



第2次

佐渡市歯科保健計画



おいしく食べて あふれる笑顔
噛めば噛むほど ^{けんこう} 健口家族

 佐渡市

はじめに

健やかでいきいきと自分らしい人生を送ることは全ての人の願いであり、笑顔と活力あふれる豊かな社会の基礎となります。

さらに歯や口の健康を保つことは、こころと体の健康を保つことにつながります。

佐渡市では平成22年度に「佐渡市歯科保健計画」を策定し、『お口をケアすることはいのちをケアすること、自分の歯で美味しく食べて長生き元気』を合言葉に、生涯を通じた歯や口の健康づくりを推進してきました。この間に、計画実践の市民グループ活動による意識づけや、歯科医師会の協力による成人歯科健診の導入など、関係機関と連携して歯や口の健康を守る環境づくりに取り組んできました。しかし、このたびの計画見直しで、歯や口の健康に対する意識の格差が広がり、「食べたら磨く」「歯科健診を受ける」などの歯や口を守る行動が習慣化されていないことがわかりました。

「第2次佐渡市歯科保健計画」では市民一人ひとりが主役となり、人と人との“絆”、地域や関係機関、様々な資源との“つながり”や“人づくり”を大切に市民協働による歯科保健を一層推進してまいります。

結びに、この計画の見直しにあたり貴重なご意見をいただいた関係者の皆様、市民の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成28年3月

佐渡市長 甲斐 元也

目 次

第1部 佐渡市が目指す健康づくり

1 健康づくりの考え方	1
2 歯科保健計画の基本方針	2
3 健康づくりを推進するしくみ	3
(1) 推進体制	3
(2) 計画の位置づけ	4
(3) 計画の期間	4

第2部 第2次佐渡市歯科保健計画

1 歯科保健計画の目的・基本的考え方	5
2 基本方針別取組み	7
1) 育ち盛り世代	7
(1) 現状と課題	8
(2) 重点取組	12
(3) 現在の取り組み状況	13
2) 働き盛り世代	14
(1) 現状と課題	15
(2) 重点取組	17
(3) 現在の取り組み状況	17
3) 活躍盛り世代	18
(1) 現状と課題	19
(2) 重点取組	20
(3) 現在の取り組み状況	22
4) 介護を要する方・障がいがある方	23
(1) 現状と課題	24
(2) 重点取組	25
(3) 現在の取り組み状況	25
3 主な事業の目的・目標と評価指標	26

第3部 資料

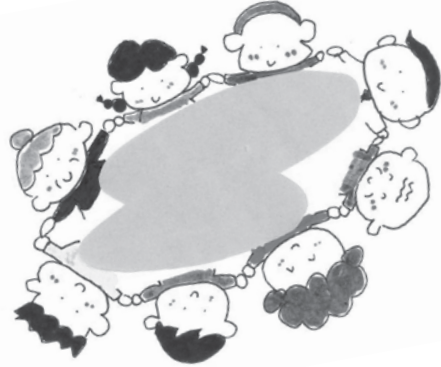
1 計画の進行管理と評価	27
2 計画の検討体制	29

第1部 佐渡市が目指す健康づくり

1 健康づくりの考え方

佐渡市では、病気を減らし元気を増やす健康づくりを推進し、「自分が元気に、家族や仲間が元気に、地域が元気に！」を合言葉に、元気の循環による活気あふれる地域づくりを目指しています。

年々多様化・複雑化する健康問題は、個人の努力だけでは解決できないことが多くなり、これからの10年間は一人ひとりの価値観や生き方を認め合いながら、人と人との“絆”、地域や関係機関の“つながり”と“協働”を強化し、地域ぐるみで健康づくりを推進することが大切になります。



元気を増やし病気を減らす「総合的健康づくり」

「健康」の定義を“病気などの心身のマイナス要因と元気というプラス要因が、その人らしく調和している状態”とします。

健やかな「こころ」と「からだ」をつくり、健康寿命の延伸と生涯現役を目指します。



「人づくり」と「つながり」を大切に する健康づくり

人が人を元気にし、地域を元気にします。一人ひとりを認め合い、思いやりをもって、力を出し合う関係をつくります。

そして、地域のつながりを大切にした健康づくりを進めます。

主役は市民、みんなで力を 出し合い健康づくり

健康づくりの目標を共有し、市民や関係機関・行政の連携のもとに、市民協働の健康づくりを進めます。

2 歯科保健計画の基本方針

歯科保健計画は、「健幸さど21」計画で進める健康づくりの目標を達成するために、歯や口の健康を入り口にした計画です。ライフステージ別・状態別に取り組んでいくことを整理しました。

～ みんなで目指すお口の健康づくり ～

キャッチコピー

おいしく食べて あふれる笑顔 噛めば噛むほど けんこう 健口家族

[基本方針]

育ち盛り世代（おおむね 0～18歳） 歯や口を大切にした生活習慣の確立
働き盛り世代（おおむね 19～64歳） 歯や口を自分で守る生活習慣の実践
活躍盛り世代（65歳以上） おいしく食べるための生活習慣の継続
介護を要する方・障がいがある方 歯や口の適切なケアによる健康の維持・向上

歯や口の健康は、こころと体の健康を支える大きな柱であり、いきいきとした健やかな人生を送るために欠くことのできないものです。

自分の歯や口を大切にすることは、おいしく食べるためだけでなく、全身の病気も予防します。

また、その人らしい笑顔や豊かな表情をつくり、良好なコミュニケーションを育むことにもつながります。

佐渡市は少子高齢化が急速に進んでいます。歳をとっても、食事をおいしく楽しんで食べるために、子どもの頃からよく噛んで食べることや、歯や口の健康管理を習慣づけることが大切です。

