



第2次 佐渡市歯科保健計画

(改定版)



おいしく食べて あふれる笑顔
噛めば噛むほど 健口家族

令和 3年 3月

 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、人生 100 年時代を見据え、令和 4 年度から高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施を目指しており、若い世代からの歯周疾患対策に加え、オーラルフレイル対策として、口腔機能の低下防止の取組も求められています。

佐渡市では、平成 22 年度に「佐渡市歯科保健計画」を策定し、歯科保健の普及啓発、生涯を通じた歯や口の健康づくりの推進をしてきました。この間に、市民グループによるむし歯予防活動、子どものむし歯予防対策、成人歯科健診の拡充や後期高齢者の個別歯科健診など、歯科医師会の協力をいただきながら関係機関と連携し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、むし歯有病率は減少傾向であるものの、歯や口の健康に対する意識の格差、「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るよう、更なる取組が必要であることが見えてきました。

今回の第 2 次計画の改訂で、歯磨き習慣の定着、“噛む”ことを意識した事業の推進、歯周病検診や歯科定期受診の受診率向上、オーラルフレイルの普及啓発などの取組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御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。

令和 3 年 3 月

佐渡市長 渡辺 竜五

目 次

第1章 計画の基本的な考え方

- 第1節 計画の中間見直しにあたって・・・・・・・・・・・・・1
 - 1 計画策定の背景と趣旨・・・・・・・・・・・・・1
 - 2 計画の位置づけ・・・・・・・・・・・・・2
 - 3 計画の期間・・・・・・・・・・・・・3
- 第2節 佐渡市がめざす健康づくり
 - 1 健康づくりの考え方・・・・・・・・・・・・・4
 - 2 歯科保健計画の基本方針・・・・・・・・・・・・・5
 - 3 健康づくりを推進する体制・・・・・・・・・・・・・6

第2章 第2次佐渡市歯科保健計画の見直しと今後の取組

- 第1節 歯科保健計画の目的・基本的考え方・・・・・・・・・・・・・7
- 第2節 基本方針別取組・・・・・・・・・・・・・9
 - 1 育ち盛り世代・・・・・・・・・・・・・9
 - 2 働き盛り世代・・・・・・・・・・・・・17
 - 3 活躍盛り世代・・・・・・・・・・・・・23
 - 4 介護を要する方・障がいがある方・・・・・・・・・・・・・30
- 第3節 主な事業の目的・目標と評価指標・・・・・・・・・・・・・33

第3章 資料

- 第1節 計画の進行管理と評価・・・・・・・・・・・・・36
- 第2節 計画の検討体制・・・・・・・・・・・・・36

第1章 計画の基本的な考え方

第1節 計画の中間見直しにあたって

1 計画策定の背景と趣旨

生涯を通じて自分らしくいきいきと暮らすことは、すべての市民の願いであり、健康はその実現のために欠かせないものです。健康づくりは市民一人ひとりが自ら取り組むことは基本ですが、関係機関を含めた社会全体で市民の健康を支える環境づくりが重要となっています。

口腔の健康は国民が健康で質の高い生活を営む上で基礎的かつ重要な役割を担っています。わが国では、日常生活における歯科疾患の予防に向けた取り組みが口腔の健康に極めて有効であると「歯科口腔保健の推進に関する法律」として示されています。歯科保健医療を取り巻く現状として小児のむし歯は減少し、また80歳で20本以上歯を残す8020（ハチマル・ニイマル）の達成者は増加しています。しかしながら、成人の約7割が歯周病に罹患し、進行した歯周病のある者の割合は改善していません。

新潟県では平成20年度には「新潟県歯科保健推進条例」を制定し、県民の生涯にわたる歯・口腔の健康づくりの推進をしています。また平成25年度に「歯科保健医療計画」を策定し、子どものむし歯の地域差、成人の歯科健診の受診率が低いため、さらなる歯科保健施策の充実をし、歯の喪失予防、口腔機能の維持・向上をし、健康寿命の延伸に寄与するとしています。

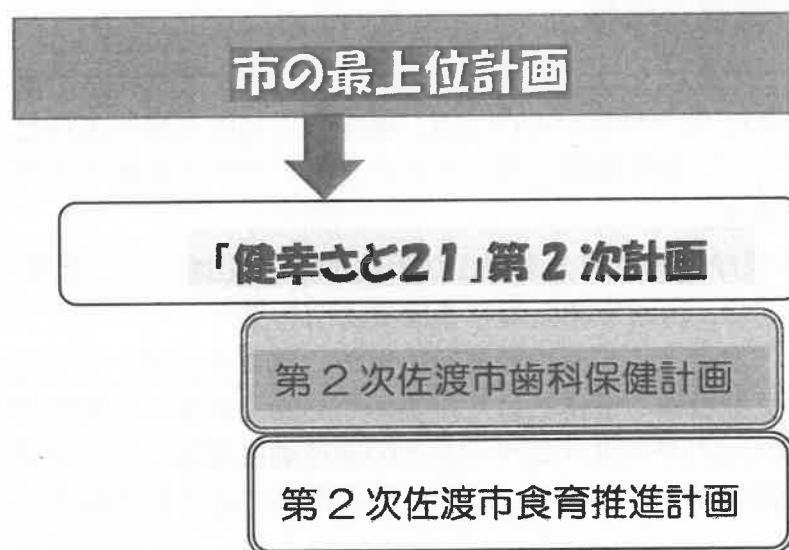
これまで佐渡市では、国や県の計画の基本的な方向性と整合性を保ちつつ、「市民が健康で生き生きと自分らしい豊かな人生を送る」ことを目指している「健幸さど21」計画を基本計画に、平成23年度に「第1次佐渡市歯科保健計画」、平成27年度には「第2次佐渡市歯科保健計画」を策定し、歯科口腔保健を推進してきました。

この度、「第2次佐渡市歯科保健計画」の策定から5年が経過したことを受け、国や県の最新の動向を踏まえ、市民一人ひとりの健康づくりとそれを支える地域社会づくりをさらに発展させていくために、計画の進捗状況を確認し、また社会の状況・生活や価値観等の変化にあわせた目標の再設定を行い、今後、健康づくりに活かすために、見直しをするものです。

2 計画の位置づけ

本計画は、国の「歯科口腔保健の推進に関する法律」および「新潟県歯科保健推進条例」に基づく市町村歯科保健計画です。

市の最上位計画および、他の関連計画「佐渡市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画」「子ども・子育て支援計画」などの各種計画との整合性を図り、社会情勢の変化を考慮して、今後の健康づくり推進の基本的な方針を示すものです。

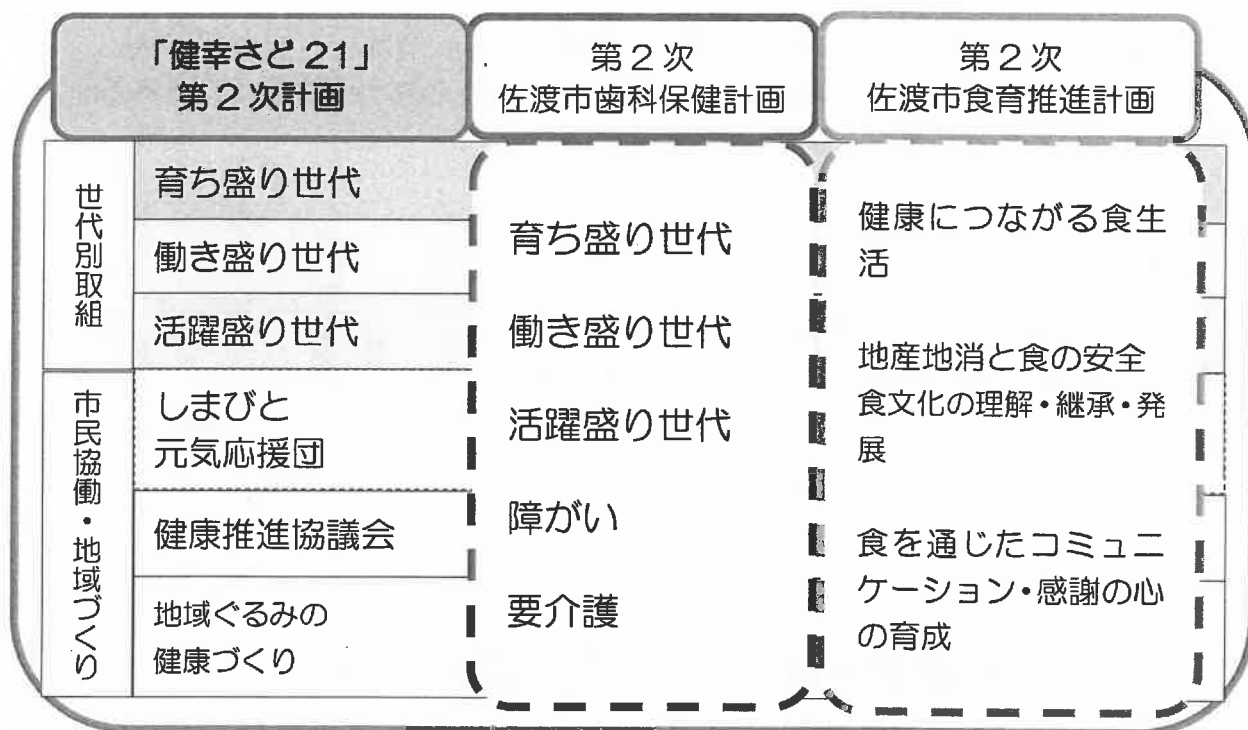


＜健康づくりの3計画（健幸さと21計画、歯科保健計画、食育推進計画）＞

健康づくりに関する3計画では、「健幸さと21」第2次計画を基本計画とし、歯科保健と食育推進のために策定した「第2次佐渡市歯科保健計画」「第2次佐渡市食育推進計画」と共通の視点で一体的に健康づくりを推進しています。

