

**五所川原市**  
**歯科口腔保健計画**

**令和2年3月**

## ごあいさつ

五所川原市では、平成21年1月に五所川原市健康増進計画「健康ごしょがわら21」を策定し、「みんなの一步で健やかなまちづくり」のスローガンのもと、生活習慣病予防に視点を置いた取組みを推進してまいりました。

また、平成26年8月には「第2次健康ごしょがわら21」を策定し、これまでの取組みの効果や新たな健康課題などを踏まえ、子どもの頃からの生活習慣改善による一次予防を重点として、各種事業を展開しており、その中で、う蝕予防、歯周病予防など、歯と口腔の健康づくりに鋭意取り組んでおります。

歯と口腔の健康維持は、食事を味わうこと、会話を楽しむことなど、人生を豊かにするために欠かせない、重要な要素のひとつであり、高齢化が急速に進む中、健康寿命の延伸を図るためには、生涯を通じた歯と口腔の健康状態を保つことが大切です。

平成27年3月には、「五所川原市歯科口腔保健の推進に関する条例」を制定し、歯と口腔の健康づくりを推進しておりますが、このたび、この条例を実効あるものとし、すべてのライフステージにおける歯科口腔保健対策を総合的かつ計画的に推進するため、「五所川原市歯科口腔保健計画」を策定いたしました。

この計画は、一人ひとりが歯と口腔の健康に関心をもち、日頃からその健康を保つために、自ら取組みを推進し、実践できる環境づくりを軸とした内容としております。

今後、この計画を基に、関係機関、関係団体との連携をさらに深めながら、市民の皆様の歯と口腔の健康づくりが生涯にわたり、健康寿命の延伸につながるよう、各種関連事業の推進に努めてまいりますので、皆様の一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、本計画の策定にあたり、多大なるご支援ご協力を賜りました五所川原市健康推進協議会委員はじめ、各関係機関の皆様に心より感謝申し上げます。

令和2年3月

五所川原市長 佐々木 孝昌



## 目次

第1章	計画の策定にあたって	
	1 策定の背景	1
	2 基本的な考え方	1
	3 計画の期間	2
	4 計画の対象	2
第2章	ライフステージごとの現状と目標	
	1 乳幼児期	3
	2 学童期・思春期	6
	3 妊娠期	8
	4 青年期・成人期・高齢期	9
	5 全ライフステージ共通（災害時）	12
第3章	計画推進に向けて	15
第4章	評価	16
巻末資料		
	1 計画策定までの流れ	17
	2 資料について	17
	3 用語について	17
	4 五所川原市歯科口腔保健計画策定会議設置要綱	18

# 第1章 計画の策定にあたって

## 1 策定の背景

国は「歯科口腔保健の推進に関する法律」（平成23年法律第95号）に基づき、「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」（平成24年厚生労働省告示第438号）を定め、地方公共団体における歯科口腔保健対策の一層の推進を求めています。これらについて、平成30年9月に中間報告書が取りまとめられ、いずれのライフステージにおいても、依然としてう蝕（※1）有病率は高い水準にあり、地域間や社会経済的な要因等による健康格差の縮小に向け、エビデンスに基づく効果的な取組を推進する必要がある旨等の提言がまとめられています。

一方、青森県では「青森県歯と口の健康づくり8020（※2）健康社会推進条例」（平成26年7月制定）において、各ライフステージにおける歯と口の機能の状態及び歯科疾患の特性に応じ、適切かつ効果的に歯と口の健康づくりを推進するとしています。

五所川原市では、市民の健康状態から健康課題を明らかにし、一次予防を重視した健康増進計画「健康ごしょがわら21」を平成21年1月に策定し取り組みを推進してきました。これまでの取り組みの評価と新たな健康課題などを踏まえ、乳幼児期からの生活習慣改善による一次予防を重点とした「第2次健康ごしょがわら21」を策定した中で、「歯・口腔の健康」を課題としてう蝕予防と歯周病予防などに取り組んできました。平成27年3月には「五所川原市歯科口腔保健の推進に関する条例」を制定し、歯と口腔のより一層の健康づくり推進に向けて基本理念を定めました。その実現に向けて、具体的な取り組みや、関係機関との連携による歯科口腔保健の推進を、更に充実させることが必要な状況となっています。

そこで、当市では保健・医療・福祉などの関係機関や地域の関係機関等と連携を図り、乳幼児期から高齢期にわたる全てのライフステージにおいて、歯科口腔保健対策を総合的かつ計画的に推進するため五所川原市歯科口腔保健計画を策定しました。

## 2 基本的な考え方

高齢化が急速に進む中、健康寿命の延伸を図るため生涯を通じた歯と口腔の健康状態を保つことが必要であり、また、う蝕は単一因子による疾患ではなく、食習慣や生活習慣、家庭環境等の社会的要因や、個人のリスク要因等が複合的に重積して生じるとされています。これらにより、口腔の健康の増進に関し、健康格差も生じるとされることから、う蝕の発症予防と重症化予防の取組を推進していきます。

### （1）発症予防

歯科疾患の発症予防は、う蝕予防のための適切な対策と、歯周病予防による生活習慣病等全身の健康の維持が大切です。これらの予防を通じて、生涯にわたり歯や口腔の健康を保つためには、個人が自身の歯や口腔の状況を的確に把握することが重要です。

### （2）重症化予防

歯や口腔の健康における重症化予防は、歯周病とう蝕の早期発見により、その重症化を防ぎ、う蝕を原因とした抜歯等による歯の喪失予防と口腔機能の維持及び向上を図ることが重要です。

歯の喪失は、健全な摂食や構音などの生活機能に影響を与えますが、喪失を予防するためには、より早い年代から、必要な対策による介入を始める必要があります。

口腔機能について、代表的な咀嚼機能は、歯の状態のみならず舌の動き等、複数の要因が関係するため、乳幼児期、学童期からの取組みの推進も必要です。

### 3 計画の期間

本計画は、令和元年度から10年度までの10年間です。五所川原市健康増進計画「第2次健康ごしよがわら21」における分野「歯・口腔の健康」と関連する歯科保健計画です。「第2次健康ごしよがわら21」の最終評価年度に合わせ、令和5年度に中間評価を行います。