家族、職場、地域の中で歯や口への意識を高めて、口腔内の健康管理を推進することで、子どもたちにも歯や口を大切にする意識が芽生え、適切な行動が取れるようになります。

佐渡市全体で歯や口を大切に、けんこう健口で豊かな人生が送れるように、みんなで力を合わせて健康づくりに取り組みます。

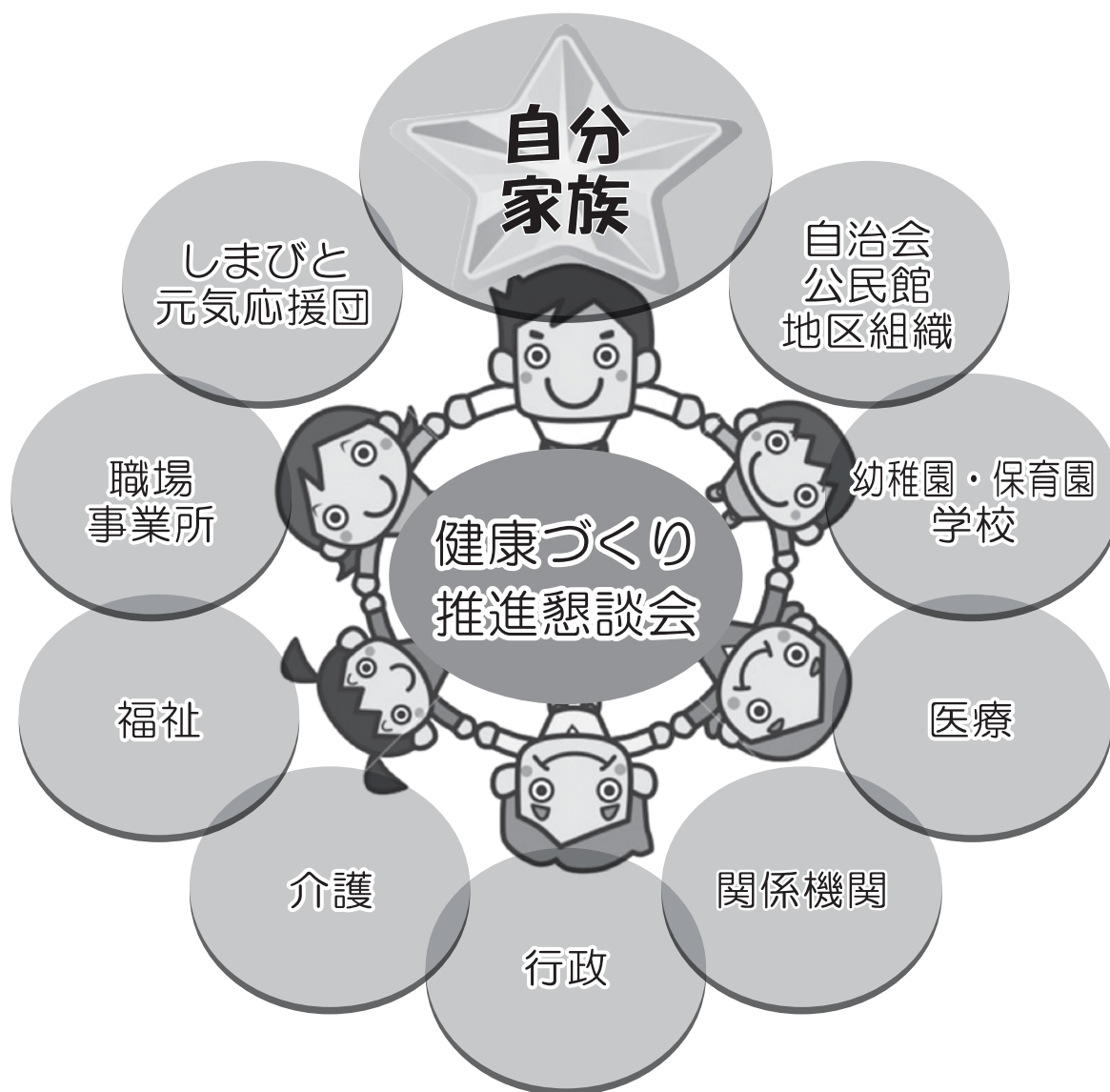
3 健康づくりを推進するしくみ

(1) 推進体制

佐渡市では、「佐渡市健康づくり推進懇談会」を設置して市民主体の健康づくりを推進しています。懇談会を中心として、市民、地域、関係機関、団体、行政が連携して、地域全体で「健幸さど21」第2次計画、第2次佐渡市歯科保健計画、第2次佐渡市食育推進計画の目標達成に努めます。さらに、歯科保健の推進に関しては、県が開催する歯科保健調査企画連携協議会とも連携していきます。

市民一人ひとりが力を出し合って、市民協働の健康づくりを推進します。

そして、自分の健康、家族や仲間の健康、地域の健康づくりに関心を持ち、“人づくり”と“つながり”を大切にした健康づくりを進めます。



(2) 計画の位置づけ

「健幸さど21」第2次計画		第2次 佐渡市歯科保健計画	第2次 佐渡市食育推進計画
世代別取組	育ち盛り世代	育ち盛り世代	健康につながる食生活
	働き盛り世代	働き盛り世代	地産地消と食の安全
	活躍盛り世代	活躍盛り世代	食文化の理解・継承・発展
市民協働・地域づくり	しまびと 元気応援団	障がい	食を通じたコミュニケーション・感謝の心の育成
	健康推進協議会	介 護	
	地域ぐるみの 健康づくり		

平成22年度に歯科保健を推進するために「佐渡市歯科保健計画」を策定しました。今回、「健幸さど21」計画、「佐渡市食育推進計画」の改訂にあたり、3計画共通の視点で一体的に健康づくりを推進します。

また、この計画は「佐渡市将来ビジョン」に基づき策定されています。「第6期佐渡市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」「次世代育成支援行動計画」などの各種計画とも関連性を有する計画です。

(3) 計画の期間

計画の期間は、平成28年度から平成37年度までの10年間とします。計画の推進にあたっては、計画の中間年に当たる平成32年度に中間評価をし、見直しを行うとともに、平成37年度に最終評価をします。

第2部 第2次佐渡市歯科保健計画

1 歯科保健計画の目的・基本的考え方

【育ち盛り世代】

歯や口を大切に
した生活習慣の
確立

大目標 親子でむし歯を予防する

中目標①

親子で歯みがき習慣をつける

- ・正しい歯みがき方法を身につける
- ・仕上げみがきの習慣をつける

中目標②

歯肉炎やむし歯になったら早めに受診する

- ・定期的に歯科健診を受ける
- ・必要に応じて歯科受診をする

中目標③

歯や口の健康の大切さがわかる

- ・自分の歯や口に関心を持つ
- ・歯を丈夫にする方法を学び実践する

中目標④

妊娠期から自分と子どもの歯や口の健康を意識する

- ・妊娠期の歯の健康が胎児に影響することを理解する
- ・妊娠をきっかけに生活習慣を見直す

【働き盛り世代】

歯や口を自分で
守る生活習慣の
実践

大目標 歯や口の健康を意識した生活を送る

中目標①

歯や口の健康が全身の健康につながることを知る

- ・歯や口の健康を守る意識を持つ
- ・歯や口の健康を守る生活習慣を実践する

中目標②

定期的に歯科健診を受ける

- ・健診の必要性を理解して受ける

【活躍盛り世代】

おいしく食べるための生活習慣の継続

大目標

いつまでもおいしく楽しく食べて健康を保つ

中目標①

歯や口の健康に関心を持ち続け、正しい歯みがきの仕方や入れ歯の手入れ方法を知り、実践する

- ・歯科相談や歯科健康教育に参加する
- ・成人歯科健診を受ける
- ・かかりつけ歯科医を持ち、適切な受診をする

中目標②

何でもおいしく食べられるように、噛む力、飲み込む力の低下を防ぐ

- ・よく噛む、よく話すなどお口の健康づくりに取り組む
- ・自分に合った入れ歯を使い、おいしく食べる

【介護を要する方、障がいをもつ方】

歯や口の適切なケアによる健康の維持・向上

大目標

歯や口の健康は全身の健康につながることを意識した生活を送る

中目標①

歯科治療や口腔ケアを受ける

- ・定期的に歯科健診や歯科治療を受ける
- ・適切な口腔ケアを実施する

中目標②

介護をする人が、適切な口腔ケアについての意識を高める

- ・介護者が、適切な口腔ケアを実施する

2 基本方針別取組

1) 育ち盛り世代

目指す姿（願い）

- ・規則正しい食習慣や歯みがき習慣など正しい生活習慣を身につけて、親子で実践できる
- ・歯や口の健康を守り自分の体を大事にすることで、いのちを大切にできる

基本方針

歯や口を大切にした生活習慣の確立



大目標

親子でむし歯を予防する



中目標

- 1 親子で歯みがき習慣をつける
- 2 歯肉炎やむし歯になったら早めに受診する
- 3 歯や口の健康の大切さがわかる
- 4 妊娠期から自分と子どもの歯や口の健康を意識する