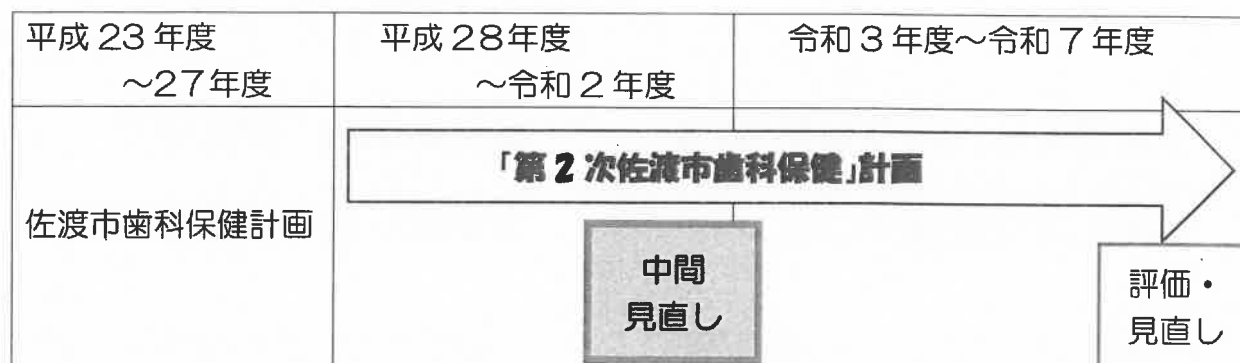
計画の名称	根拠法	主な施策の方向性
「健幸さと21」第2次計画	健康増進法	生活習慣（食習慣・運動習慣・喫煙）の改善 生活習慣病の重症化予防、フレイル予防の推進 市民協働の健康づくりの推進
第2次佐渡市 歯科保健計画	歯科口腔保健の推進に関する法律	幼児期のむし歯有病率を下げる取り組み 歯みがき習慣、適正な口腔ケア、生活習慣の定着 歯科健診の受診率の向上
第2次佐渡市 食育推進計画	食育基本法	健康につながる食生活の確立 世代を超えたつながりの中での「食」の伝承

また、健康づくりの目指すゴールおよび世代別取組（育ち盛り世代・働き盛り世代・活躍盛り（高齢者）世代）と市民協働の地域づくりの視点で検討しました。



3 計画の期間

計画の期間は、平成28年度から令和7年度までの10年間です。計画の推進にあたって、計画の中間年にあたる令和2年度に中間評価をし、見直しを行うとともに、令和7年度に最終評価をします。

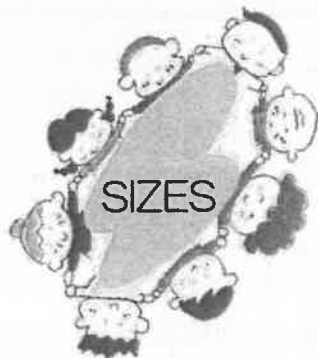


第2節 佐渡市が目指す健康づくり

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。

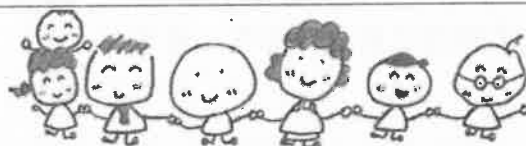
年々多様化・複雑化する健康問題は、個人の努力だけでは解決できないことが多くなり、これからは一人ひとりの価値観や生き方を認め合いながら、人々との“絆”、地域や関係機関の“つながり”と“協働”を強化し、地域ぐるみで健康づくりを推進することが大切になります。



元気を増やし病気を減らす「総合的健康づくり」

佐渡市では「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
と関係機関・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、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の連携を強化しています。

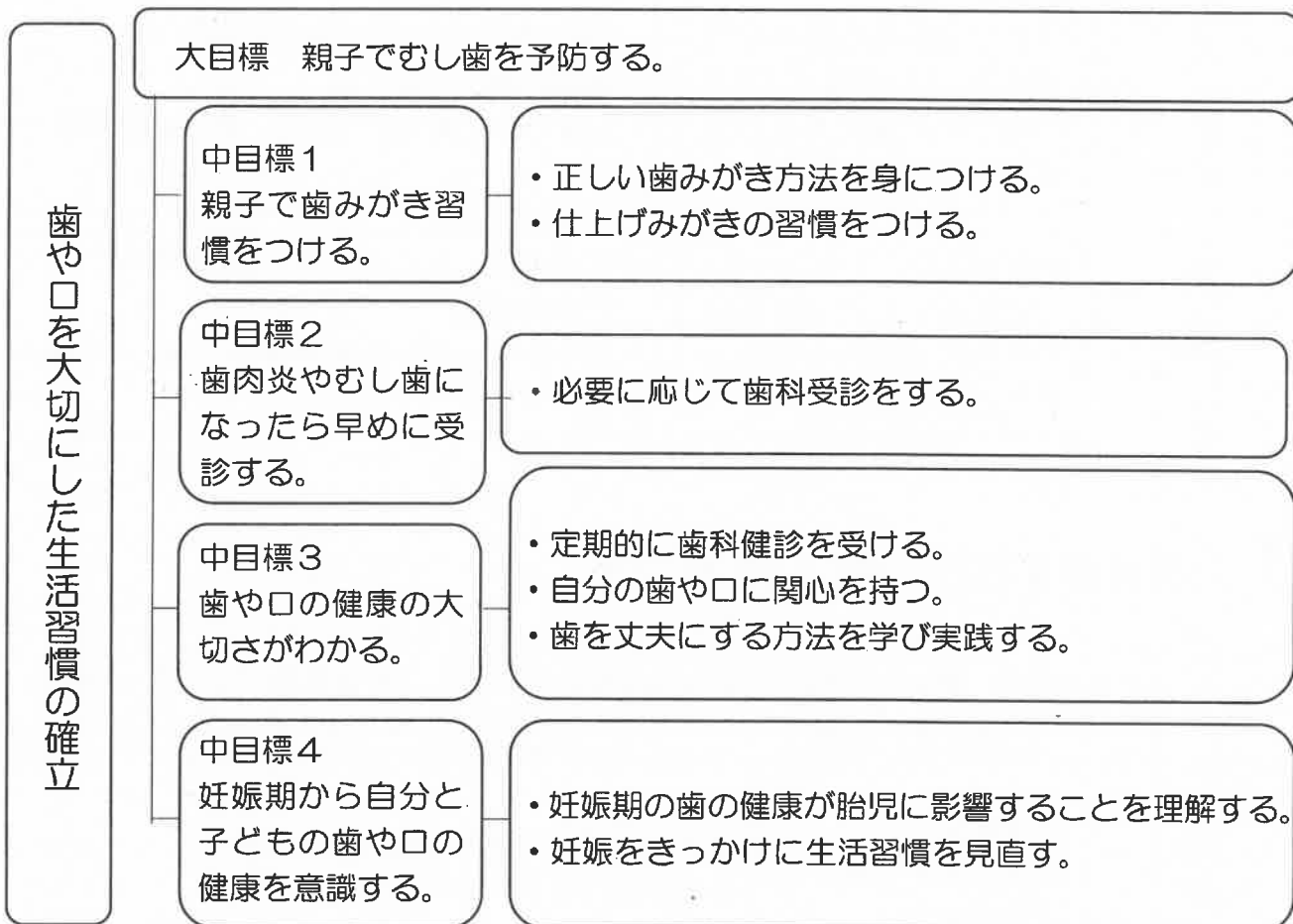
市民一人ひとりが力を出し合って、市民協働の健康づくりを推進します。そして、自分の健康、家族や仲間の健康、地域の健康づくりに関心を持ち、“人づくり”と“つながり”を大切にした健康づくりを進めます。