### 4 計画の対象

本計画は、生涯を通じた行動計画であり、全てのライフステージに応じた健康増進の取り組みを推進するものであるため、全市民を対象とします。

## 第2章 ライフステージごとの現状と目標

### 1 乳幼児期

#### 【目標】

乳幼児期のう蝕のない人を増やす

#### 【これまでの取り組み】

- 1歳6か月児健康診査および3歳児健康診査
  - ・ 市管理栄養士による間食の摂り方についての個別栄養相談の実施
  - ・ 幼児歯科健診
  - ・ 歯科健診結果に応じた歯科医療機関への受診勧奨
- 1歳6か月児健康診査
  - ・ 市保健師による歯科健康教育の実施
  - ・ 歯科衛生士によるフッ化物歯面塗布（※3）
- 3歳児健康診査
  - ・ 親と子のよい歯のコンクールへの推薦
- 食育推進支援事業
  - ・ 市内の教育・保育施設において、幼児を対象とした、市管理栄養士及び食生活改善推進員による、おやつづくりと食育紙芝居の読み聞かせの実施
  - ・ 市内の教育・保育施設において、保護者を対象とした、市管理栄養士によるおやつの回数、種類に関する講話の実施

#### 【現状】

当市の「1歳6か月児、3歳児でう蝕がない者の割合の推移」（図1、図2）は、平成26年度から平成28年度の3年間、ほぼ横ばいとなっていますが、全国や青森県と比較すると、1歳6か月児では全国と比べ最大2.6%、県と比べ最大2.0%低い状況です。3歳児では全国と比べ最大21.9%、県と比べ最大11.4%低い状況にあり、当市の幼児は、う蝕がない者の割合が少ないことがわかります。幼児期のう蝕発生を抑えるため、平成30年度から1歳6か月児健診で実施している、フッ化物歯面塗布実施率は97.2%でした。

図1 1歳6か月児でう蝕がない者の割合の推移

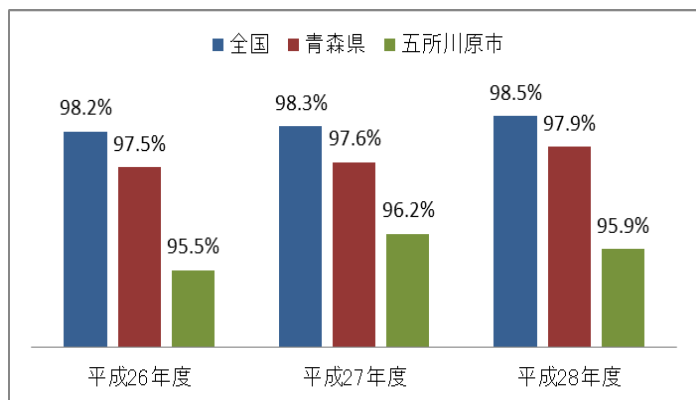


図2 3歳児でう蝕がない者の割合の推移

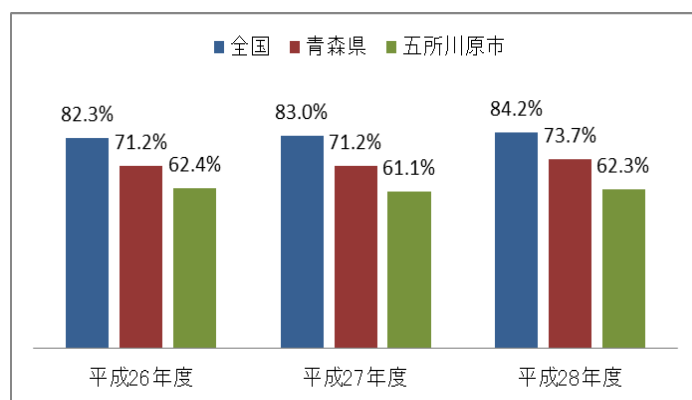


表1：1歳6か月児健診でフッ化物歯面塗布を実施した者の割合

	対象児（人）	実施数（人）	実施率（％）
平成30年度	322	313	97.2%

※平成30年度から実施したものであるため、単年データのみ。

<図1、2：青森県／表1：市健康推進課>

このほか、平成30年度幼児間食摂取状況等調査において、「甘味食品を1日3回以上飲食する習慣がある」という者の割合は、1歳6か月児15.8％、3歳児27.7％であり、県現状値の1歳6か月児14.8％、3歳児20.5％を上回っています。また、「間食を与える時間を決めている」という者の割合は、1歳6か月児67.1％、3歳児51.7％であり、県現状値の1歳6か月児74.0％、3歳児69.0％と、どちらも県現状値を下回っています。この状況から、幼児では成長に伴い不規則な間食習慣になる割合が増えていると考えられます。

さらに、「フッ化物歯面塗布を受けたことがある」という者の割合は、1歳6か月児4.7％、3歳児47.4％であり、1歳6か月児の県現状値15.9％、3歳児の県現状値62.9％を下回っています。

#### 【分析・考察】

幼児健診における歯科健康診査の状況から、甘味食品の摂り方や、不規則な間食習慣という環境が「う蝕がない者の割合」を上げることが出来ない要因と考えられます。特に甘味食品の摂取については、間食の回数と時間が適当であるかも含め、食品の選択についても保護者の意識を高める働きかけが必要と考えます。幼児が、甘味食品や間食を自由に食べられる環境にある場合、規則的な間食習慣への改善が難しくなります。保護者が主体となり、間食を与える時間と回数を決め「食べたら磨く」の習慣を普及啓発することが重要であり、併せて発症予防の視点から、1歳6か月児健康診査時に、早期のフッ化物歯面塗布が有効であることを保護者が理解したうえで、定期的に複数回のフッ化物歯面塗布を受けるよう働きかけを続けることが必要です。

生涯にわたる歯や口の健康づくりの中でも、特に乳歯咬合の完成期である、3歳児におけるう蝕保有率の改善は、最も重視して取り組むべき課題となります。乳幼児期のう蝕予防には、日頃から歯の衛生状態を良好に保つ事が必要であり、保護者が乳幼児期から歯と口の健康づくりに関心を持ち、主体的に取り組むことが大切です。

#### 【課題】

- ・乳幼児期から、不規則な食習慣や生活習慣が生じると、口腔内環境を清潔に保つことが難しく、う蝕が発生しやすい環境となります。
- ・3歳児では、食べ物の嗜好により、甘味食品の摂取割合が1歳6か月児に比べて増加しており、比例して、う蝕保有の割合も上昇しています。
- ・乳幼児期の間食の量や与え方、口腔ケアに関する正しい知識を祖父母に対しても周知していく必要があります。
- ・乳幼児期は本人がケアできないため、保護者が主体となり、正しい知識でケアすることが大切です。