重点取組

- 1 食べた後磨く歯みがき習慣を身につける
- 2 むし歯にならない食習慣を身につける

(1) 現状と課題

生涯を通じて健康であるためには、歯や口を大切にされた生活習慣が基本になります。

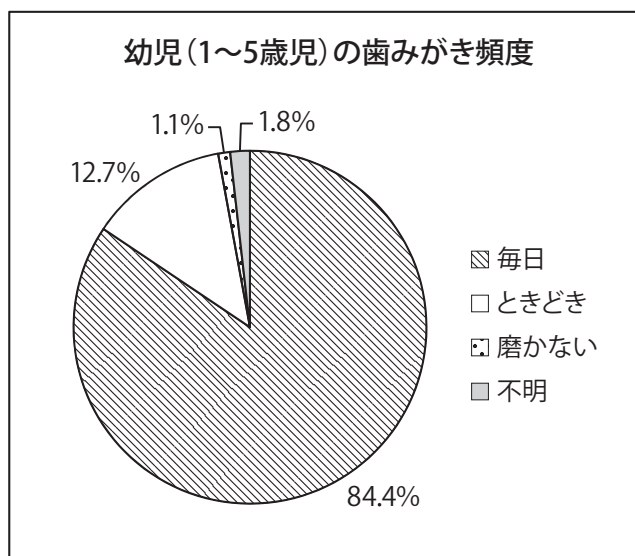
胎児期に基盤が形成される乳歯は、母親の食生活の影響を受け、さらに、むし歯が多い母親の児はむし歯が多くなると言われています。また、妊娠中はホルモンの変化でむし歯や歯肉炎になりやすく、それが原因で低体重児や早産のリスクが高まるとも言われています。パパとママのためのマタニティセミナーにおける妊婦の食事調査結果からは、偏食が多く栄養バランスが悪いなどの傾向がわかりました。市では、妊娠中の歯や口の健康を守るために妊婦歯科健診を実施していますが、「忙しい」などの理由で受診率が伸びない状況にあります。妊娠を機に食生活や歯や口の健康に関心を持つことが大切です。

保育園や幼稚園、小・中学校では歯みがきカードなどで歯みがきの状況を確認するとともに、親子での歯みがきの習慣化や仕上げみがきの意識づけを行っています。一人平均むし歯数・有病率*とも県平均より高く、むし歯が多い現状にあります。さらに、むし歯が無い者と多く持つ者の両極化や、歯科健診後の治療勧告による受診状況をみると、保護者の健康意識の格差が顕著となってきています。

むし歯予防のために推進しているフッ化物洗口は、平成26年度には保育園・幼稚園、小学校の全ての施設で実施となり、中学校においても92.3%の実施率を達成しましたが、実施者の割合は高学年になるほど低くなっています。

この世代は基本的な歯や口の生活習慣を身につける最も重要な時期であり、生涯にわたる歯の健康づくりの基礎を築くことができるよう働きかけます。

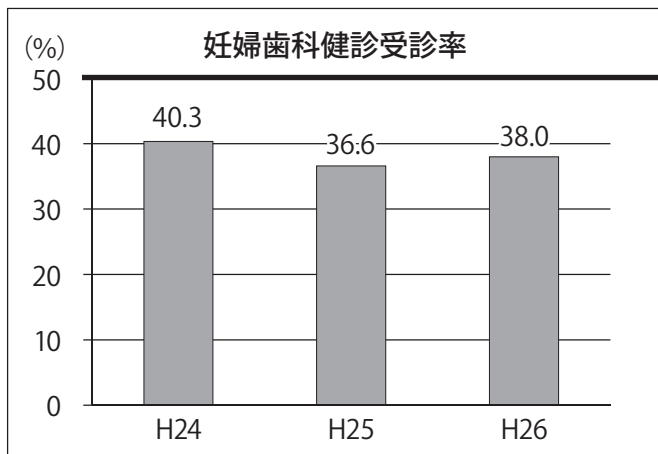
*むし歯有病率：むし歯にかかっている人の割合



【H25「歯の健康」に関するアンケート調査】

歯みがきを毎日している子は84.4%でした。幼児期に歯みがき習慣を身につけましょう。





目標値 50%

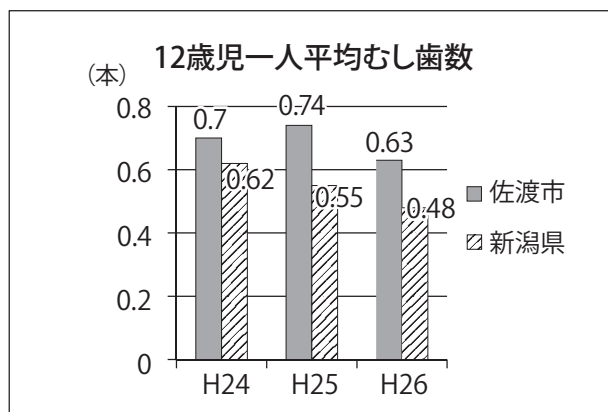
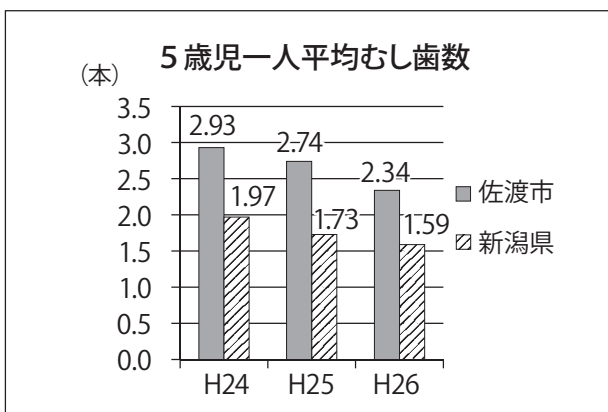
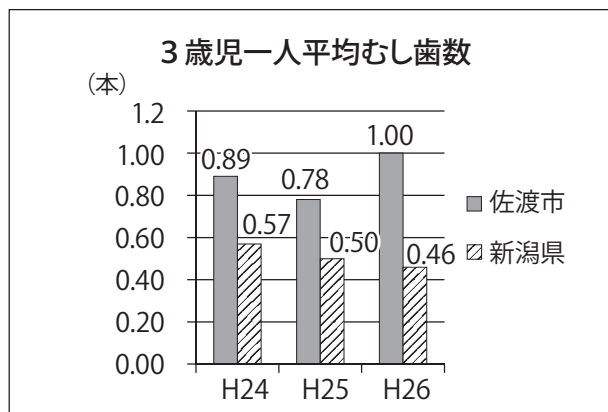
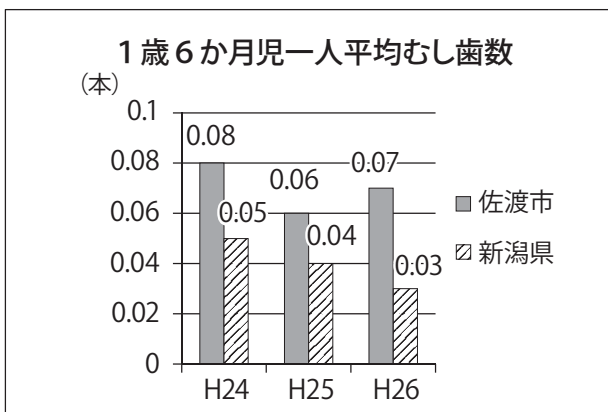
目標値に達していません。