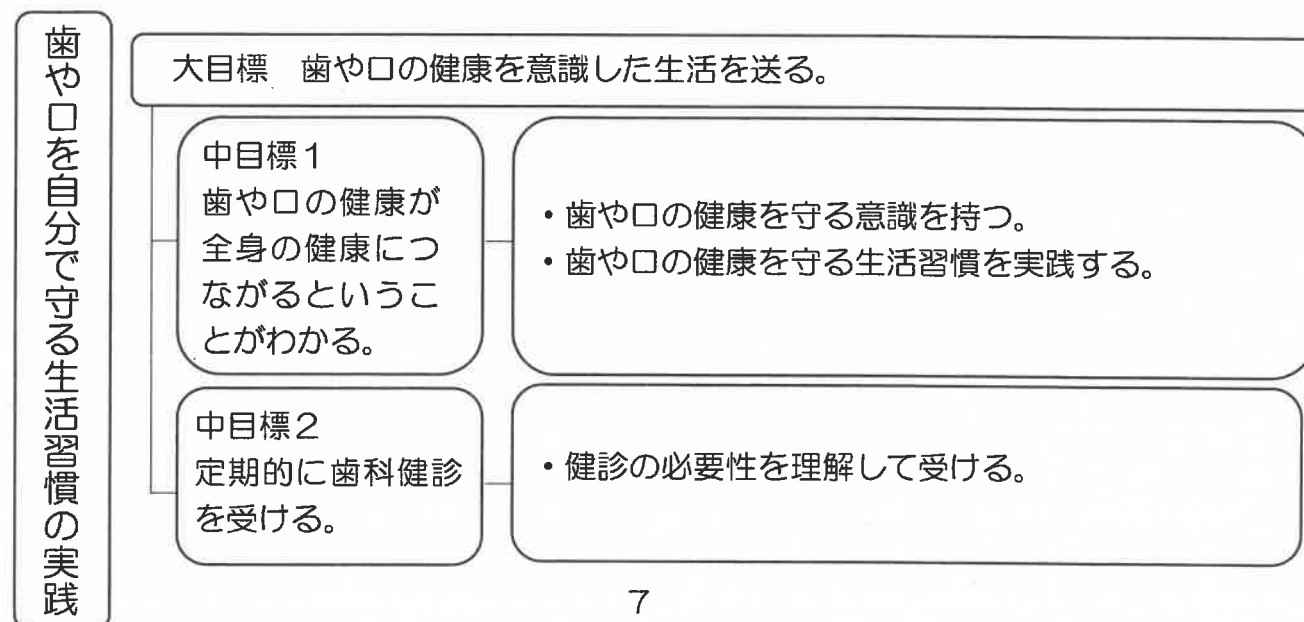
第2章 第2次佐渡市歯科保健計画の見直しと今後の取組

第1節 歯科保健計画の目的・基本的考え方

育ち盛り世代



働き盛り世代



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。
- 歯周病健診を受ける。
- 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。

第2節 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の生活習慣を身につけて、親子で実践できる。
- ・ 歯や口の健康を守ることで自分の体に関心をもち、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

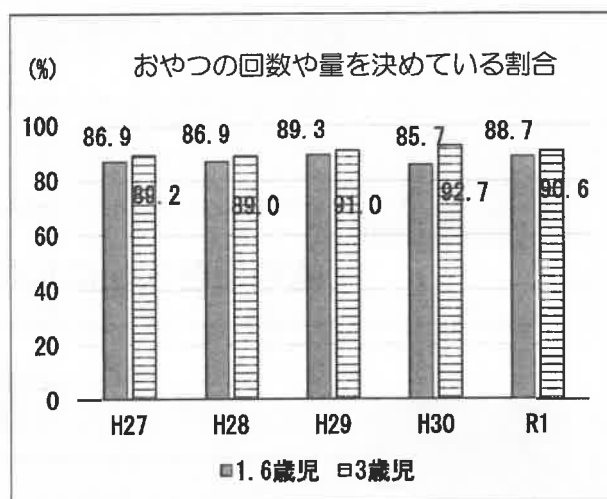
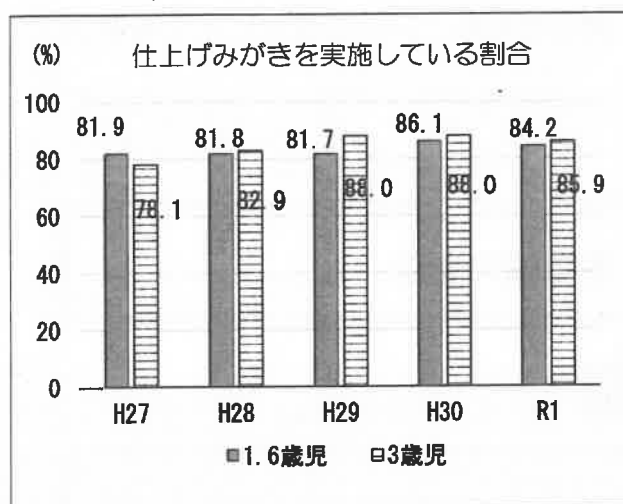
- 1 食べた後磨く歯みがき習慣を身につける。
- 2 規則正しい生活習慣・食習慣を身につける。



(1) 現状

生涯を通じて健康であるためには、育ち盛り世代から歯や口を大切にした生活習慣が基本となります。

保育園全園で昼食後の歯みがきや仕上げみがきの取組を実施しています。家庭と保育園・幼稚園・学校の両輪で歯科保健は成り立っているといえます。

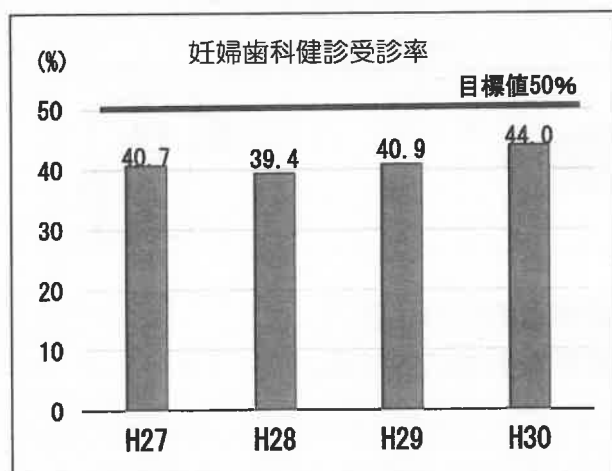


【乳幼児健診アンケート げんきなからだ作りチェック表】

寝る前に仕上げみがきを毎日している子は平均 85%でした。



生まれてくる子どもに、むし歯菌をうつさないためにも、周りの大人の歯の治療は大切です。また歯周病のある妊婦は早産、低体重児出産のリスクがあることから、妊婦歯科健診を積極的にすすめています。



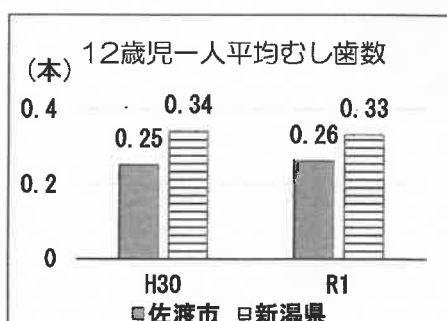
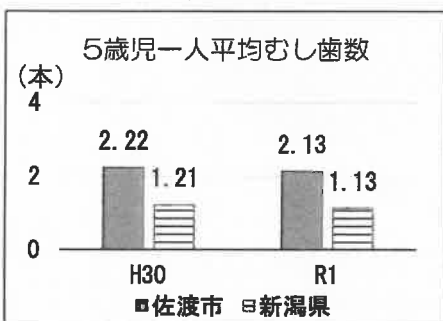
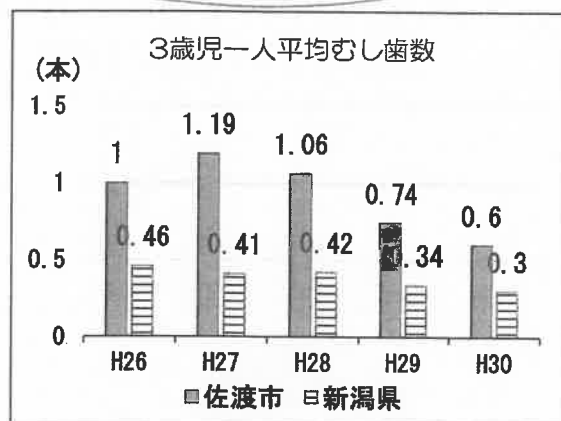
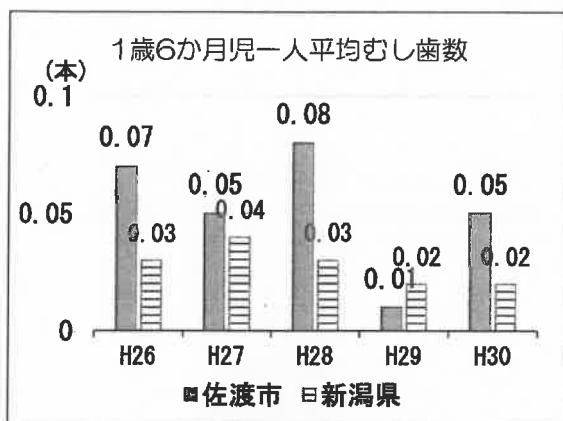
目標としている 50% の値に達していません。