り、保護者への働きかけと意識づけが必要です。

【今後の対策】

取り組み	内容	担当課
1歳6か月児健康診査 および 3歳児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯科健診を実施し、必要に応じて、歯科医師または歯科衛生士、市保健師が受診勧奨をします。</li> <li>・ 歯科健診時、健診歯科医師が保護者に対し、的確な助言や指導ができる場を提供します。</li> <li>・ 健診当日の事後指導において、市保健師が歯と口腔に関する保健指導を実施します。</li> <li>・ 歯ブラシとパンフレットを提供し、むし歯の予防の普及啓発をします。</li> </ul>	健康推進課 (子育て世代包括支援センター)
1歳6か月児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯科衛生士によるフッ化物歯面塗布を実施します。</li> <li>・ 市保健師による、仕上げ磨きの方法等の内容を盛り込んだ歯科健康教育を実施します。</li> <li>・ 歯科問診票で「1日3回以上甘味食品を摂取している」児の保護者に対し、市管理栄養士が個別栄養相談を実施します。</li> </ul>	
3歳児健康診査	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯科健診でむし歯やその他の所見がない子とむし歯のない保護者に対し、県が主催する「親と子のよい歯のコンクール」へ推薦します。</li> <li>・ 歯科問診票で「1日3回以上甘味食品を摂取している」児で、歯科健診時にう蝕がある児の保護者に対し、市管理栄養士が個別栄養相談を実施します。</li> </ul>	
母子健康相談 (エンゼルひろば)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 間食摂取や歯磨き等に関する相談時、市保健師または市管理栄養士が保健指導を実施します。</li> </ul>	
食育推進支援事業	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 市管理栄養士が、市内の教育・保育施設の乳幼児とその保護者を対象にした子どもの食育講座を実施します。</li> </ul>	
情報発信	<p>【◎新規】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◎口腔ケアや歯磨きに関する情報をホームページ等に掲載します。</li> <li>◎子どもが受診可能な歯科医療機関を検索できるWebサイトの情報発信をします。</li> <li>◎定期的な歯科検診又は歯科医療を受けることが困難な者に対し、在宅歯科診療、口腔ケア指導等を行っている歯科医療機関を紹介する、「在宅歯科医療連携室（青森県歯科医師会）」について情報提供します。</li> </ul>	

【市民の行動目標】

- ・ 離乳完了後、食事をよく噛んで、飲み込むという基本的な習慣をつけます。



- ・乳幼児期から、適切な生活リズムによる食習慣や生活習慣を形成し、発達段階や口腔機能に合わせた食事ができるようにします。
- ・少なくとも寝る前には保護者による仕上げ磨きを習慣化します。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、3～4か月ごとに歯または口腔の状態の確認や、フッ化物歯面塗布などを行い歯の健康の保持増進を図ります。

## 2 学童期・思春期

### 【目標】

学童期・思春期のう蝕のない人を増やす

### 【これまでの取り組み】

○歯の健康診断室における普及啓発活動

- ・「歯と口の健康週間」に合わせ、北五歯科医師会主催の「歯の健康診断室」において、無料歯科健診、無料歯科相談、無料フッ素塗布等を行う
- ・西北五地区の小中学校むし歯予防図画ポスターコンクール入選作品展示を行う

○う蝕、歯周病予防の動機づけとして、ポスター制作や標語募集等に参加

- ・青森県教育委員会、青森県歯科医師会、東奥日報社主催の「青森県歯・口の健康児童と学校歯科保健優良校表彰」「歯科保健図画・ポスターならびに歯科保健啓発標語募集」への参加

### 【現状】

平成30年度う蝕被患率地区別比較（男女合計）（図3）は、当市を含む西北地域において、多くの年齢層で県平均を上回っています。

12歳児永久歯の一人当たり平均う歯数（図4）では、平成30年度の当市の12歳児永久歯の一人当たり平均う歯数は1.65本であり、平成29年度の全国より0.83本、県より0.4本多くなっています。また、全国や県の平均う歯数が2.0本を下回り、年々減少しているのに対し、市は平成28年度、29年度は2.00本を上回っていましたが平成30年度はわずかに減少しました。

図3 平成30年度う蝕被患率地区別比較（男女合計）

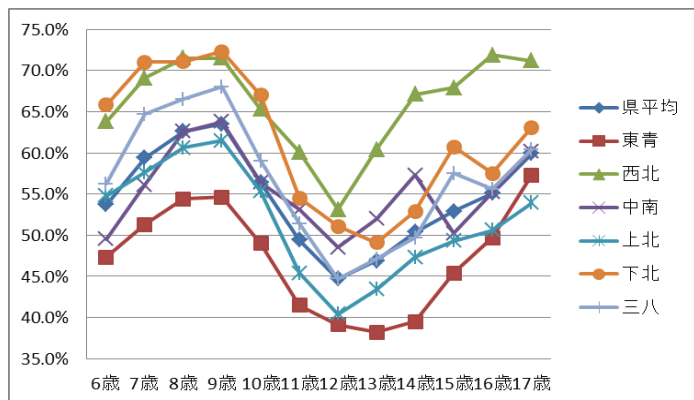
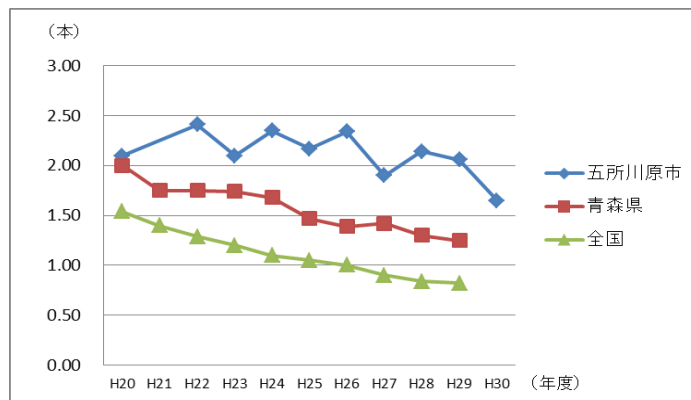


図4 12歳児永久歯の一人当たり平均う歯数



<図3：青森県教育庁スポーツ健康課／図4：五所川原市学校保健会>

## 【分析・考察】

年齢が上がるごとに、保護者による仕上げ磨きをする機会がなくなり、それに伴い、う歯被患率も上昇しているものと考えられます。自宅だけでなく、学校での歯磨き機会を設け、児童生徒が適切なブラッシングを実践できるような働きかけが重要です。

## 【課題】

- ・学校歯科健診後の受療状況、かかりつけ歯科医の有無等、個人の管理を確立する必要があります。
- ・学童期、思春期の歯科保健については未把握の部分が多いため、小中学校の養護教諭との情報共有により、課題を明確にし、具体的な今後の対策に結びつけることが必要です。
- ・幼児期に引き続き、甘味食品や間食摂取状況等を把握し、それらの結果を考慮した対策が必要です。
- ・永久歯の萌出時期であるため、口腔内の変化が大きい時期にあたり、それに伴い、むし歯や歯肉炎も増加します。10歳代での歯肉炎は成人期の歯周病にも影響を及ぼすため、歯肉炎に対する取り組みも必要です。
- ・成人期以降の口腔の健康に影響を及ぼす点から、学童期・思春期の歯科保健対策は重要ですが、学校卒業後は健康増進法による歯周疾患検診の対象となる40歳までは制度化されていないため、口腔の健康を維持・増進するための取り組みが必要です。