【佐渡市妊婦歯科健診】

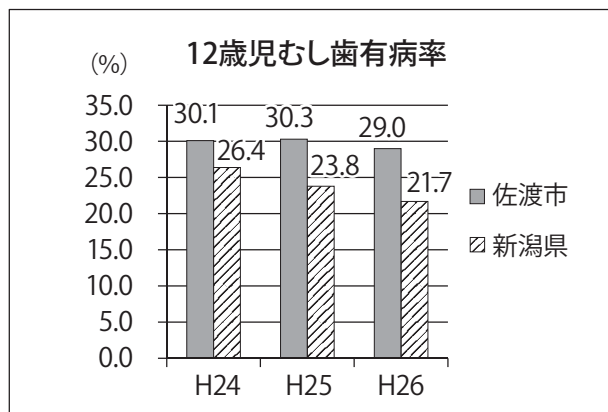
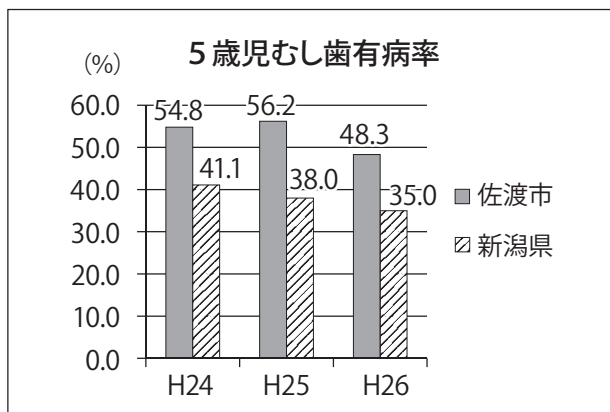
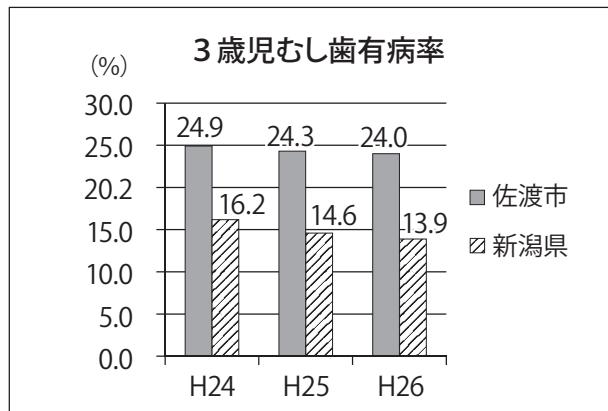
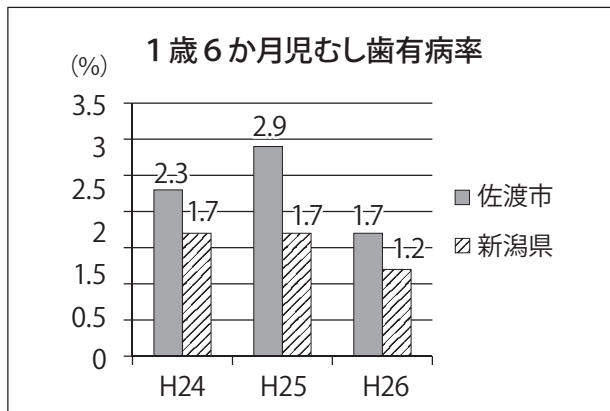
1歳6か月から3歳の間にむし歯のある子が急増しています。

3歳児のむし歯本数は県内ワースト1位です！

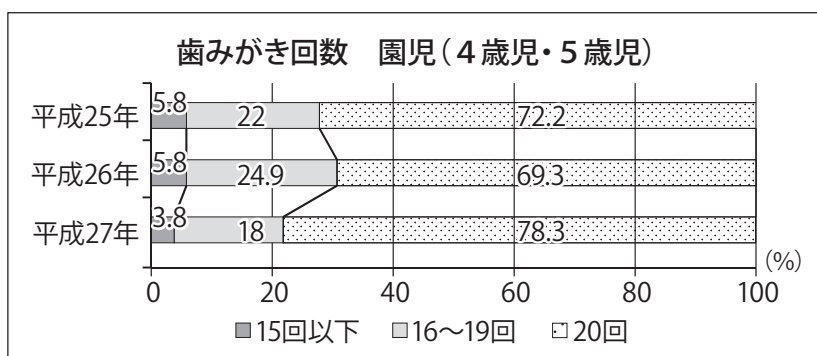


【小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策および乳幼児等歯科健康診査実施状況（新潟県）】

各年代とも県平均よりむし歯が多い状況です。



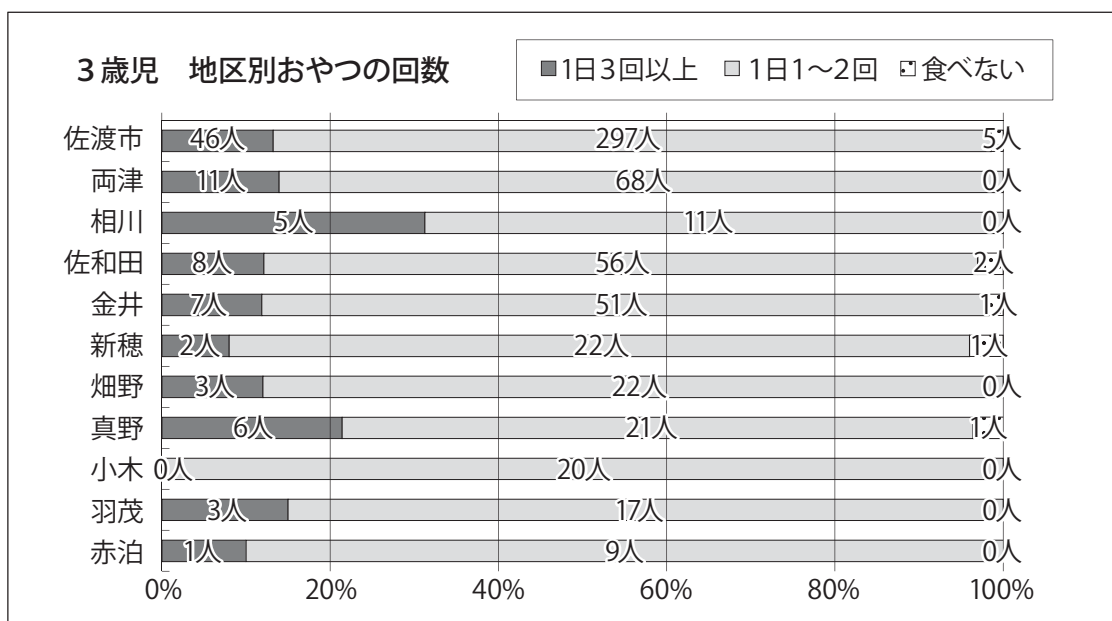
【小児の歯科疾患の現状と歯科保健対策および乳幼児等歯科健康診査実施状況（新潟県）】