【佐渡市妊婦歯科健診】

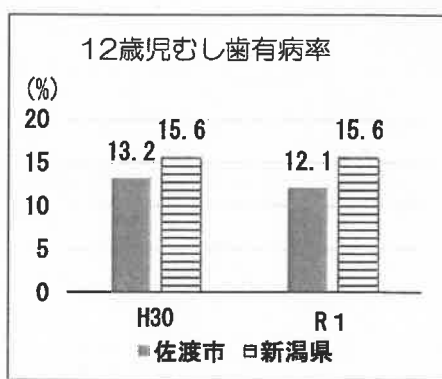
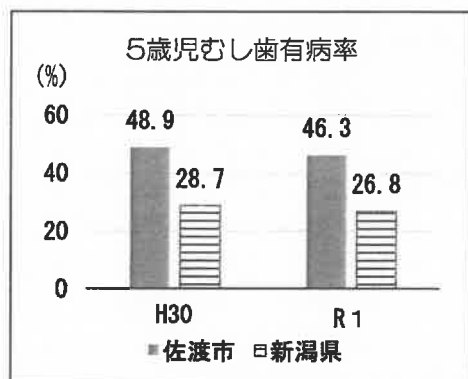
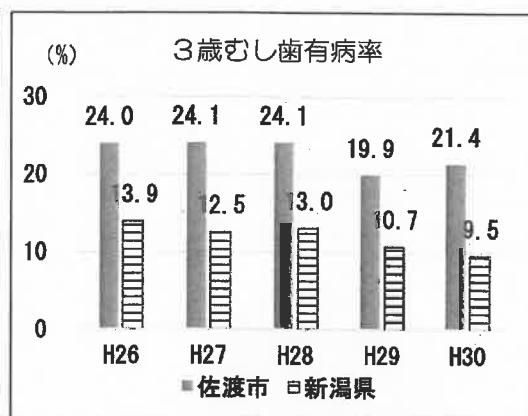
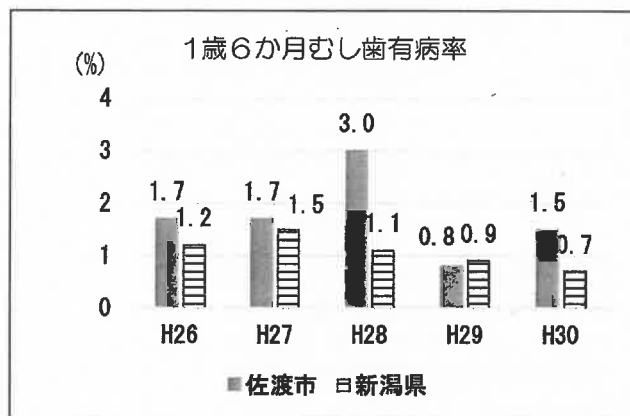


1歳6か月から既にむし歯のある子が多い状況です。

3歳児のむし歯本数は新潟県より高く、H30年は県内ワースト1位でした！



永久歯に生え変わると、一人平均むし歯数は、新潟県の平均より低くなります。



3歳になると、むし歯有病率が増加します。

【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）】

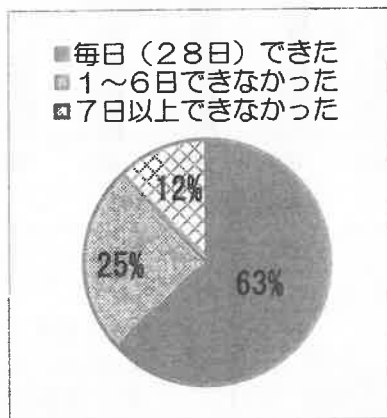
朝ごはん歯みがきがんばりカード集計結果

実施期間：令和元年6月3日（月）～6月30日（日）までの28日間

対 象：佐渡市内の保育園・幼稚園・認定こども園に通う

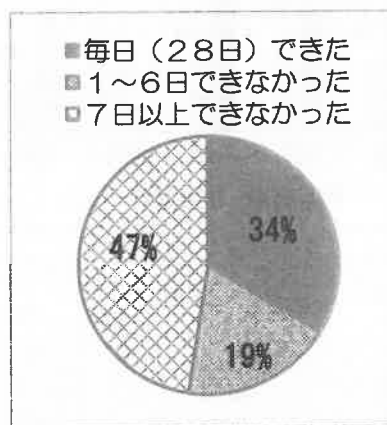
1歳児から5歳児までの全園児

＜朝に歯みがきをした割合＞



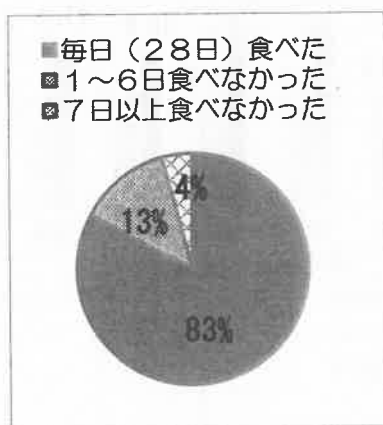
毎朝、歯みがきをした児は約6割でした。

＜デンタルフロスをした割合＞



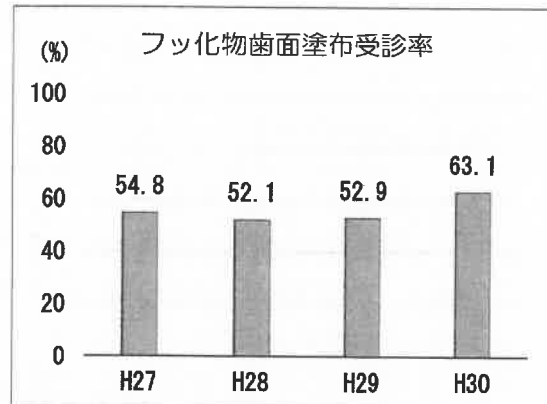
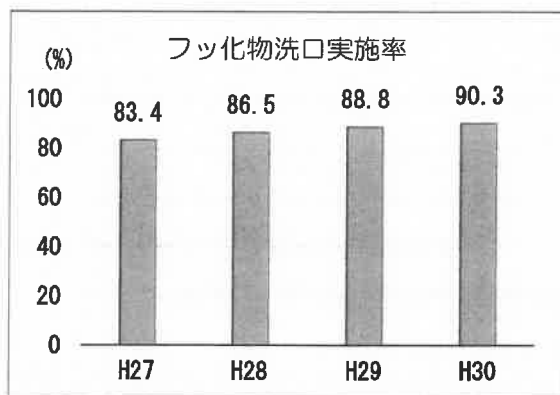
毎日、デンタルフロスをした児は約3割でした。

＜朝ごはんを食べた割合＞



全体の約8割の児は毎日朝ごはんを食べていました。
 全クラスとも8割を超えており、クラス別の大きな差は見られませんでした。

【朝ごはん歯みがきがんばりカード集計結果】



フッ化物洗口実施率は、年々上昇しています。

フッ化物歯面塗布の開始を生後9か月からに拡充したことや、乳児健診から歯科衛生士の指導により向上したと考えられます。

◎：目標達成 ○：目標に達していないが改善傾向
△：変わらない（変化が±1%以内） ×：未達成

目標値の評価

育ち盛り世代		出典	策定時	現状値 H30年	目標値 R2	達成 状況
1	おやつの回数（1日2回以下）や量を決めている割合（1歳6か月歳児、3歳児）	乳幼児健診アンケート げんきなからだ作りチェック表	87.8%	89.2%	90.5%	○
2	仕上げみがきを実施している割合（1歳6か月歳児、3歳児）		78.5%	87.1%	80.0%	◎
3	1日3回歯みがきを実施している割合（小学生）	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）	49.7%		80.0%	—
4	12歳児一人平均むし歯本数		0.63本	0.25本	0.5本	◎
5	3歳児むし歯有病率		24.0%	21.4%	15.0%	△
6	5歳児むし歯有病率		48.3%	48.9%	40.0%	△
7	フッ化物歯面塗布受診率	佐渡市	61.6%	63.1%	80.0%	△
8	フッ化物洗口実施者率		84.8%	90.3%	90.0%	◎
9	妊婦歯科健診受診率		38.0%	44.0%	50.0%	○

(2) これまでの振り返り



【取組の状況】

○ 妊娠期からの働きかけ

妊婦歯科健診を実施しています。またパパとママのためのマタニティセミナーでは、妊娠期の口腔ケアについて歯科医師の講話を実施しています。

○ 歯科保健指導の実施

乳児健診では、平成 29 年度より 9～10 か月児に、令和 2 年度からは対象を全受診児に拡大し、歯科衛生士による保健指導を実施してきました。幼児健診では、歯科健診で要治療児に診療依頼書を発行し受診勧奨をしました。また、保健師や歯科衛生士が保育園等での歯科教育を実施しました。

○ フッ化物の利用

生後 9 か月から 4 歳になる児に年 4 回フッ化物歯面塗布券（無料券）を配布しました。歯科医院で初めての塗布時には感謝状を、年 4 回塗布した児には皆勤賞と景品を贈呈しました。

また、令和元年度からは 1 歳 6 か月児健診で、希望者へのフッ化物歯面塗布を開始しました。

○ 歯科医師会との連携

平成 29 年 9 月には歯科医師会と連携し、「さど歯っぴーキッズプロジェクト」を立ち上げ、定期的な意見交換を行い、様々な活動へと結びついています。

また「しまびと元気まつり」では、むし歯のない 3 歳児とその保護者への表彰や歯科コーナーの設置、住民への啓発活動を行いました。

○ 健康推進協議会やしまびと元気応援団による普及啓発

佐渡市健康推進協議会やしまびと元気応援団のグループが、むし歯予防の紙芝居や演劇を、保育園や幼稚園、学校で実施しました。

【評価】

おやつ回数や量を決めている人や、仕上げみがきを実施している人の割合の増加など成果が見られています。4 歳児から中学生まで実施しているフッ化物洗口の実施率も年々増加しています。

また保育園や幼稚園で朝ごはん歯みがきがんばりカードで調査した状況によると、朝食を食べる幼児が 8 割おり、毎日デンタルフロスをする幼児は 3 割おり、毎朝歯磨きを実施する幼児は 6 割でした。

【課題】

1 歳 6 か月児や 3 歳児、5 歳児のむし歯が新潟県平均より高く、12 歳の乳歯から永久歯に生え変わった後は平均値を下回っています。永久歯に生え変わるまでのむし歯予防が大切なため、フッ化物歯面塗布やフッ化物洗口の実施と、家庭や保育園や幼稚園・学校での歯みがき習慣、またジュースやおやつの与え方など