## 【今後の対策】

取り組み	内容	担当課
歯科健診	<ul style="list-style-type: none"> <li>・養護教諭等が主体となり、定期的な歯科健診の重要性について啓発します。</li> <li>・学校歯科健診の結果、受診が必要と診断された場合には、養護教諭等が受診勧奨を行います。</li> </ul>	各学校
健康教育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・養護教諭等が、むし歯や歯肉炎などの歯科疾患に関する知識について啓発します。</li> <li>・児童生徒が、学校でも昼食後に歯磨きを実施し、むし歯予防に取り組みます。</li> </ul>	各学校
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市保健師が小中学校へ出張授業において、喫煙と歯周病の関連性についての健康教育を実施します。</li> </ul>	健康推進課
普及啓発活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・児童生徒が、「歯科保健図画・ポスターならびに歯科保健啓発標語募集」へ継続して積極的に応募します。</li> </ul>	各学校
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・市は、むし歯予防として効果的なフッ素の使用を啓発し、家庭や学校での実施を推進します。</li> <li>・市は、「歯と口の健康週間」ならびに北五歯科医師会主催の「歯の健康診断室」について周知を図ります。</li> </ul>	健康推進課
情報発信	<p>【◎新規】</p> <p>◎定期的な歯科検診又は歯科医療を受けることが困難な者に対し、在宅歯科診療、口腔ケア指導等を行っている歯科医療機関を紹介する、</p>	健康推進課

	「在宅歯科医療連携室（青森県歯科医師会）」について情報提供します。	
--	-----------------------------------	--

**【市民の行動目標】**

- ・ 児童は適切な生活リズムによる食習慣や生活習慣を確立し、バランスのよい食事をよく噛んで食べる習慣を身につけます。
- ・ 自分自身で磨き残しのないブラッシングを行います。
- ・ 低学年のうちは、少なくとも寝る前の保護者による仕上げ磨きの習慣を継続します。
- ・ かかりつけ歯科医を持ち、3～4か月ごとに歯または口腔の状態の確認や、フッ化物歯面塗布などを行い歯の健康の保持増進を図ります。

**3 妊娠期**

**【目標】**

口腔トラブル予防のためのセルフケアができる

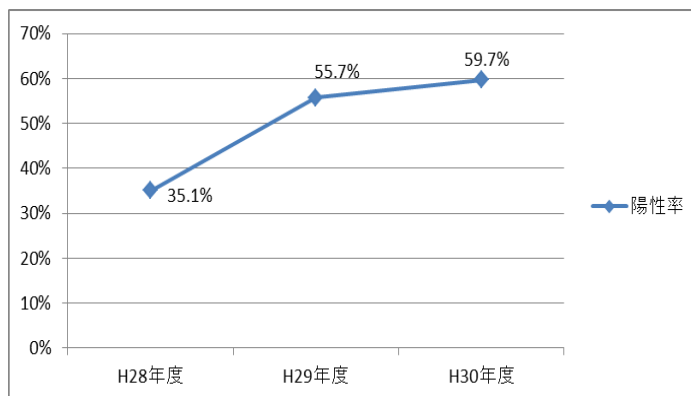
**【これまでの取り組み】**

- 妊娠届出時におけるペリオスクリーン（※4）の実施
- 妊婦面接時の保健指導
  - ・ 歯科定期健診の受診勧奨
  - ・ 歯周病予防に関するパンフレットを配布する
  - ・ 歯周病が早産のリスクの一因であることや、妊娠中の口腔セルフケアについて指導する

**【現状】**

「妊娠届出時におけるペリオスクリーン陽性率の推移」（図5）は、陽性率の増加傾向が続いています。妊娠中の流早産防止のほか、産後は児の歯と口の健康、また、家族の歯周病発症予防と重症化予防の動機づけとして事業の継続が必要です。

図5 妊娠届出時におけるペリオスクリーン陽性率の推移



<図5：市健康推進課>

### 【分析・考察】

- ・妊娠期においては、歯周病が早産や低出生体重児のリスクになるため、妊婦本人だけでなく、配偶者へも啓発することで、家族ぐるみでの歯周病予防が必要です。

### 【課題】

- ・妊娠中の定期的な歯科健診の受診状況を把握していないことから、妊婦の歯と口の健康状態の実態が把握できていない状況です。
- ・妊婦の歯科健診受診について情報把握と情報提供等の環境の整備が必要です。
- ・妊娠前からの歯周病予防等についての取り組みができていない状況です。

### 【今後の対策】

取り組み	内容	担当課
母子健康手帳の交付	<ul style="list-style-type: none"><li>・妊娠中の健康管理に関する読本「妊婦ノート」に、妊娠中の歯周病予防に関する内容を盛り込み、充実した指導内容を展開します。</li><li>・母子健康手帳交付時の面接の際にペリオスクリーンを実施し、判定結果を踏まえ、個別に応じた指導の充実を図ります。</li><li>・妊婦自身が歯のセルフケアを実践することができ、歯周病の予防や進行を未然に防ぐことができるよう働きかけます。</li></ul>	健康推進課 (子育て世代包括支援センター)
普及啓発活動	<p>【◎新規】</p> <p>◎妊娠前からの歯周病の予防や早期治療、セルフケアの重要性、歯周病が早産や低出生体重児のリスクになることを盛り込んだ内容のチラシ配布やポスター掲示、広告モニター等を活用した普及啓発活動を実施します。</p>	

### 【市民の行動目標】

- ・妊婦自身の体調が良いときに歯科健診を受診します。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、歯の健康の保持増進を図ります。
- ・妊娠期の口腔トラブル予防のため、セルフケアによる自己管理ができるようにします。

## 4 青年期・成人期・高齢期

### 【目標】

定期的に歯周病検診を受診する人を増やす

### 【これまでの取り組み】

#### ○歯周病検診の実施

- ・40歳、50歳、60歳、70歳の市民を対象とし、北五歯科医師会の歯科医療機関35箇所（うち、市内の歯科医療機関は22箇所）にて無料で実施

#### ○後期高齢者歯科健康診査の実施

- ・後期高齢者医療被保険者を対象に無料で実施

○歯の健康診断室における普及啓発活動

- ・「歯と口の健康週間」に合わせ、北五歯科医師会主催の「歯の健康診断室」において、無料歯科健診、無料歯科相談、無料フッ素塗布、ペリオスクリーン、生活歯援プログラム、口腔がん検診（症状のある方のみ）等を実施