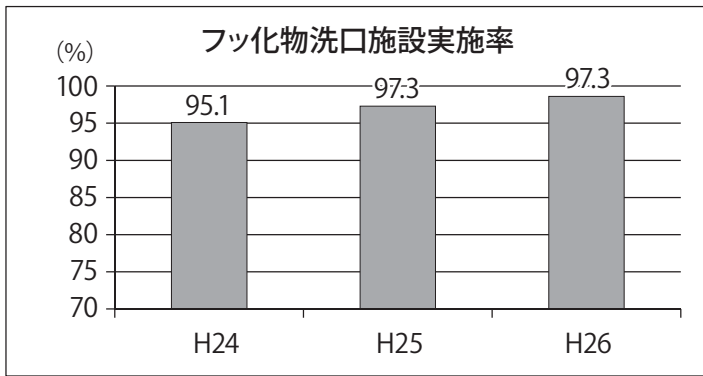
3歳児のむし歯有病率は県平均の約2倍です。

通園日（20日間）に朝の歯みがきをしてきた子の割合は、前回調査より良くなっていました。

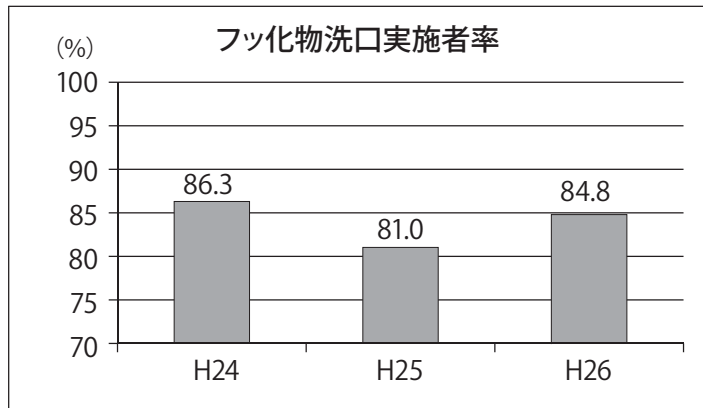
【朝ごはん歯みがきがんばりカード集計結果】



【おやつの回数（H26元気なからだ作りチェック表（3歳児））】



フッ化物洗口を実施している施設が増えてきました。



実施者率は若干の変動があるもののほぼ横ばいです。



市民・関係者の声

親の生活習慣が子どもに影響するので妊娠期から子どもの歯や口の健康づくりが始まることを意識して、夫婦で生活習慣を見直せるといいな。

妊娠をきっかけに歯や口の健康に関心が持てるといいな。

パパやママも必要な治療を受けることが大切だよ。

むし菌は大人の口から子どもにうつります。

中学・高校生になると給食後の歯みがきをしなくなる子どもが多くなるけど、ずっと歯みがきが継続できるといいな。

小さい時からの歯みがき習慣が大事だよな。

仕上げ磨きは小学4年生まで！

スポーツ飲料・ジュースの飲みすぎはむし菌や肥満の原因になるんだね。

おやつやジュースの摂りすぎが気になるよ。おやつ時間を決めて、仕上げ磨きを習慣にできるといいな。

子どもが歯科健診の治療勧告通知をもらったらすぐに受診できるといいな。

治療は早めに！！
歯の健康をもっと意識して。



(2) 重点取組

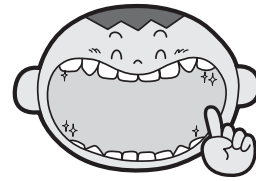
① 食べたら磨く歯みがき習慣を身につける

乳幼児期のむし歯予防は保護者の意識が大きく影響するため、保護者が歯の健康に関心を持ち、実践できるような働きかけが大切です。

子どもが自分の歯や口の健康を意識して歯みがき習慣を身につけるように関係機関と連携しながら働きかけます。

市民

- ・ 乳幼児期までは、親子で歯みがきをします。
- ・ 小学4年生まで仕上げみがきをします。
- ・ 給食後もみがく習慣をつけます。
- ・ 歯科健診や歯みがき指導を受けます。
- ・ 歯や口の中をよくみる習慣をつけます。



行政

- ・ 歯科保健指導を実施します。
- ・ 歯科専門職などによる歯科健康教育を実施します。
- ・ 歯科健診後の受診勧奨で歯科医院の診療日などを周知し、受診しやすい環境を整えます。
- ・ 保育園や幼稚園・小学校で実施する「歯みがきがんばりカード」を実施します。
- ・ 妊婦歯科健診を周知します。

関係機関

- ・ 健康推進員が園や小学校で紙芝居やエプロンシアターで歯みがきの大切さを周知します。
- ・ 産科外来で歯科健診のPRチラシを掲示します。
- ・ 歯科医院で正しい歯みがきの仕方を指導します。

② むし歯にならない食習慣を身につける

幼児健診の結果、1日3回以上おやつを与えている状況が、3割程度みられます。また、年齢と共にスポーツ飲料や間食の摂取が増える傾向もあります。

おやつの時間や内容(量)、歯を強くする食べ物や歯に良いおやつなどを広く周知していきます。



市民

- ・保護者や祖父母が育児教室や地域の茶の間などに参加し、正しい知識や情報を得ます。
- ・食育教室に参加します。

行政

- ・親子料理教室を開催します。
- ・食育と歯科保健を合わせた教室を実施します。
- ・幼児健診などでむし歯にならない食生活の指導を行います。

関係機関

- ・健康推進員が親子料理教室を開催します。また、おやつのとりに方について啓発します。
- ・歯科医師会が歯の健康フェアで歯の大切さを啓発します。

(3) 現在の取組み状況

【歯の健康教室】



しまびと元気応援団グループ

歯みがきする時はこの場所に
気をつけましょう!



保健師

親しみのあるキャラクターの紙
芝居は子どもたちに大人気!

エプロンシアターで歯の大切
さを伝えます。



歯みがきがんばりカード



健康推進員

2) 働き盛り世代

目指す姿（願い）

- ・ 歯や口の健康に対する意識を高めて、適切な行動を取ることができる
- ・ 定期的に歯科健診が受けられるように、職場環境を整える

基本方針

歯や口を自分で守る生活習慣の実践



大目標

歯や口の健康を意識した生活を送る



中目標

- 1 歯や口の健康が全身の健康につながることをわかる
- 2 定期的に歯科健診を受ける



重点取組

定期的な歯科健診を受けやすい環境づくりに取り組む



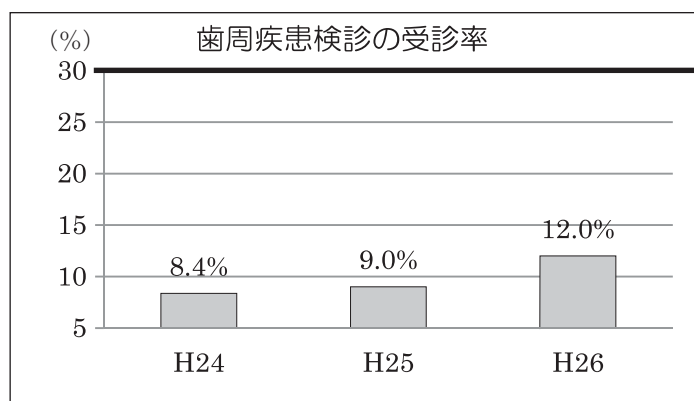
(1) 現状と課題

佐渡市では、平成18年度から歯周疾患検診を、平成24年度から特定健康診査の会場内で成人歯科健診を実施しています。しかし受診率は低く、歯や口の健康に関する優先順位が低いように感じます。定期的に歯科健診を受ける人がいる一方で、症状や不具合が出なければ受診しない人がいるなど、歯や口の健康に関する意識の格差が生じています。

「歯の健康」に関するアンケート調査の結果から1日3回以上歯みがきを実施している人は約4人に1人で、歯間部清掃器具を用いて口腔ケアを行っている人も少なく、個人による意識の差が伺えます。

歯科保健調査企画連携協議会や関係者へのアンケート調査から、定期的に歯科健診を受けられる体制づくりを進めるとともに、「症状がなくても定期健診を受ける」「事業所で歯科保健に取り組む」など意識を高めるための啓発が必要であるとの意見が聞かれました。

生涯を通して自分の歯でおいしく食べるためには、この時期から歯や口の健康のために適切な行動をとることが大切です。

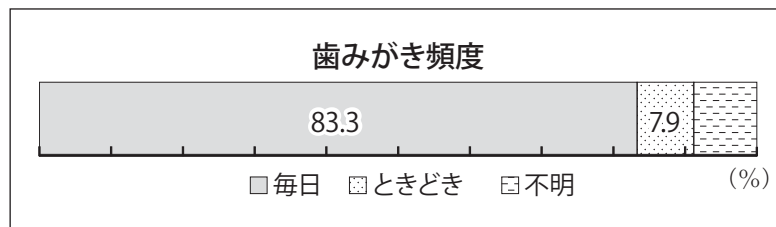


目標値 30%

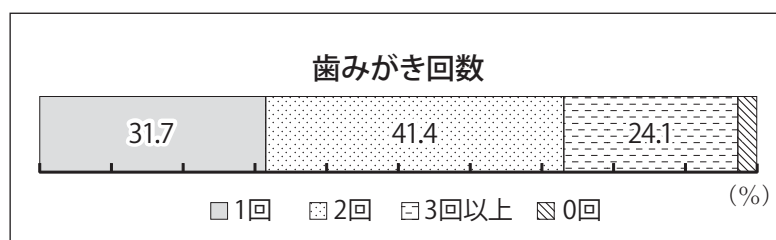
少しずつ受診率は延びていますが、目標の30%まではまだまだです。



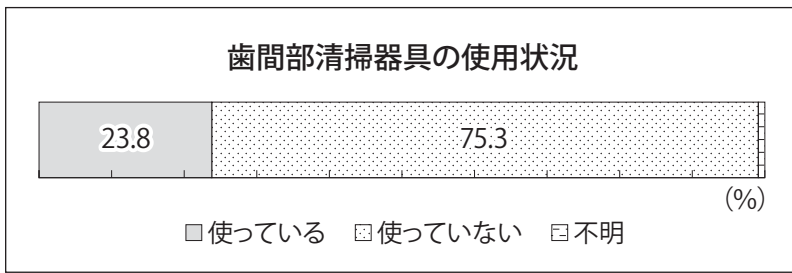
未受診の理由として、「困っていない」「時間がない」「治療中」「定期受診中」の他、「(健診) 知らなかった」があげられました。