の食習慣や生活習慣と合わせた対策が必要です。

最近、噛まない、口呼吸、早食い等の問題が出てきており、噛めないことでの食事への影響や早食いからくる肥満や生活習慣病の予防のため、保育園や幼稚園・学校・歯科医などと連携を図りながら取り組んでいく必要があります。引き続き離乳食の大切さを伝えて行く必要があります

また、高校生に対しても、取り組みの強化をしていきたいと思います。

(3) 今後の取組

規則正しい食習慣や歯みがき習慣などの生活習慣の確立と合わせて、間食の与え方、噛むことの大切さの指導を行っていきます。また保育園幼稚園と連携し、仕上げみがきの強化や、おやつを検討、むし歯に対しては受診勧奨をしていきます。

- 口腔に関する意識や関心を高め、歯みがき習慣の定着にむけた働きかけの推進
- 規則正しい生活習慣の確立として朝食や間食の摂取への働きかけの推進
- 「噛む」ことを意識した事業の推進
- 保育園や幼稚園と連携しおやつを検討
- 歯科医師会と連携した口腔ケアの推進
- 小中高等学校と連携した口腔ケアの推進

【それぞれの役割】

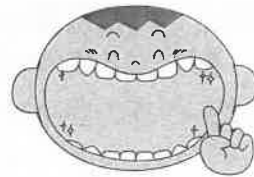
ア 食べたらみがく歯みがき習慣を身につける。

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もち、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、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

- ・乳児から親子で歯みがきをする。
- ・小学4年生まで仕上げみがきをする。
- ・学校で歯みがきをする。
- ・歯科健診や歯みがき指導を受ける。
- ・むし歯があったら治療する。



行政

- ・歯科保健指導を実施する。
- ・歯科衛生士による歯科健康教育を実施する。
- ・受診勧奨後のフォローを実施する。
- ・保育園や幼稚園・小学校で歯みがきががんばりカードを実施する。
- ・妊婦歯科健診を周知する。

関係機関

- ・健康推進員などが保育園や幼稚園、小学校で歯みがきの大切さを周知する。
- ・産科外来で歯科健診のPRチラシを掲示する。
- ・歯科医院で正しい歯みがきの仕方を指導する。

イ 生活習慣・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、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。併せて噛むことの大切さについても普及します。

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、ジュースやおやつの与え方等の情報を得る。
- ・食育教室に参加する。
- ・よく噛んで食べる。

行政

- ・親子料理教室を開催する。
- ・食育と歯科保健を合わせた教室を実施する。
- ・乳幼児健診などで生活習慣、食習慣、噛むことを指導する。

関係機関

- ・健康推進員が親子料理教室を開催する。また、おやつのとり方について啓発する。
- ・歯科医師会が歯の大切さを啓発する。

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

歯や口の健康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。



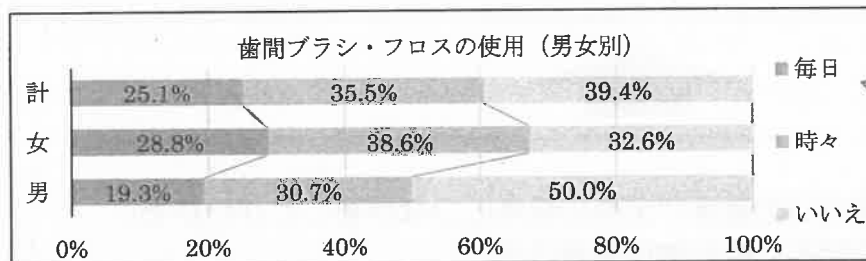
(1) 現状

生涯を通して自分の歯でおいしく食べるためには、働き盛り世代も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。

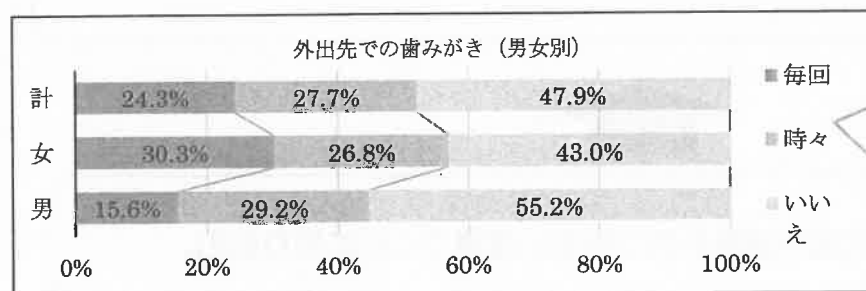
令和元年度歯周病検診問診項目集計結果をみると歯間部清掃器具を使っていると回答した人や、毎日職場や外出先でも歯をみがいていると回答した人は約4人に1人でした。また、毎日就寝前に歯みがきをしている人は約8割いました。このことから、この世代では、昼間の口腔ケアが後回しになりやすい状況が伺えます。

また、年に1回以上歯科医院で定期健診を受けていると回答した人が約4割、仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがあると回答した人が3割いたことから、定期的に歯科健診を受けられ、必要な際には受診しやすい体制づくりがまだまだ不十分と言えます。「症状がなくても定期健診を受ける」「職場内で歯科保健に取り組む」などの意識が低い現状です。

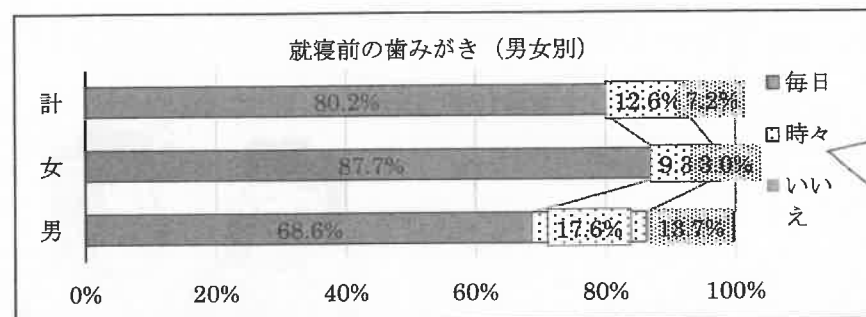
歯や口の健康は全身の健康に影響すると言われています。佐渡市の特定健診の結果では肥満率と喫煙率が高く、間食を摂取する機会が多いと回答する人が多い傾向にあります。さらに糖尿病・高血圧の医療費が高いという現状もあり、生活習慣と口腔ケアを入口とした健康づくりに関する啓発が必要です。



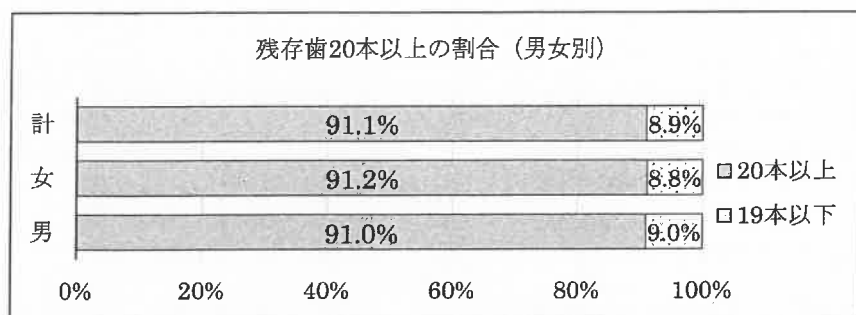
歯間部清掃器具を使っていると回答した人は25.1%しかいません。



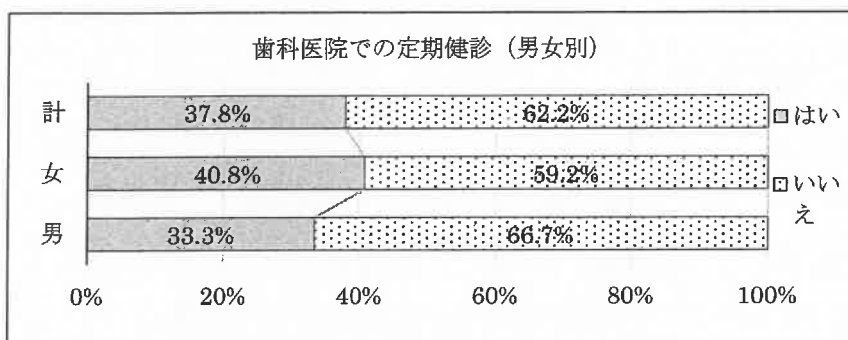
外出先で歯みがきを毎日する人は24.3%でした。男性の方が少ないことから、意識の差のみでなく、外仕事など歯みがき環境が整わない職場があることも想定されます。



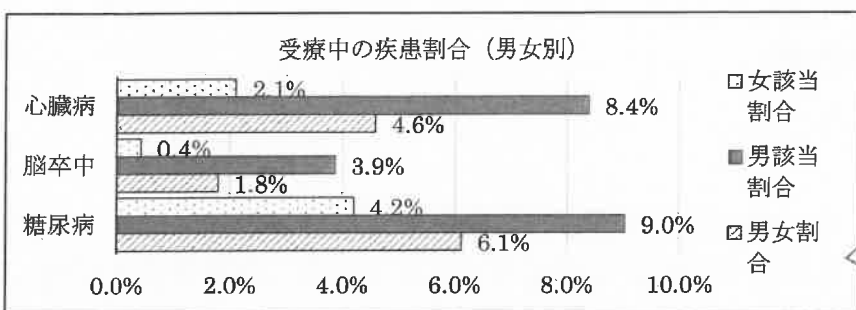
就寝前に歯みがきをしている人は80.2%います。時間にゆとりのある就寝前の歯みがき習慣は定着しつつあります。