○歯と口の健康に関する健康教育の実施

- ・介護予防教室（いきいき教室）において、外部講師（歯科衛生士）による健康教育等の開催
- ・「いきいき出前講座」として口腔機能向上のための歯と健康づくりの講話や口腔体操を実施
- ・五所川原市国民健康保険市浦歯科診療所による、地域住民を対象とした歯科健診をはじめ、歯や口に関する相談や保健指導、口腔機能の向上など、個人の状態に応じた指導の実施

【現状】

「歯周病検診受診率の推移」(図6)を見ると、受診率は年々伸びており、平成30年度には5.8%増え10.6%となっています。「歯周病検診受診結果内訳」(図7)では「要精検」の割合が半数以上を占め、「異常なし」は10%前後という結果でした。歯周病検診問診票の集計結果では、「かかりつけ歯科医の有無」(図8)について「あり」と答えた方は60%台でした。また、「過去1年間の歯科受診歴の割合」(図8)について、「過去1年以内の歯科健診受診あり」と答えた方は30%前後という結果でした。

「後期高齢者歯科健康診査受診率の推移」(図9)を見ると、受診率は4~5%台であり、青森県内では第2位となっています。「後期高齢者歯科健康診査受診結果内訳」(図10)では、有所見者(要治療、要指導)は8割以上という状況でした。

図6 歯周病検診受診率の推移

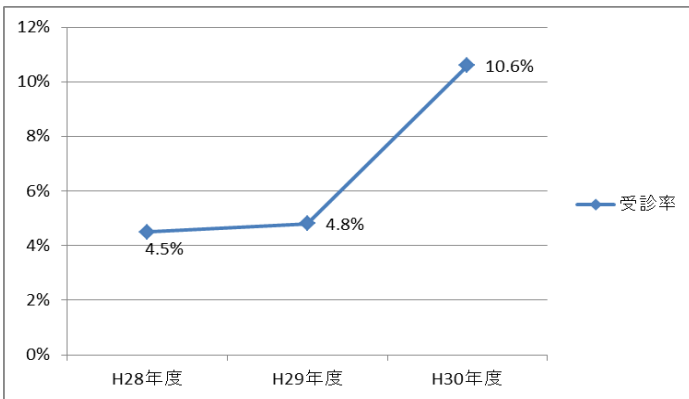


図7 歯周病検診受診結果内訳

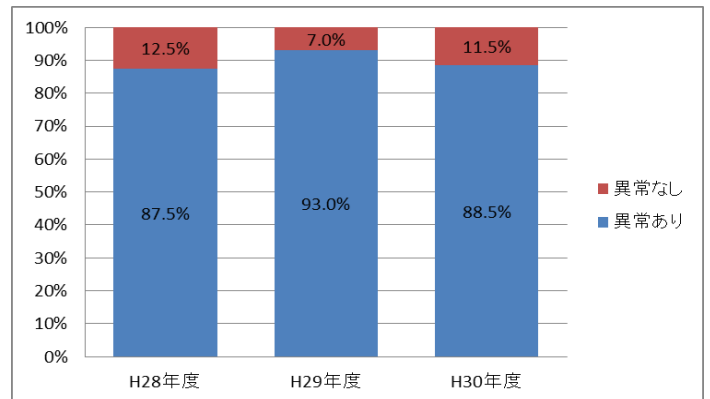


図8 かかりつけ医の有無と過去1年間の歯科受診歴の割合

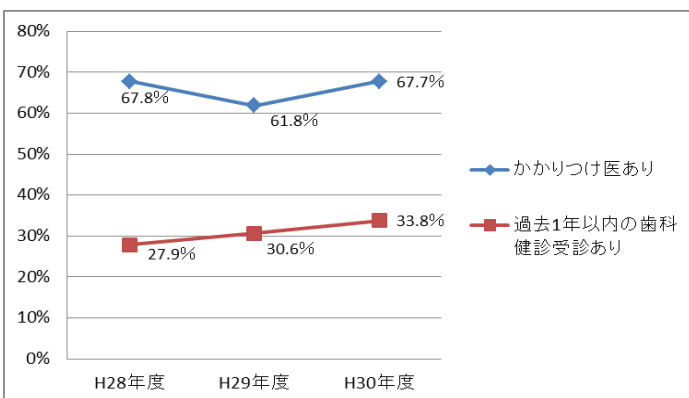


図9 後期高齢者歯科健康診査受診率の推移

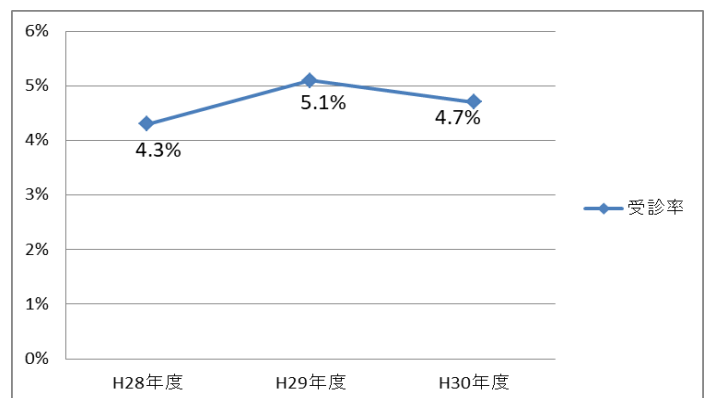
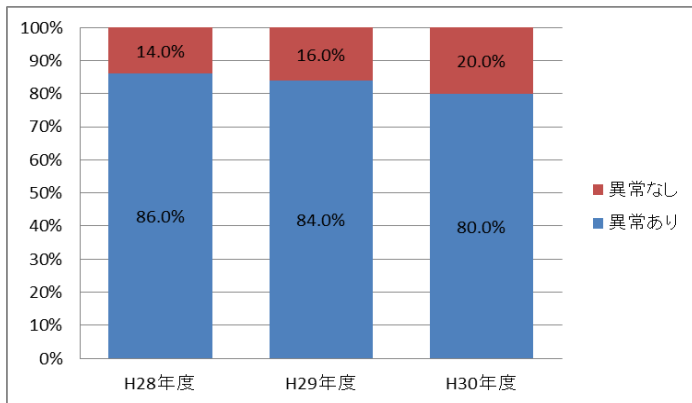


図 1 0 後期高齢者歯科健康診受診結果内訳



<図 6～8：市健康推進課／図 9～10：市国保年金課>

【分析・考察】

平成30年度から歯周病検診の周知方法を変更し、対象者全員に受診券を個別通知したことにより、受診率の増加に結びついたと考えられます。歯周病検診及び後期高齢者歯科健康診査においては、かかりつけ歯科医がいるにも関わらず、定期健診を受ける習慣がないため、有所見率が高くなっており、無症状であっても、定期的に健診を受診するという意識が低いと推測されます。有所見者の割合が高い状況にあるため、継続的な歯周病予防や早期治療が重要です。今後、歯周病を重症化させないため、歯科健診の周知と歯周病予防に対する健康教育等が必要と考えられます。