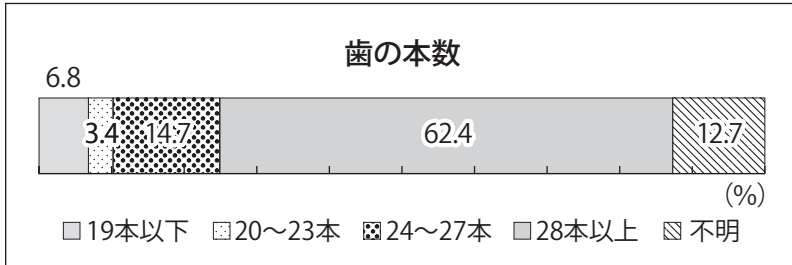
歯みがきを毎日する習慣の人は83.3%です。



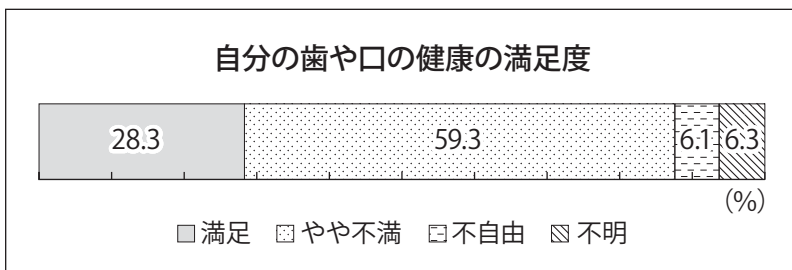
1日3回以上、歯みがきをしている人は24.1%しかいません。歯みがきは1日3回以上行いましょう。



清掃器具を使っている人は23.8%しかいません。



目標は“80歳で自分の歯が20本以上”ですが、既に19本以下の方が6.8%います。



自分の歯に満足している人は28.3%で、半数以上が不満を感じています。

【H25「歯の健康」に関するアンケート調査】19～64歳

市民・関係者の声

歯や口の健康に関心を持るといいな。

自分の歯が無くなって歯のありがたさがわかったよ。

職場で歯みがきができる環境を整えられるといいな。

一生自分の歯でおいしく食べて、食べることを楽しめるといいな。

お口の健康を守るためにも正しい歯みがきの仕方や正しい知識を持るといいな。



専門家に正しいブラッシングを教えてもらいたいな。

歯周疾患が全身の病気に関係していることがわかるといいな。

定期健診を受けている人は健康寿命が延びるよ。

かかりつけ歯科医をもち、症状の無いうちから定期的に歯科健診を受けて、良い状態のまま維持できるといいな。

(2) 重点取組

○ 定期的な歯科健診を受けやすい環境づくりに取り組む

働き盛り世代は公私共に忙しい生活を送っており、自らの健康管理のために費やす時間が短くなりがちです。歯の痛みや口腔内に不具合が無い状態では、歯や口の健康管理の優先度は低く、歯科受診や歯科健診は後回しとなる状況にあります。

一生、自分の歯でおいしく食べ、食べることを楽しめるように、定期的に健診を受けて自らの健康管理ができるよう働きかけます。

市民

- ・ 歯や口の健康に関する情報を積極的に取り入れます。
- ・ 歯や口の健康に関心を持って定期的に健診を受けます。
- ・ 外出時は歯ブラシを持参します。

行政

- ・ 歯科健診のPRをします。
- ・ 成人歯科健診を受ける機会を増やします。
- ・ 歯周疾患検診を推進します。
- ・ 地区の健康教室の機会に歯や口の話しをします。
- ・ 定期健診の重要性を周知します。

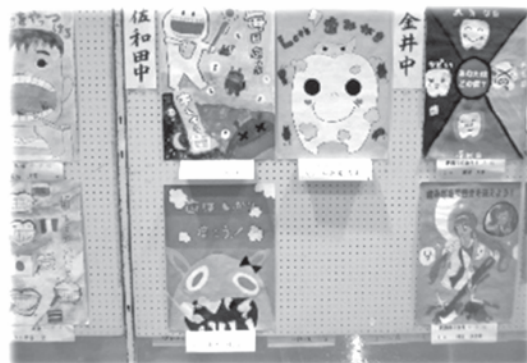
関係機関

- ・ 歯の健康フェアで歯科医師会が健診の重要性を広めます。
- ・ 職場で歯の衛生週間などに歯科健診などのポスターを掲示します。
- ・ 事業所でも歯みがきを行います。
- ・ 事業所や歯科医師会と連携を図り、歯科医院で歯科健診のPRチラシを掲示します。
- ・ 歯科医院で歯周疾患検診後、定期健診を勧めます。

(3) 現在の取り組み状況



成人歯科健診



歯の健康フェア

3) 活躍盛り世代

目指す姿（願い）

- ・ 歯や口の健康への意識を高め、自ら口腔ケアを実践することで健康を維持できる

基本方針

おいしく食べるための生活習慣の継続



大目標

いつまでもおいしく楽しく食べて健康を保つ



中目標

- 1 歯や口の健康に関心を持ち続け、正しい歯みがきの仕方や入れ歯の手入れ方法を知り、実践する
- 2 何でもおいしく食べられるように、噛む力、飲み込む力の低下を防ぐ



重点取組

- 1 定期的な歯科健診が受けやすい環境づくりに取り組む
- 2 健口^{けんこう}が健康維持につながることを周知する

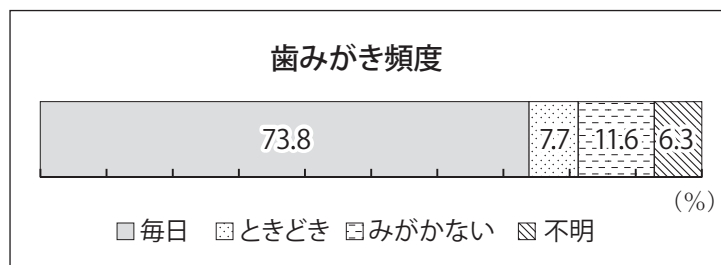


(1) 現状と課題

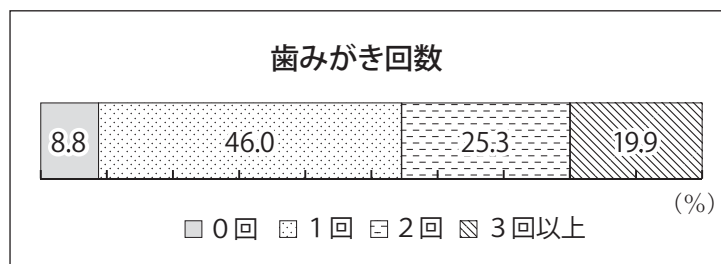
歯や口の健康に関しては、歯周疾患などで歯を失うこと、口腔内の汚れにより誤嚥性肺炎や心疾患など全身疾患を引き起こすなど様々な健康問題が増える世代です。

80歳になっても自分の歯を20本以上保つ（8020運動）ことで、生涯にわたり自分の歯でおいしく食べることができます。近年、定期受診や歯科健診を受け、自己管理することで8020を達成する人の割合は高くなってきています。むし歯や歯周疾患を予防することは、よく噛んでおいしく食べることや体の健康維持につながり、さらにコミュニケーションを円滑にするなど、生活する上で大きな役割をもっています。