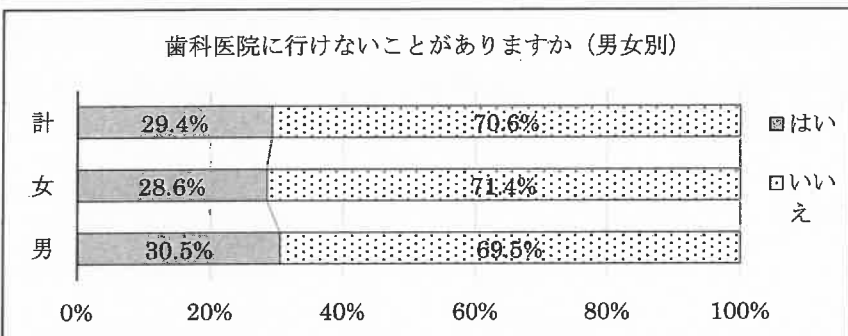
9割の方が残存歯20本以上を維持できていますが、60代以降になると残存歯が少なくなる傾向です。



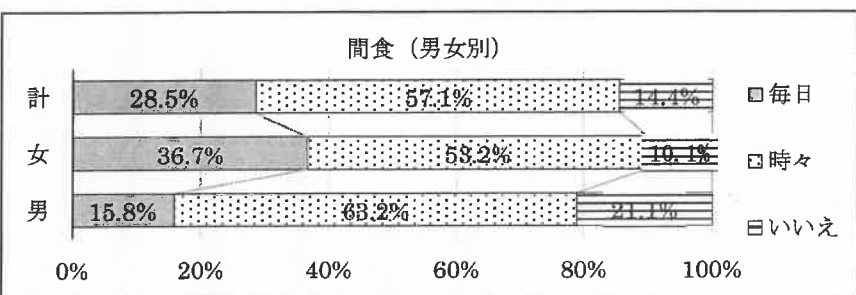
年1回以上歯科医院で定期健診を受けると回答した人は37.8%とメンテナンスに関する意識はまだまだ低い現状です。



歯周病検診を受診した方の中には生活習慣病で受診されている方もいます。男性の方が多いです。



痛みや不具合を感じても歯科医院に行けないと回答した人が29.4%とこの世代の多忙さが伺えます。



間食(甘い食べ物や飲み物)をしている人は毎日と時々を合わせると85%です。食の楽しみを確保しつつ、口腔から体全体の健康維持のため生活習慣を整える必要性を周知しています。

【R1 歯周病検診問診項目集計結果
（市民生活課健康推進室調べ）】 40～70 歳



目標値の評価

働き盛り世代		出典	策定時	現状値 R1 年	目標値 R2	達成 状況
1	歯周病検診を受ける人	歯周病 検診	12.0%	10.1%	30.0%	×
2	歯周病を知っている人	*	50.9%	-	70.0%	-
3	歯間部清掃用器具を使用している	歯周病 検診	23.8%	25.1%	40.0%	○
4	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	*	24.1%	-	50.0%	-
5	成人歯科健診（集団）の会場	特定健 康診査	2会場	8会場	7会場	◎

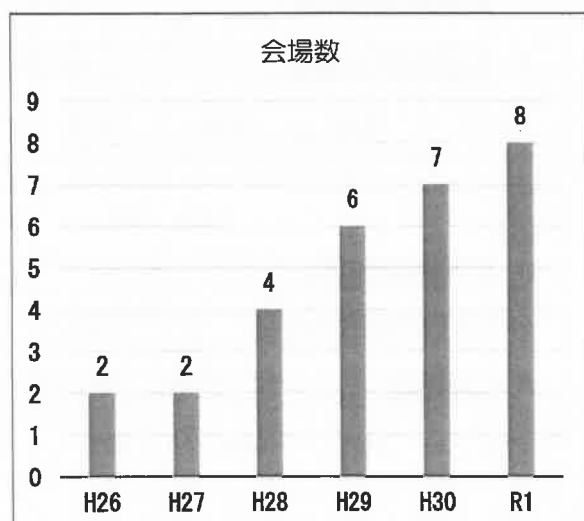
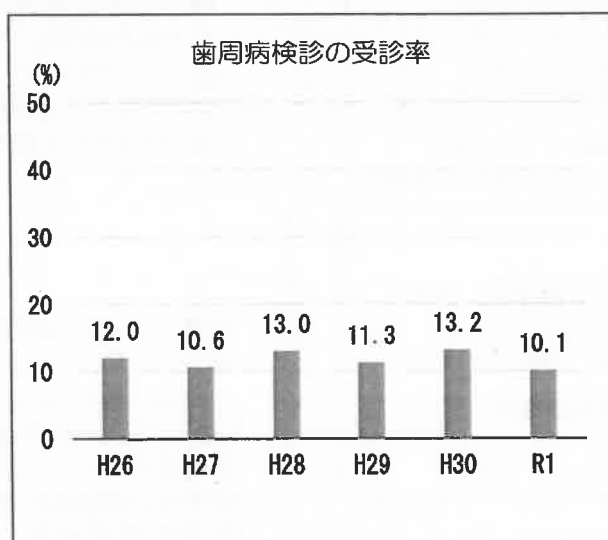
* 策定時 歯の健康に関するアンケート調査（H26）の結果

2・4の現状値は 同様のアンケートが実施できないために評価できず。

（2）これまでの振り返り

【取組の状況】

佐渡市では、口腔ケアに関心をもち適切な行動を意識づけるため、平成18年度から歯周病検診を、平成24年度から特定健診会場内で成人歯科健診を実施しました。歯科健診を受けやすい環境づくりとして歯周病検診は、40・50・60・70歳の節目年齢の方全員へ個別通知による歯科医院での受診勧奨をしています。また集団成人歯科健診は特定健診等と同日に歯科健診が受けられる会場を2会場から8会場に増やし目標を達成しました。



【評価】

個別歯周病検診や集団成人歯科健診を実施しましたが受診率が低く、年 1 回以上、歯科健診で定期健診を受けている人も 4 割です。

歯間部清掃用具を使用している人の割合は、わずかに増加しました。歯間部清掃用器具への関心が低いことについては、使用方法を知らない、面倒等の理由が考えられます。

【課題】

受診率向上に向けての取組が大切です。集団成人歯科検診の会場数については、目標は達成したものの、診察場所や機材、専門職の確保が課題となっており、今後は見直しが必要です。

日々の生活習慣の中では、適切な口腔ケアを毎日継続することが望ましいですが、仕事環境や外出先の環境によってはできないことも推察されます。公私ともに忙しい働き盛り世代の生活スタイルにあった口腔ケアの方法を啓発していく必要があります。働き盛り世代と保健医療の専門職の接点は少ないため職場や歯科医師など関係機関と連携して、適切な口腔の清掃習慣・生活習慣の改善・定期的な歯科受診など正しい知識を普及していく必要があります。

(3) 今後の取組

健診を受けやすい環境づくりとして都合に合わせて受診しやすい個別の歯周病検診を実施し勧奨していきます。歯周病検診の問診項目から現状を評価することで生活実態に合わせて取り組みやすい口腔ケア習慣を提案していきます。

特定健診、健康教育や健康相談、健康学習会などの機会を通し、歯や口の健康と体の健康についての正しい知識を提供し、家族ぐるみで取り組んでいただけるよう啓発していきます。また、該当される方には特定保健指導における禁煙指導を強化していきます。

- 歯周病検診の受診率向上に向けた普及啓発
- 歯の健康に関するパンフレットを健（検）診の場で配布
- 特定健診会場を活用した国保加入者へのポピュレーションアプローチ
- 特定保健指導での禁煙指導を強化
- 高校、職域と連携した出前講座の実施
- 健康推進員が地域の集まり等で歯や口の健康講話を実施

【それぞれの役割】

ア 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歯科受診や歯科健診を受けるなど、歯や口の健康管理は後回しとなりやすい状況にあります。

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自らの健康管理ができるよう働きかけます。

市民

- ・歯周病検診を受ける。
- ・1年に1回定期健診を受ける。
- ・夜寝る前に歯みがきをする。
- ・口腔ケアで歯間部清掃器具を使用する。
- ・歯や口の健康と全身の健康が関連することに関心を持ち、家族ぐるみで適切な生活習慣を実践する。

行政

- ・歯科医師会、歯科衛生士などと連携し、定期的な健診の重要性を広める。
- ・職場で歯の衛生に関するポスターを掲示し、歯の衛生週間ではチラシ等で広報に努める。
- ・健診、健康教育・相談、健康学習会など保健事業を通し、歯や口への関心が高まるよう正しい知識を啓発する。
- ・事業所と連携し、歯みがきや歯間部清掃器具を用いた口腔ケアを推奨する。