後期高齢者歯科健康診査受診結果の内訳から、「異常なし」の割合が2割以下であり、「異常なし」の者を底上げする対策を継続する必要があります。残存歯の健全な状態や機能を維持し、市民全体の歯科保健に対する意識を向上させることが、歯の本数を守ることに繋がると考えます。このことから、かかりつけ歯科医での定期受診や、歯と口腔の健康の保持増進について、自らが意思決定をし、積極的に歯の健康づくりへの取り組みを実施することが必要と考えます。

【課題】

- ・歯周病検診と後期高齢者歯科健康診査受診率の維持、向上に取り組むことが必要です。
- ・未処置歯が多く、セルフケアに対する保健指導と、適切な受診指導の機会が少ない状況にあります。
- ・かかりつけ歯科医での定期健診で、歯と口腔の状態を把握するという意識が低いと推測されます。

【今後の対策】

取り組み	内容	担当課
歯周病検診	<ul style="list-style-type: none"> <li>・40歳、50歳、60歳、70歳の市民への歯周病検診を実施します。</li> <li>・歯周病検診の受診結果通知の際に、歯周病予防に関する内容を盛り込み、普及啓発を行います。</li> <li>・受診率の向上のため、市広報や市ホームページ、FMごしょがわら等を利用した周知の強化のため、積極的に情報発信をします。</li> </ul> <p>【◎新規】</p> <p>◎検診の結果通知書を利用し、継続したセルフケアの重要性について</p>	健康推進課

	の内容を盛り込んだ記事を掲載します。	
成人歯科 健康教育	<ul style="list-style-type: none"> <li>・禁煙や糖尿病に関する健康教育を実施する際に、生活習慣病と歯周病の関連についての普及啓発を図ります。</li> <li>・糖尿病性腎症重症化予防プログラムなど、生活習慣病予防対策において、市保健師または市管理栄養士が、歯科保健の観点も踏まえた保健指導を実施します。</li> <li>・北五歯科医師会と連携し、適宜助言を受けながら保健事業を展開します。</li> </ul>	
後期高齢者歯科 健康診査	<ul style="list-style-type: none"> <li>・後期高齢者歯科健康診査を継続します。</li> <li>・後期高齢者への受診勧奨や、ブラッシング指導、定期受診とメンテナンスの必要性についての啓発を行います。</li> </ul>	国保年金課
いきいき出前講座 介護予防教室	・市保健師および歯科衛生士が、介護認定を受けていない65歳以上の市民を対象に実施する健康教育等を継続します。	介護福祉課 (地域包括支援センター)
情報発信	<p>【◎新規】</p> <p>◎外来での歯科治療が困難な方からの相談や、在宅歯科診療、口腔ケア指導等を行っている歯科医療機関を紹介する、「在宅歯科医療連携室（青森県歯科医師会）」について情報提供します。</p>	健康推進課

#### 【市民の行動目標】

- ・かかりつけ歯科医を持ち、3～4か月ごとに歯または口腔の状態の確認や、フッ化物歯面塗布などを行い歯の健康の保持増進や予防を図ります。
- ・う蝕や歯周病を早期発見し、早期に治療します。
- ・歯間部清掃を含む、磨き残しのないブラッシングを行います。
- ・歯周病と全身疾患との関連性について理解することができるようになります。
- ・歯周病と生活習慣病予防のため、1口あたり30回噛む習慣をつけます。

## 5 全ライフステージ共通（災害時）

### 【目標】

災害規模や被災状況に応じた歯科口腔保健活動を展開する

### 【これまでの取り組み】

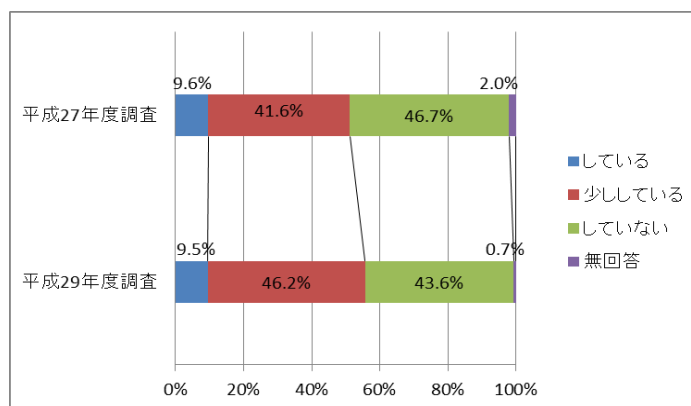
○これまでの取り組みはないが、五所川原市地域防災計画がある

### 【現状】

非常時や災害発生時、避難所及び市民生活の中で、衛生用品、口腔ケア用品を用意する等、非常時を想定した活動内容、準備用品の確認等が明確になっておらず、個人の管理が中心となっています。

平成29年度五所川原市に関するアンケート調査結果(図11)によると、防災対策を「している」と回答した者は9.5%、「少ししている」と回答した者46.2%、合わせて55.7%が何らかの防災対策をしていると回答していますが、4割強の方が災害時の対策や避難グッズの準備が行われていません。

図11 防災対策



<図11：市企画課（平成29年度五所川原市に関するアンケート調査より）>

【分析・考察】

経験したことのない非常時および災害発生時の対応について、災害の特徴と、ライフライン等の復旧状況に応じて、健康管理の観点から歯と口の健康について、活動を計画する必要があります。

【課題】

- ・災害対応として、誤嚥性肺炎（※5）による災害関連死についての普及啓発や救護活動の体制や対応について、平常時から周知していく必要があります。

【今後の対策】

取り組み	内容	担当課
普及啓発活動	<p>今後、担当部署間で協力し、以下の取り組みについて相談しながら実施していきます。</p> <p>【◎新規】</p> <p>◎災害時に避難所などで必要な口腔ケアについて、平常時から地域における普及啓発を行います。</p> <p>◎災害時、被災者への口腔ケア用品（歯ブラシ、マウスウォッシュ等）の配布や、口腔ケアに関する知識の普及を行います。</p> <p>◎高齢者に対する義歯の洗浄や補水指導を行います。</p> <p>◎災害時に備え、歯ブラシや口腔ケア用品を一人ひとりが備蓄することの大切さについて普及啓発します。</p> <p>◎掲示物やパンフレットなどを通じて被災者が適切な生活習慣を取り戻せるように啓発活動を行います。</p>	<p>・総務課 (防災管理室)</p> <p>・健康推進課 (災害時においては)</p>



