歯と口腔の健康づくりにつながる地域のネットワークや他職種の連携が必要です。
- 南魚沼歯科医師会在宅歯科医療連携室の令和2年度の訪問歯科診療件数は、自宅訪問33件、施設訪問19件でした。
- 全ての人々が、安全においしく生涯を通じて食べることができるように多職種が連携して取り組みを行うことが必要です。



出典：新潟県歯科疾患実態調査

<取り組み>

個人・家庭・地域

- 家庭でできるむし歯や歯周病予防や口腔内の清掃方法などがわかる。
- むし歯予防のためにフッ化物配合歯みがき剤などの家庭用フッ化物製剤を使う。
- 咀嚼、嚥下機能の維持、回復のために必要な取り組みがわかる。
- かかりつけ歯科医療機関をもつ。

関係機関・行政

- 施設の関係者や家族が、要介護者・障がい(児)者への口腔ケア等の必要性やその方法を理解し、積極的にかかわることができるよう、知識の普及や環境づくりに取り組む。

- ・障がいの特性や心身の状態に応じた在宅歯科医療および口腔ケアの充実に向けて、地域包括ケアにおける歯科専門職と保健、医療、福祉等他職種との連携を推進する。
- ・総合支援学校での歯科健診やフッ化物塗布、むし歯・歯肉炎予防教室等を引き続き実施する。
- ・多職種が連携し、対象者の生活の質を向上させるために必要な知識や技術、様々な情報を共有する。

< 指標と目標値 >

指標	現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
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平均)	79.3%	82%	—

統計出典：令和2年度新潟県歯科疾患実態調査



6. 災害時歯科保健

大規模災害が発生し、避難所での慣れない避難生活が長引くと、ストレスや乱れた食生活、活動量の低下等から免疫力が低下することが考えられます。更に、十分な水分補給ができないことによる口腔乾燥や口腔清掃の不備、義歯の紛失等により、誤嚥性肺炎のリスクが高まることが指摘されています。

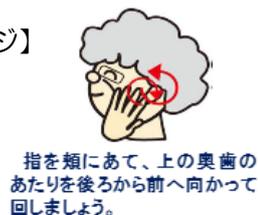
災害時の救護所等では、誤嚥性肺炎による災害関連死を防ぐために、口腔ケアや口腔機能の維持・回復が重要です。

<取り組み>

個人・家庭・地域

- ・日頃から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。水が不足した場合でも歯みがきができるよう、口すすぎのいらない歯みがき剤や洗口液、また、入れ歯を使用している人は入れ歯洗浄剤もあるとよい。
- ・口腔内細菌が増えると誤嚥性肺炎のリスクが高まるため、避難所でも歯みがきや入れ歯の洗浄などの口腔ケアを行う。
- ・トイレ事情が悪い場合などに水分摂取を控えた結果、口腔乾燥が起こることがあるため、水分摂取はこまめに行う。
- ・避難所では食生活が乱れ、むし歯や歯周病のリスクが高まることが考えられるため、できる範囲で決まった時間に食事を取るようにし、口腔内に常に食べ物が入っている状況は避ける。
- ・健口(けんこう)体操(※)や唾液腺マッサージ(下図)で唾液の分泌を促したり、咀嚼く、嚥下機能を維持する。※健口体操：咀嚼くや飲み込みなどに関係する筋力を維持するための口や舌の体操

【唾液腺マッサージ】



関係機関・行政

- ・義歯の紛失等により口腔機能が低下することに関連した災害関連死が起こらないように、早い段階で義歯の制作ができるよう、歯科医療関係者との連携を図る。
- ・災害時の生活環境の悪化による健康状態の変化に対応するため、被災者の歯と口腔の状態を把握し、歯科専門職等が必要な診察、健康相談、保健指導を行う。
- ・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ことなど、平時と同様に、災害においても口腔ケアが重要であることを啓発します。



7. 計画の指標と目標値一覧

1. 乳幼児期（0歳～5歳）

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
大人が毎日仕上げみがきをする割合	年長児	82.6%	85%	—
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%	—
平日、園以外のおやつを食べる幼児の割合	年長児	82.6%	80%	—
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%	—
むし歯のない3歳児の割合（※1）		90.7%	90%以上維持	95%
むし歯のない5歳児の割合（※2）		68.4%	70%	80%

統計出典：令和2年度園保護者アンケート

※1 令和2年度南魚沼市3歳児歯科健診

※2 令和2年度新潟県歯科疾患実態調査

2. 少年期（6歳～18歳）

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
大人が毎日仕上げみがきをする割合（※1）	4年生	16.7%	20%	—
歯間部清掃用具を使う人の割合	小学生（※2）	38.2%	40%	—
	中学生（※3）	31.9%	35%	—
むし歯のない12歳児の割合（※4）		88.2%	90%	90%

統計出典：※1※2 令和2年度小学生保護者アンケート

※3 令和2年度中学生アンケート

※4 令和2年度新潟県歯科疾患実態調査

3. 成人期・前期高齢期（19歳～74歳）

指標		現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
歯間部清掃用具を使う人の割合	21,31,41,51,61,71歳	63.5%	65%	50%(※1)
	妊婦	53.2%	55%	—
歯科健診を受ける人の割合	41,51,61,71歳(注1)	17.6%	20%	—
	妊婦	50.9%	55%	—

統計出典：令和2年度成人歯科健診

※1 令和元年度県民健康・栄養実態調査

(注1) 数値比較ができるように歯周病検診(40,50,60,70歳)に合わせた年齢区別とする

4. 後期高齢期（75歳～）

指標	現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	52.9%	55%	40%
後期高齢者歯科健康診査を受ける人の割合	14.7%	17%	—

統計出典：令和2年度後期高齢者歯科健康診査

5. 要介護者・障がい(児)者

指標	現状値(R2)	目標値(R7)	県目標値(R6)
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平均)	79.3%	82%	—

統計出典：令和2年度新潟県歯科疾患実態調査



第4章 計画の推進体制

南魚沼市では市民の総合的な健康づくりを推進するため「南魚沼市健康づくり推進協議会」を設置しています。本計画の推進にあたっては、この協議会を中心として関係機関等と目標達成のための検討、協議を行います。

市民参画による計画推進を基本とし、健康推進員、食生活改善推進員を中心とする各地区活動の充実とともに、関係機関の役割を明確にし、情報の共有化や協力体制の構築により連携を図りながら推進します。

大目標

歯でつくる からだの健康 こころの元気