関係機関

- ・歯科医院で歯周病検診を推進し、6024（60歳で24本の歯を！）を目指す。
- ・歯科医院で歯みがきや歯間部清掃器具について正しい知識を啓発する。

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 けんこう 健口が健康維持につながることを周知する。



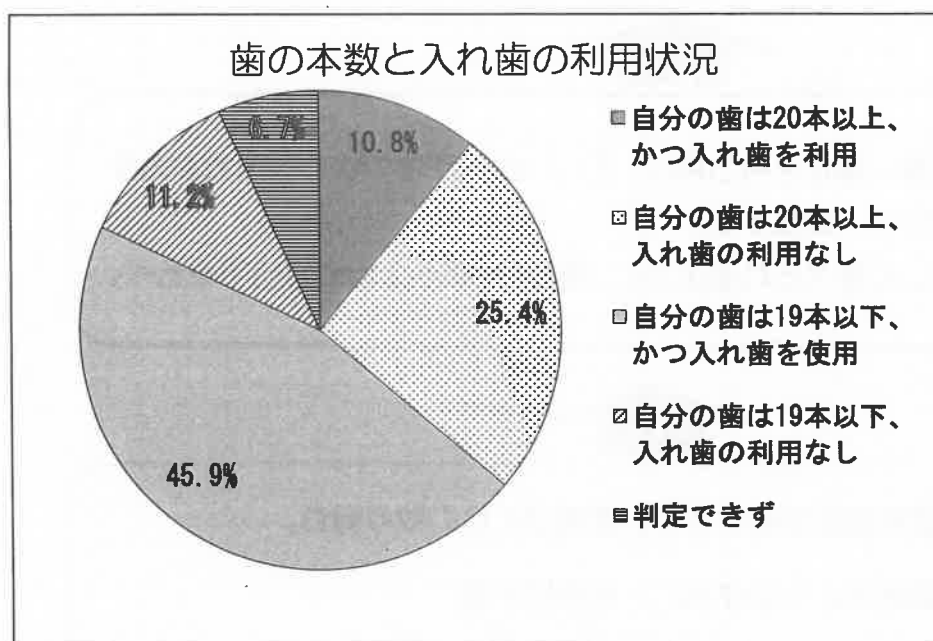
(1) 現状

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。歯科医師会との協力のもと実施する「佐渡 8020 健口シニア表彰」も応募数 70 件（令和元年度）と、歯科に関心を持っている人が多いです。

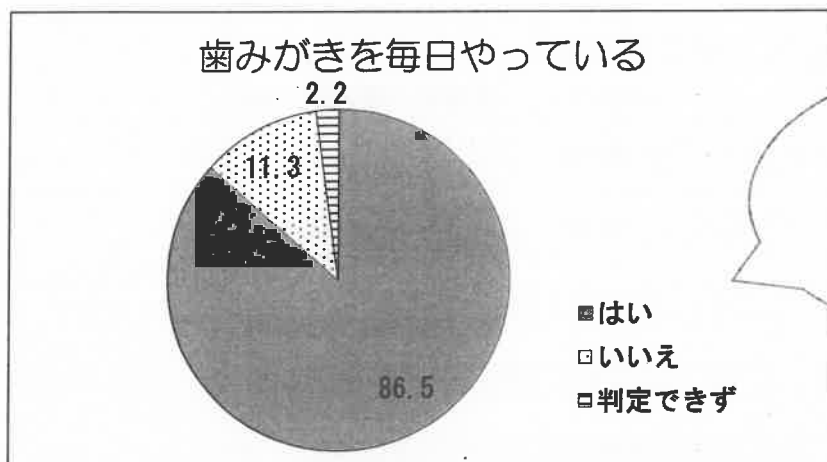
しかし、令和元年度歯周病検診の状況を見ると、気になる症状の項目では「口臭」「噛み具合」「痛み」が多く、入れ歯が合っていない人や、口腔ケアができていないと思われる人もいました。

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。いつまでも自分の歯で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、今後も取り組みが必要です。

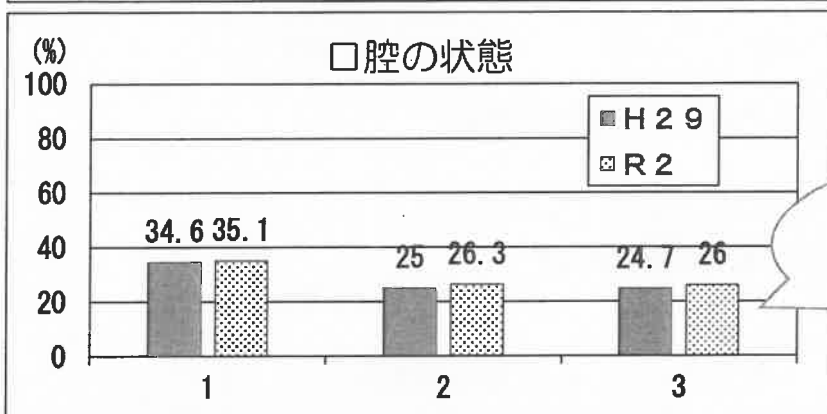


65歳以上で20本以上歯をもっている人は36.2%です。

【令和2年佐渡市高齢者実態調査（日常生活圏域ニーズ調査）】より（65歳以上）】



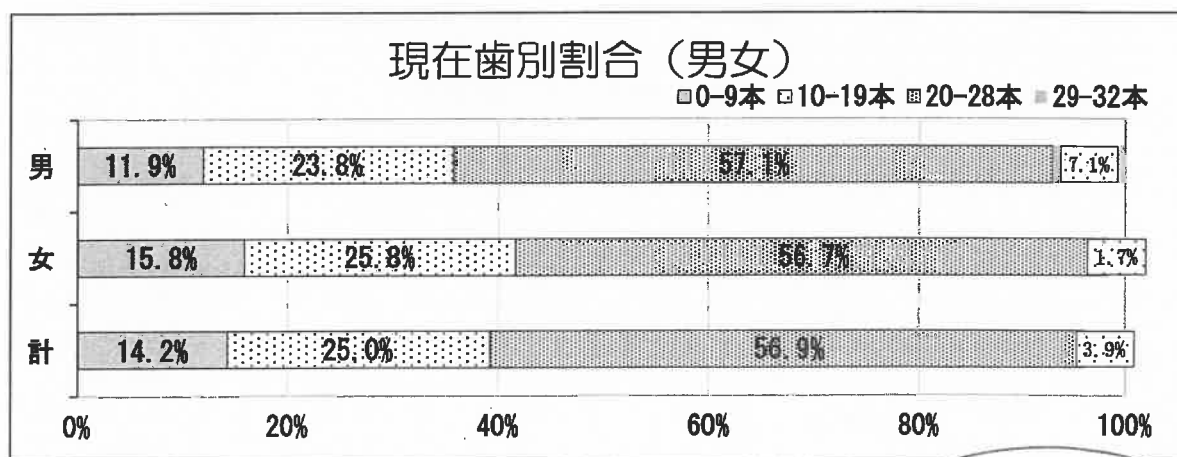
歯みがきを毎日している人は86.5%です。反対に、歯みがきをしていない人が11.3%もいます。



口腔の不調ないし機能の低下を自覚している人は増加傾向です。

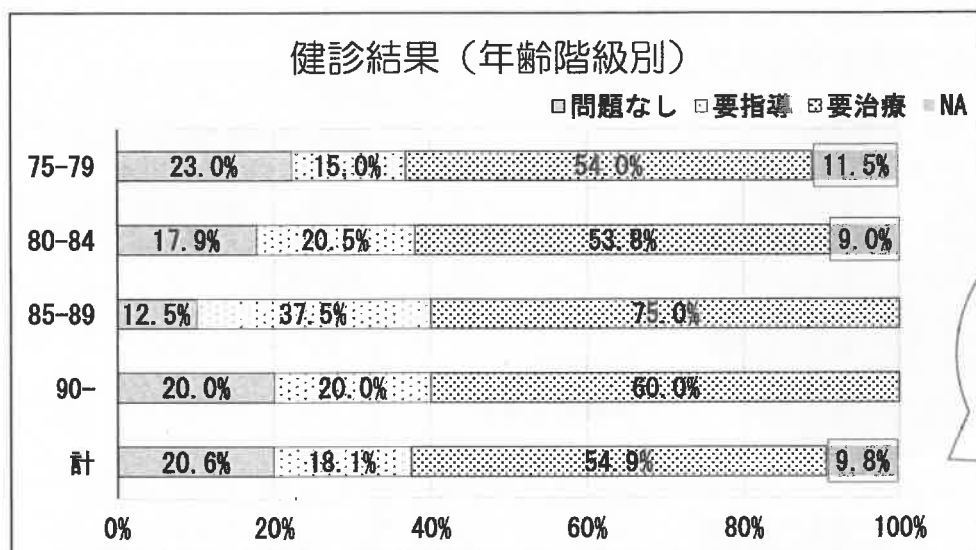
- 1・半年前に比べて硬いものが食べにくくなった
- 2・お茶や汁物でむせることがある
- 3・口の渇きが気になる