<p>歯科支援活動</p>	<p>今後、担当部署間で協力し、以下の取り組みについて相談しながら実施していきます。</p> <p><b>【◎新規】</b></p> <p>◎発災後の時間的経過に応じ、避難所等の情報収集を行い、その時に必要な対応をとります。</p> <p>◎栄養摂取困難者に対し、市管理栄養士と連携して対応します。</p> <p>◎支援物資には菓子パンやお菓子など、嚥下しづらく糖分が高いものが多いため、間食指導や歯磨き指導を行い生活習慣の平常化を目指します。</p> <p>◎災害時の口腔ケアに迅速に対応できるよう、青森県歯科医師会や北五歯科医師会と連携を図ります。</p> <p>◎歯科保健医療関係者と連携し、避難所の巡回、仮設住宅の巡回、災害後数年間の歯科支援活動などを行います。</p>	<p>健康班)</p>
---------------	---	-------------

**【市民の行動目標】**

- ・非常時及び災害時に備え、歯ブラシや口腔ケア用品を非常用物品として準備します。
- ・非常時及び災害時には、ライフラインの復旧の状況に応じ、歯と口腔の衛生管理を含めた健康管理により、誤嚥性肺炎などの疾病予防に取り組みます。

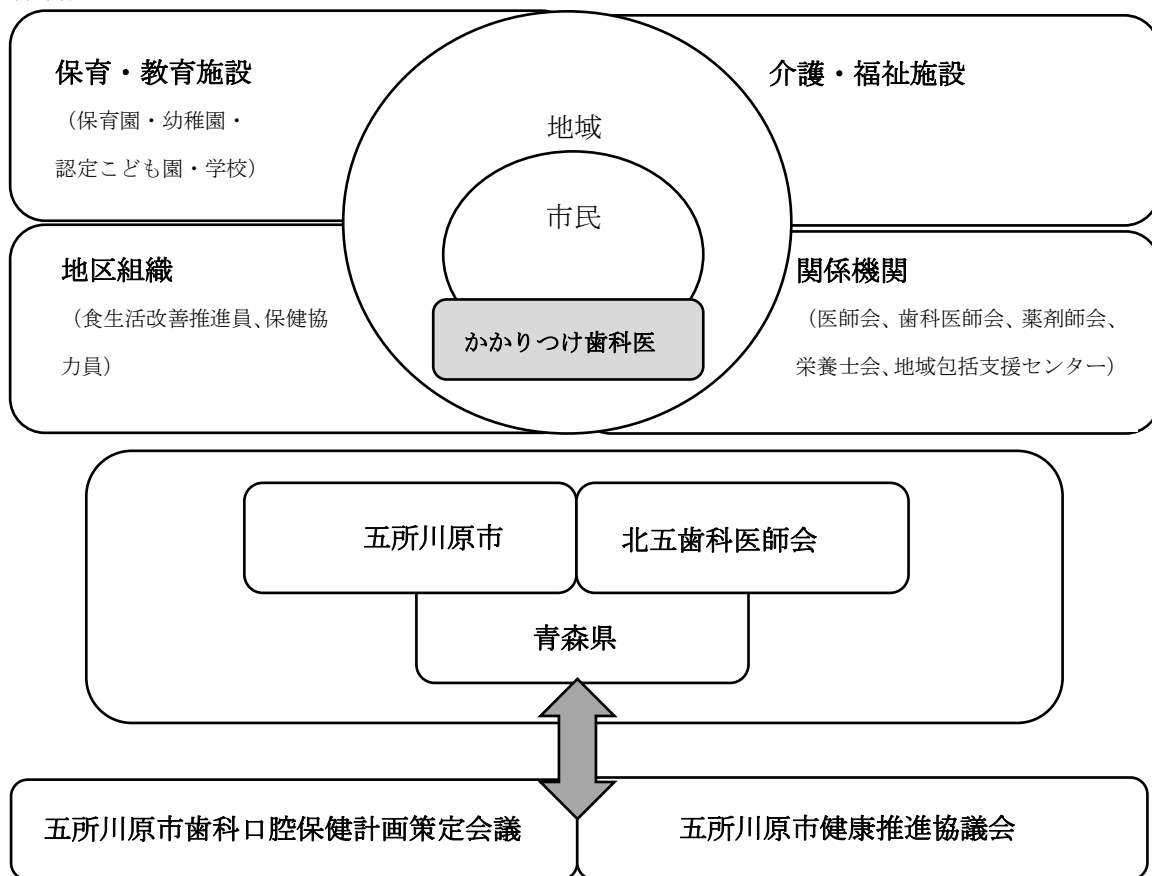
### 第3章 計画推進に向けて

当市では、「五所川原市健康推進協議会」において、市民全体の健康増進を図るための総合的な健康づくりの方針とその事業について協議しています。歯科口腔保健計画推進のため、「五所川原市歯科口腔保健計画策定会議」を同協議会で組織し、計画の策定に関して、必要な調査や検討作業を行うため、市職員で構成するワーキンググループを組織しました。

今後も、歯科保健における課題や活動の取り組み等が実態に見合ったものになっているか検討・協議を行い、本計画の進捗管理と推進を図ります。

当市の市民全員が、自らの歯や口腔の健康を維持する行動を実践し、行動目標を達成できるよう、行政だけでなく歯科保健関係者や諸関係機関をはじめ、地域の様々な団体とも連携を図りながら本計画を推進していきます。

計画推進体制図



## 第4章 評価

本計画の評価については、「五所川原市歯科口腔保健計画策定会議（庁内ワーキンググループ）」において進捗管理を行うとともに、最終年度までに評価指標が目標を達成できるよう事業を展開していきます。

歯科口腔保健計画の評価指標

目標項目	市の現状	中間目標	最終目標	資料
	平成30年度	令和5年度	令和10年度	
3歳でう蝕がない者の割合の増加	71.6%	90.0%	増加傾向に	市3歳児健康診査
12歳児の1人平均う歯数の減少	1.7歯	1.0歯未満	減少傾向に	市学校保健会活動資料
歯科検診を受診した者の割合の増加	10.6%	20.0%	増加傾向に	市歯周病検診

## 巻末資料

### 1 計画策定までの流れ

年	月 日	会議等	協議内容
令和元年	7月25日	第1回ワーキンググループの開催	・今後のスケジュールについて ・意見交換
	8月20日	第2回ワーキンググループの開催	・意見交換
	10月 2日	五所川原市健康推進協議会	・素案と概要版の提示
令和2年	12月16日 ～1月24日	パブリックコメントの実施	
	3月	計画の公表 計画を市役所・各総合支所行政資料スペースへ備えつける 市ホームページへの掲載 五所川原市健康推進協議会の委員へ計画書及び概要版の送付	

### 2 資料について

第2次健康ごしよがわ ら21	「健康日本21」の取り組みを法的に位置づけた健康増進法に基づき、五所川原市の特徴や市民の健康状態をもとに健康課題を明らかにした上で、生活習慣改善の一次予防を重点とした健康増進計画。
青森県市町村別う歯有病状況調査	青森県歯科医師会の調査で、全国ならびに県内全市町村の1歳6か月児及び3歳児のう歯有病状況等について記載されている。