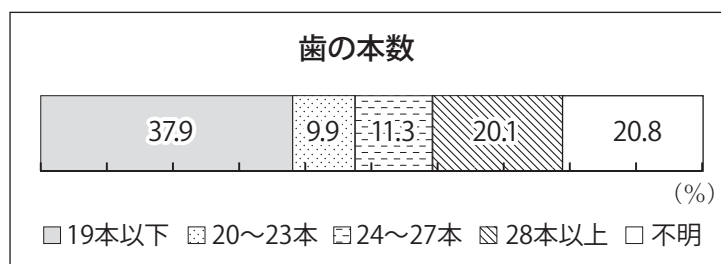
いつまでもおいしく楽しく食べて、豊かな人生を過ごすことができるよう働きかけます。



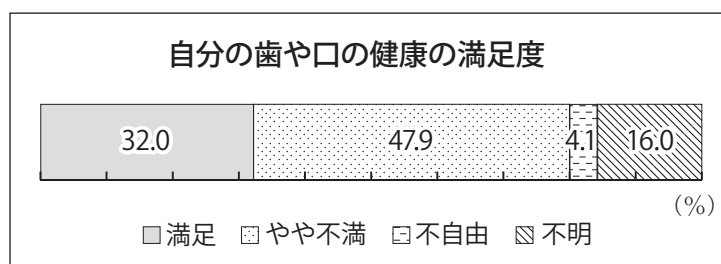
歯みがきを毎日している人は73.8%です。
反対に、歯みがきをしていない人が11.6%もいます。



1日3回以上、歯みがきをしている人は19.9%しかいません。



65歳以上で20本以上歯をもっている人は41.3%です。



歯や口の健康に満足している人は32%しかいません。

【「歯の健康」に関するアンケート調査】65歳以上

市民・関係者の声

個人の口腔ケアに対する行動や意識の格差が見られます。口腔ケアを実践して、歯の寿命が延びるといいな。

かかりつけ歯科医師を持って、定期的に診てもらえるといいな。

自分の歯が20本あると「噛む」ことに不自由なく何でも食べられます。

いつまでも笑顔で、いろいろな人とコミュニケーションがとれるといいな。

年を取っても、自分の歯でちゃんと食べられるように、手入れできるといいな。

歯が無くなって、見場が悪くて人前には出れんちゃ。

入れ歯になって自分の歯で食べられることの大切さ、ありがたさがわかりました。



(2) 重点取組

① 定期的な歯科健診が受けやすい環境づくりに取り組む

80歳で20本以上、自分の歯を保っている人は増えています。しかし、歯や口の手入れや健全歯の状況をみると格差が広がっています。

歯や口に関する意識を高めて定期的に健診を受け、不具合が生じたら早めに受診するような意識づけや環境づくりに取り組んでいきます。

市民

- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期健診や適切な受診をします。
- ・成人歯科健診などを受け、自分の口の中の状態を把握します。

行政

- ・定期歯科健診の重要性について普及啓発します。
- ・成人歯科健診を拡充します。
- ・在宅歯科健診を普及啓発します。

関係機関

- ・歯科医院の情報（開業日・時間）をわかりやすく提供します。
- ・在宅歯科医療連携室で在宅歯科診療を推進します。

けんこう

② 健口が健康維持につながることを周知する

口腔ケアをすることで、むし歯や歯周疾患を予防し健康な生活を維持できるよう働きかけます。

市民

- ・ブラッシング指導を受け、歯みがきや入れ歯の手入れ、お口の体操を習慣にして、良く噛み、良く話すことを実践します。
- ・歯や口の健康に関心を持ち、健康相談や歯科健康教育に参加します。
- ・地域の集まりなどで、歯や口の健康について情報交換し、食後には歯みがきをします。

行政

- ・高齢者の歯や口の状況を把握し指導します。
- ・歯科健康教育を実施し、口腔機能向上の重要性を普及啓発します。
- ・メディアを活用した歯科保健の普及啓発をします。

関係機関

- ・歯科医や歯科専門職が健康教育・健康相談を行い、歯や口の健康の大切さや歯の定期健診の重要性について普及啓発します。
- ・歯科医師会が歯の健康フェアで8020表彰を行い、歯や口の健康についての意識を高めます。
- ・健康推進員が地域の集まりや老人会などで、歯や口の健康講話、お口の体操などをします。



(3) 現在の取り組み状況

【条件】

- ・ 80歳以上で20本以上自分の歯がある。
- ・ 治療が必要なむし歯が5本以下である。
- ・ ひどい歯周病がない。



この条件を満たした方を対象に
歯科医師会などで審査をして、
優良者の表彰を行いました。

“丈夫な歯”を授けてくれた親に感謝しています。

以前は軽い歯周病がありましたが、治療して現在32本全て健全歯です。

認知症予防のためにも歯が抜けたままにせずしっかり噛めるようにすることが大切です。

かかりつけ歯科医のおかげです。



定期的に歯科受診を受け、8020を目指しましょう！



歯科教育



介護予防教室：お口の体操



健康推進員による紙芝居

4) 介護を要する方・障がいがある方

目指す姿（願い）

- ・介護者が状態にあった歯みがきの仕方を知る機会や、情報交換の場がある
- ・障がいがあっても自分に合った口腔ケアができる

基本方針

歯や口の適切なケアによる健康の維持・向上



大目標

歯や口の健康は全身の健康につながることを意識した生活を送る



中目標

- 1 歯科治療や口腔ケアを受ける
- 2 介護をする人が適切な口腔ケアについての意識を高める



重点取組

歯科治療や健診が受けられる環境づくりに取り組む



(1) 現状と課題

障がいがあっても、口からおいしく食べて口腔内を健康に保つことは重要です。

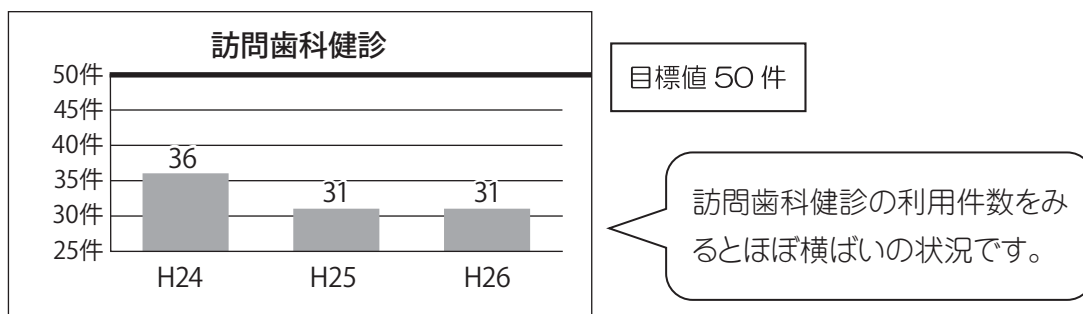
介護施設では誤嚥性肺炎予防の意識が高くなり、お口の体操や食後の歯みがきなど口腔ケアに力を入れている施設が増えてきています。さらに入所施設では定期的に歯科健診を行っています。特別支援学校でも、歯科健診や給食後に仕上げみがきや歯みがきの確認をしています。

それぞれの施設で口腔ケアに取り組んでいますが、在宅介護では口腔ケアは後回しになりがちであり、心身の状態により歯みがきや治療が受けられない方もいます。

介護者が適切なケアの仕方を知って、障がいがあってもその人に合った口腔ケアをすることは大切です。

【在宅要介護者等歯科保健推進事業】

在宅で介護を要する高齢者の方や重度の障がいのある方など歯科医院へ通院できない方に対して、対象者の自宅へ歯科医師と歯科衛生士が無料で訪問して歯科健診を行い、歯や歯ぐきなど口の中に関する相談や指導を行います。



