

<概要版>

五所川原市歯科口腔保健計画

令和元年度～令和10年度（10か年計画）

基本理念：生涯を通じた歯と口腔の健康状態を保つために

- 1 日常生活において歯科疾患の予防に向けた取り組み
- 2 乳幼児期から高齢期まで、その時期の特性に応じた取り組み
- 3 歯科口腔保健を推進するため、関連施策の有機的な連携と関係者の協力による推進



五所川原市

乳幼児期から高齢期までのすべてのライフステージへの切れ目ない支援

乳幼児期：【目標】う蝕^(※1)のない人を増やす

【現状】 市で実施している乳幼児健診でう蝕がない者の割合の推移

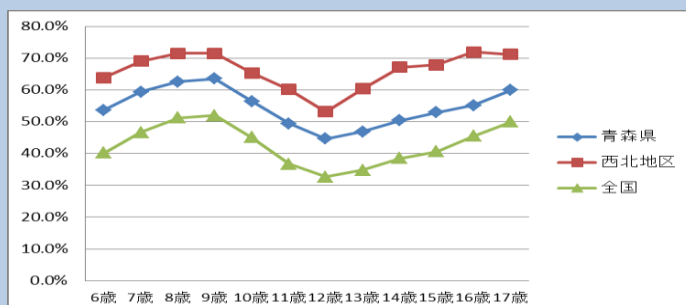
	H28年度	H29年度	H30年度
1歳6か月児健診	95.5%	96.2%	95.9%
3歳児健診	62.4%	61.1%	62.3%

当市の1歳6か月児と3歳児でう蝕のない者の割合はほぼ横ばいですが、全国や県と比較すると低い状況です。

【対策】 ○保護者による、寝る前の仕上げ磨きを習慣化する
○かかりつけ歯科医をもち、歯や口腔の状態の確認やフッ化物^(※2) 歯面塗布を行う

学童期・思春期：【目標】う蝕のない人を増やす

【現状】 平成30年度う蝕被患率地区別比較（男女合計）

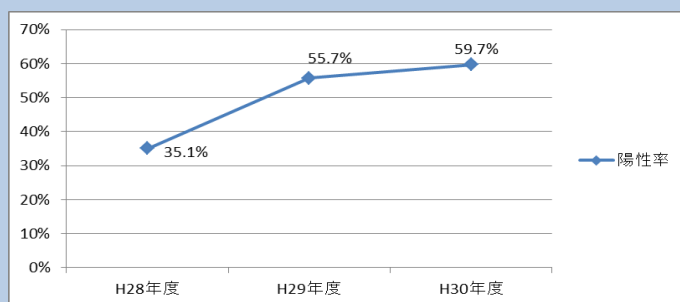


当市を含む西北地域においては、全年齢層で全国平均や県平均を上回っています。

【対策】 ○低学年は、保護者による寝る前の仕上げ磨きを習慣化する

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

【現状】 妊娠届出時におけるペリオスクリーン^(※3) 陽性率の推移



妊婦のペリオスクリーン陽性率は増加傾向にあります。

【対策】 ○妊娠中、受診が可能な状態であれば3～4か月ごとに歯科検診を受診する
○歯周病が早産や低出生体重児のリスクになることについて、普及啓発を図る

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

【現状】 市で実施している歯周病検診と後期高齢者歯科健康診査の受診率の推移

	H28年度	H29年度	H30年度
歯周病検診	4.5%	4.8%	10.6%
後期高齢者歯科健康診査	4.3%	5.1%	4.7%

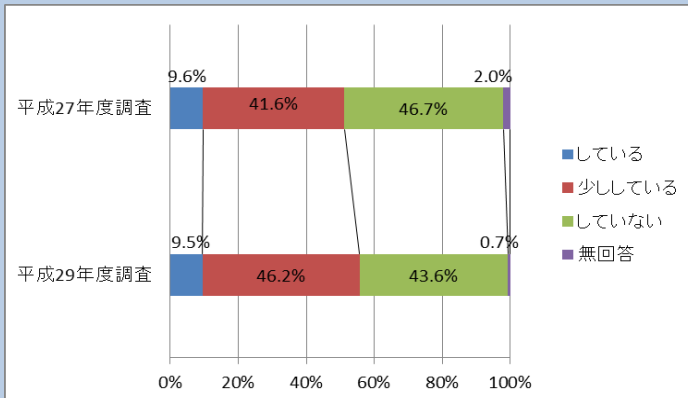
歯周病検診の受診率は増加しています。後期高齢者歯科健康診査は県内で2番目に高い受診率です。

【対策】 ○う蝕や歯周病を早期発見し、早期に治療する

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

【現状】 平成 29 年度防災対策についてのアンケート結果



43.6%の市民が、災害時の対策や避難グッズの準備等をしていないという結果でした。

【対策】 ○非常時、災害時に備え、口腔ケア用品の配布や口腔ケアに関する知識の普及を行う

○非常時、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^(※4)などの疾病予防に取り組む

市民の皆様をお願いしたいこと

生涯にわたって歯や口の健康を保つことは、歯周病などの予防だけではなく、食べることや話すことなどの生きがいにもつながります。

- 1 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ましょう。
- 2 毎日の歯磨きを継続し、磨き残しのないブラッシングをしましょう。
- 3 災害時、非常時に備え、歯ブラシや口腔ケア用品（マウスウォッシュ等）も非常用物品として準備しておくようにしましょう。

※1 う蝕、う歯とは？

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 フッ化物とは？

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、歯垢の生成を抑えるもの。

※3 ペリオスクリーンとは？

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もの。



※4 誤嚥性肺炎とは？

食べ物や唾液が誤って気管支に入ってしまったことによる肺炎のこと。歯周病を放置すると口腔内の細菌によって肺炎を引き起こすリスクが高まる。

歯周病と生活習慣病には密接な関連があります

【糖尿病】

糖尿病になると、歯周病を悪化させます。また、歯周病は糖尿病の合併症のひとつといわれています。

【狭心症や心筋梗塞】

動脈硬化のある血管に歯周病菌が付着することで、動脈硬化が悪化し、狭心症や心筋梗塞を引き起こすことがあります。

【妊娠】

妊娠中はホルモンバランスが大きく変化し、歯周病を起こしやすくなります。それによって、早産や低出生体重児の出産などのリスクがあります。



【喫煙】

たばこに含まれるニコチンなどの有害物質が歯肉に影響を与えます。

【誤嚥性肺炎】

寝たきりの高齢者や、免疫力が低下している人は、歯周病菌が気管から肺へ流れ込んで起こることがあります。災害関連死とも密接な関係があります。

【骨粗しょう症】

骨粗しょう症が進行すると、歯の組織がもろくなり、歯周病にかかりやすくなります。特に閉経後の女性は注意が必要です。

＜概要版＞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/>