### 3 用語について

※1 う蝕（うしょく）、う歯（うし）	・歯の組織の表面が細菌の酸によって破壊されることによって起こる歯の疾患のこと。一般的にはむし歯と呼び、う蝕された歯のことをう歯と呼ぶ。
※2 8020（ハチマル・ニイマル）	・「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」という運動。20本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足できるといわれている。
※3 フッ化物歯面塗布	・歯の表面の歯質を強くし、むし歯になりかかった歯の再石灰化（修復する働き）を促進したり、歯垢の生成を抑えるもの。
※4 ペリオスクリーン	・唾液または口に水を含んで吐き出したものを検体とし、試験紙を浸して潜血反応を検出するもの。5分程で結果が得られ、簡便に歯周病のスクリーニングができる。
※5 誤嚥性肺炎	・食べ物や唾液が誤って気管支に入ってしまったて起こる肺炎のこと。歯周病を放置すると口腔内の細菌が肺炎を引き起こすリスクが高まる。

#### 4 五所川原市歯科口腔保健計画策定会議設置要綱

##### (設置)

第1条 歯科口腔保健の推進に関する法律（平成23年法律第95号）および五所川原市歯科口腔保健の推進に関する条例に基づき、歯科口腔保健対策を総合的かつ円滑に推進するため、五所川原市歯科口腔保健計画策定会議（以下「策定会議」という。）を置く。

##### (所掌事項)

第2条 策定会議は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 五所川原市歯科口腔保健計画の策定に関する方針の決定
- (2) 五所川原市歯科口腔保健計画の改訂案の策定
- (3) その他五所川原市歯科口腔保健計画の策定に関し必要な事項

##### (策定会議)

第3条 策定会議は、五所川原市附属機関に関する条例第9条の規定に基づき組織される、五所川原市健康推進協議会によって組織する。

##### (ワーキンググループ)

第4条 第2条に掲げる事項を円滑に進めるため、ワーキンググループを置き、策定会議に必要な資料等の調査検討作業を行う。

2 ワーキンググループの構成員は、前項の作業に関係する各課（室）の長等の推薦者をもって充てる。

##### (庶務)

第5条 策定会議、ワーキンググループの庶務は健康推進課において処理する。

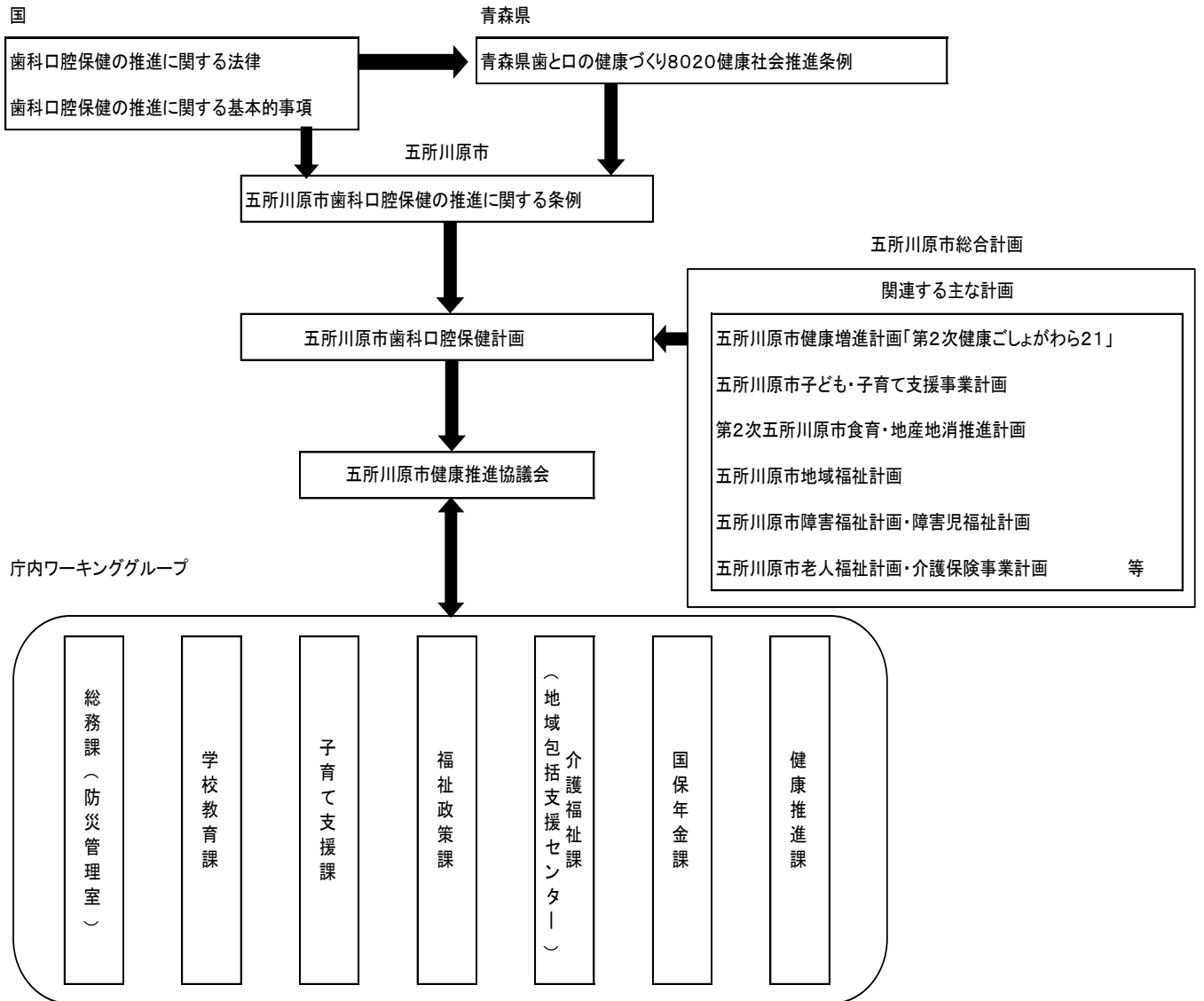
##### (その他)

第6条 この要綱に定めるもののほか、策定会議の運営に関し必要な事項は、会議に諮って定めるものとする。

##### 附則

この要綱は令和元年7月4日から施行する。

別表1（第3条、第4条関係）



**五所川原市歯科口腔保健計画**

発行年月 令和2年3月

編集・発行 五所川原市民生部健康推進課

〒037-8686 青森県五所川原市字布屋町 41 番地 1

電話:0173-35-2111(代表) FAX:0173-35-2130

<http://www.city.goshogawara.lg.jp/>