市民・関係者の声

正しい口腔ケアの方法がわかるといいな。

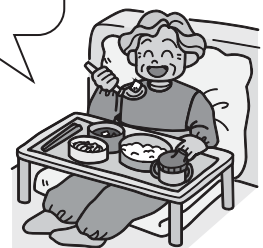
毎年、定期的に訪問歯科健診を受けている人もいますが、もっと利用者が増えるといいな。

口腔ケアを行うことで口の中の細菌が少なくなり、誤嚥性肺炎にならずにいられるといいな。

お口の手入れをどうやればいいのかわからない。

口から食べられるようになったら元気になり、表情もしっかりしてきたね。

最期まで自分の口から食べられるといいな。



(2) 重点取組

○ 歯科治療や健診が受けられる環境づくりに取り組む

口腔ケアの意識が高まり、心身の状態に関係なく訪問歯科健診や介護教室などを周知して、必要な時に治療や健診が受けられるよう取り組みます。

市民

- ・ 歯みがきをします。
- ・ 定期的に歯科健診を受けます。
- ・ 口腔ケア教室に参加します。

行政

- ・ 訪問歯科健診、訪問歯科診療を周知します。

関係機関

- ・ 介護施設で口腔ケア教室の開催、歯みがきやお口の体操など、歯科保健指導を行います。
- ・ 在宅サービスのスタッフは口腔ケアや歯みがきを一緒に行い、正しい歯みがきの方法を伝えます。
- ・ 関係機関で連携して、ケアプランに口腔ケアなどの口腔機能向上プログラムを取り入れます。
- ・ 歯科医師会で定期健診の重要性を伝え、受診困難者には訪問歯科健診、訪問歯科診療について周知します。
- ・ 特別支援学校では、学校歯科健診と参観日を同時に行うなど、保護者に歯みがき指導を行います。

(3) 現在の取り組み状況



介護職員の口腔ケア研修会

口腔ケアで健康寿命が延びます!

食後の歯みがきを頑張っています!



授産施設での歯みがき



介護予防教室

お口の筋肉をほぐしましょう。

3 主な事業の目的・目標と評価指標

	事業名	事業目的	事業目標
親になる意識を持つ	妊婦歯科健診	妊娠期からの歯周疾患予防の意識の啓発をする。	胎児期からの健やかな発育のために妊娠中の歯肉炎予防と口腔ケアへの意識が高まる。
	両親学級	親になる前に生活習慣の見直しをする。	妊娠期からの食習慣・生活習慣の問題に気づき改善する。
生活習慣を確立する	乳幼児健診	むし歯予防の方法を知り、実践する。	おやつの適正摂取がわかる。 児の歯の状態や歯みがきの仕方がわかり、実践する。
	フッ化物歯面塗布 フッ化物洗口	むし歯を予防する。	むし歯予防だけでなく、子ども自身が歯の健康に関心を持つ。
	歯科健康教育	むし歯予防や歯周疾患予防の方法を知る	適切な歯の手入れ方法がわかる。
歯の健康管理をする	歯周疾患検診	むし歯や歯周疾患の早期発見とその予防をする。	歯周疾患予防への関心を持ち口腔管理をする。
	成人歯科健診		
	訪問歯科健診	要介護者などが自宅で歯科健診、お口の相談が受けられる。	口腔の状態を良くすることで介護負担の軽減を図る。
	訪問歯科診療	要介護者などが自宅で歯科診療を受ける。	
	市民活動 健康推進員 しまびと元気応援団	計画推進のグループとして健康づくりを実践する。	健康づくりを通して人や地域とつながる。

第3部 資料

1 計画の進行管理と評価

1) 進行管理

設定した目標（指標・取組・連携方策）の進捗状況について、毎年度検証を行い、施策に反映します。

2) 評価

(1) 中間評価

佐渡市健康づくり推進懇談会により必要に応じ見直しを行います。

(2) 最終評価

計画の最終年度である平成 37 年度には、目標の達成状況を検証・評価し、次期計画づくりに反映させます。

(3) 評価指標

評価するための指標と目標

【育ち盛り】

評価項目	基礎データの根拠	現状	目標(H32)
おやつ回数(1日2回以下)や量を 決めている割合(1.6歳児、3歳児)	健診アンケート調査	(H26)87.8%	90.5%
仕上げ磨きを実施している割合 (1.6歳児、3歳児)	健診アンケート調査	(H26)78.5%	80.0%
1日3回歯みがきを実施している 割合(小学生)	歯の健康に関する アンケート調査	(H25)49.7%	80.0%
12歳児一人平均むし歯本数	県統計	(H26)0.63本	0.5本
3歳児むし歯有病率	県統計	(H26)24.0%	15.0%
5歳児むし歯有病率	県統計	(H26)48.3%	40.0%
フッ化物歯面塗布受診率	受診率	(H26)61.6%	80.0%
フッ化物洗口実施者率	受診率	(H26)84.8%	90.0%
妊婦歯科健診受診率	受診率	(H26)38.0%	50.0%

【働き盛り】

評価項目	基礎データの根拠	現状	目標(H32)
歯周疾患検診を受ける人	受診率	(H26)12.0%	30.0%
歯周病を知っている人	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)50.9%	70.0%
歯間部清掃用器具を使用している	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)23.8%	40.0%
食後3回と就寝前に1日3回以上歯みがきをしている人	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)24.1%	50.0%
成人歯科健診（集団）の会場		(H26)2会場	7会場

【活躍盛り】

評価項目	基礎データの根拠	現状	目標(H32)
歯みがきを1日3回以上する人	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)19.9%	30.0%
定期的に歯科医院を受診する人	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)10.7%	30.0%
8020達成者（65歳以上）	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)41.3%	50.0%
歯間部清掃用器具を使用している人	歯の健康に関するアンケート調査	(H25)22.9%	40.0%
成人歯科健診（集団）の会場		(H26)2会場	7会場

【障がい・介護】

評価項目	基礎データの根拠	現状	目標(H32)
訪問歯科診療を利用する人	県統計	(H26)31件	50件

2 計画の検討体制

(1) 歯科保健調査企画連携協議会の開催状況

構成員：佐渡歯科医師会代表

佐渡市健康推進協議会代表

佐渡市老人クラブ連合会会長

しまびと元気応援団代表

佐渡市小学校長会代表

佐渡市中学校長会代表

佐渡地区新潟県立高等学校長協会会長

新潟県養護教員研究協議会代表

佐渡市学校給食会代表

新潟県学校栄養士協議会代表

佐渡市立保育園長会長

佐渡市立幼稚園長会長

佐渡市社会福祉協議会長

佐渡地域包括支援センター代表

佐渡福祉施設長連絡協議会長

特別養護老人施設連絡協議会長

佐渡市教育長

開催日	内容	参加者数
平成26年 8月 7日	現計画の進捗状況	22人
平成27年 6月11日	現計画の振り返り 今後、大切にしていきたいこと	45人
平成27年10月 1日	計画の重点取組、素案の検討	44人

<会議で出された意見>

- ・小さい頃からの意識づけ、親（家族）の意識を高めることが大事。
- ・嗜好飲料とむし歯の関係を伝える。
- ・受診行動に結びつける工夫が必要。
- ・妊娠期への働きかけを強化したい。
- ・歯科健診の場を増やすなど、歯の健康を意識する機会を増やす。
- ・事業所でも歯科保健の関心が高まるといい。
- ・歯科健診を受けている人は健康寿命が3～4年延びる。

メ 毛

A series of horizontal dashed lines for handwriting practice, consisting of 18 lines spaced evenly down the page.



◆発行 佐渡市 市民生活課 健康推進室

◆発行日 平成28年3月

〒952-1292 新潟県佐渡市千種232番地 電話 0259-63-3115