【令和2佐渡市高齢者実態調査（日常生活圏域ニーズ調査）】より（65歳以上）



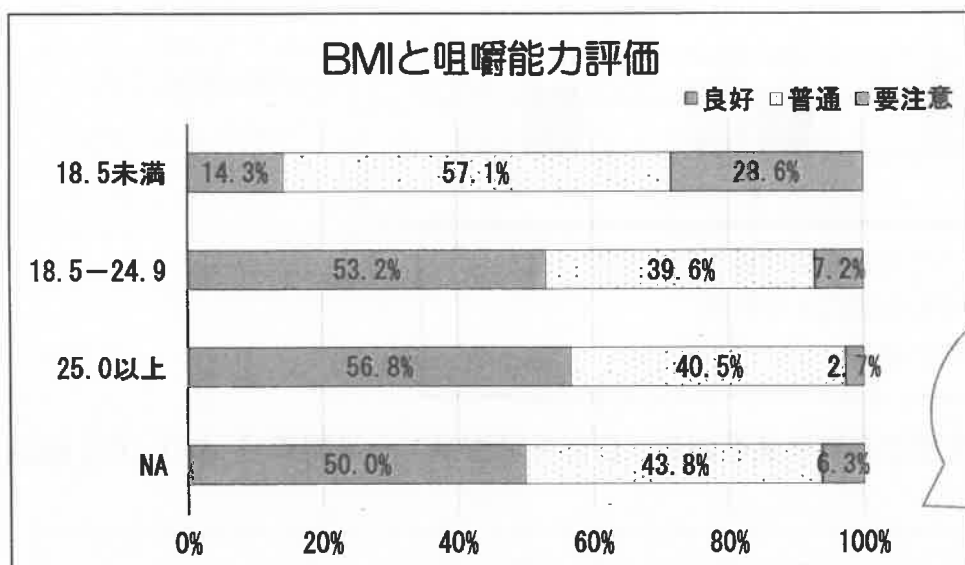
【令和元年度後期高齢者歯科健診受診結果】

受診者の平均現在歯数は19.6本でした。



問題なしの人は
20.6%でした。
54.6%の人は
治療が必要な
状況でした。

【令和元年度後期高齢者歯科健診受診結果】



やせた人の方が
咀嚼能力で要注
意になる人の割
合が高いです。

【令和元年度歯周病健診（個別健診）受診結果】

目標の評価

	活躍盛り世代	出典	策定時	現状値 (参考) R1 年	目標値 R2	達成 状況
1	歯みがきを1日3回以上する人	*	19.9%	45.1%	30.0%	—
2	定期的に歯科医院を受診する人	*	10.7%	61.0%	30.0%	—
3	8020 達成者 (65 歳以上)	*	41.3%	61.3%	50.0%	—
4	歯間部清掃用器具を使用している人	*	22.9%	63.3%	40.0%	—
5	成人歯科健診 (集団) の会場	*	2会場	8会場	7会場	—

*策定時：歯の健康に関するアンケート調査（H26）65歳以上の結果
 現状値：健幸さど21計画アンケート（R1年） 99人実施
 健康推進員など対象の偏りがあり、目安としての参考値とします。
 健康に関して関心度が高い層と考えられます。



(2) これまでの振り返り

【取組の状況】

○ 歯周病検診および後期高齢者歯科健診の実施

従来から行っている歯周病検診に加え、令和元年度には歯や歯周疾患の早期発見、口腔機能低下の予防を目的に、後期高齢者歯科健診（76、80 歳対象）を医療機関又は健診会場で実施しました。受診率は 12.5%でした。（令和2年度は新型コロナウイルス感染症予防のため健診会場では未実施）

○ 健康教育の実施

健康教育として地区学習会や地域サロンや敬老会で歯科に関する（オーラルフレイル）講話や口腔体操を実施しました。地域では、健康推進員が紙芝居や劇などで口腔ケアの大切さを周知したり、口腔体操を実施しています。

○ 歯科医師会等との連携

歯科医師会では、歯科フェアの開催や佐渡健ロシニア 8020 表彰を実施し、口腔の健康に関する意識を高める取組をしています。

【評価】

歯周病検診や後期高齢者歯科健診を実施することで、口腔ケアの啓発の機会となりました。受診者はまだ少なく、約半数は治療が必要という結果でした。

令和２年佐渡市高齢者実態調査では、口腔ケアへの関心が高い人がいる一方で口腔に何らかの支障をきたしている人が多くいることも明確になり、両極化しています。

地区学習会などで、オーラルフレイルについての普及啓発が進んできました。

【課題】

健診受診者が少ないことから、健診の受診率向上に向けた取組と定期的な受診行動がとれるようにしていく必要があります。

全身の健康状態を維持するためにも、自分の歯や口に関心を持ち、日頃からの口腔ケアの意識づけが重要です。特に高齢者は噛むことが困難になると食事の偏りにつながりやすく、低栄養からフレイルが進み要介護状態に結びついていくことも心配されます。介護予防の観点からも、積極的な取組が必要です。

（３）今後の取組

- 定期歯科健診の重要性及び口腔ケアについて普及啓発します。
メディア等を活用した歯科保健に関する普及啓発をすすめます。
- フレイル予防の一環として口の健康を推進していきます。
フレイル健診の間診で口腔の気になる項目に該当する人の健康相談や通いの場でオーラルフレイル※の健康教育を実施します。
- 歯科医師会等関係機関と連携し取り組みます。
佐渡健口シニア８０２０表彰の継続を普及啓発します。

~~~~~

#### 用語説明

※オーラルフレイル：食物を噛んだり飲み込んだりする機能が低下したり、滑舌が悪くなったりするなど“口”に関連する機能が低下しつつある状態のこと。



## 【それぞれの役割】

ア 定期的な歯科健診が受けやすい環境づくりに取り組む。

イ <sup>けんこう</sup> 健口が健康維持につながることを周知する。

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意識づけや環境づくりに取り組んでいきます。

口腔ケアをすることで、むし歯や歯周病、フレイル予防をし健康な生活を維持できるよう働きかけます。

### 市民

- ・歯みがきや入れ歯の手入れ、口の体操を習慣にする。
- ・よく噛み、よく話すことを実践する。
- ・かかりつけ歯科医をもち、定期歯科健診や適切な受診をする。
- ・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する。

### 行政

- ・健康相談や健康教育等で、口の健康の大切さや定期歯科健診の重要性について普及啓発する。
- ・佐渡健口シニア 8020 表彰を行い、口の健康について意識を高める。
- ・歯周病検診、後期高齢者歯科健診を周知し受診勧奨を行う。
- ・高齢者の歯や口の状況を把握し、指導する。
- ・歯科健康教育やメディアを活用し、口腔機能向上の重要性を伝える。

### 関係機関

- ・歯科医や歯科衛生士等が、健康相談・健康教育を行い、口の健康の大切さや定期健診の重要性について普及啓発する。
- ・歯科医師会が歯の健康フェアで 8020 表彰を行い、口の健康について意識を高める。
- ・健康推進員が地域の集会で、健康講話や口の体操をする。

## 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 介護者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

障がいがあっても口からおいしく食べ、口腔内を健康に保つことは重要です。

介護通所施設では誤嚥性肺炎予防の意識が高くなり、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が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が大切です。

令和元年度から在宅要介護者等歯科保健推進事業の実施要件が変更されたため、利用者は減少していますが、現在は「在宅歯科医療連携室」が窓口となり、令和元年度は71件相談や訪問等を実施しています。

障がいのある方の中には、口腔内の汚れや喪失歯が多いなどの印象があります。口腔ケアの実態は把握できておらず、定期的な歯科受診や意識づくりが必要です。

### 目標の評価

| 介護を要する方・障がいがある方 |              | 出典 | 策定時 | 現状値<br>H30年 | 目標値<br>R2 | 達成<br>状況 |
|-----------------|--------------|----|-----|-------------|-----------|----------|
| 1               | 訪問歯科診療を利用する人 | *  | 31件 | 56件         | 50件       | ◎        |

\* H30年度の在宅要介護者等歯科保健推進事業24件、在宅歯科医療連携医室での相談、訪問 32件

## (2) これまでの振り返り

### 【取組の状況】

- 精神障がい者地域生活支援事業やリハビリ教室の中で、保健師が歯科講話を行いました。
- 佐渡保健所が主催する歯科保健調査企画連携協議会に参画しました。

### 【評価】

在宅で介護を要する方の口腔ケア等については相談窓口となる「在宅歯科医療連携室」が佐渡歯科医師会によって設置されたことにより、訪問歯科診療等の利用がスムーズになってきました。

また、令和元年度から佐渡保健所主催の歯科保健調査企画連携協議会で障害児（者）の歯科保健について検討しています。

これからも関係機関と連携しながら、在宅歯科医療等の取り組みを進めて行く必要があります。

## 【課題】

介護を要する方や、障がいのある方の口腔に関する現状と課題を、関係機関と連携して情報共有する必要があります。

## （３）今後の取組

- 関係団体や関係課との連携 現状の共有と役割調整
- 障がいのある方への歯科教育

## 【それぞれの役割】

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

- ・ 歯みがきをする。
- ・ 定期的に歯科健診を受ける。
- ・ 口腔ケア教室に参加する。

### 行政

- ・ 訪問歯科健診、訪問歯科診療を周知する。
- ・ 本人、保護者、介護者に歯みがき指導を行う。

### 関係機関

- ・ 介護施設で口腔ケア教室の開催、歯みがきや口の体操など、歯科保健指導を行う。
- ・ 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る。
- ・ 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る。
- ・ 歯科医師会で定期健診の重要性を伝え、受診困難者には在宅歯科医療について周知する。
- ・ 在宅歯科医療連携室で在宅歯科診療を推進する。

### 第3節 主な事業の目的・目標と評価指標

|           | 事業名                                      | 事業目的                                              | 事業の目標                                                    |
|-----------|------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| 親になる意識をもつ | 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。                  |
|           | パパとママのためのマタニティセミナー                       | 親になる前に生活習慣の見直しができる。                               | 妊娠期からの食習慣・生活習慣の問題に気づき改善できる。                              |
| 生活習慣を確立する | 乳幼児健診<br>離乳食講習会                          | むし歯予防・噛むための口の仕組みを知り、実践できる。                        | おやつの適正摂取がわかる。<br>児の歯の状態や歯みがきの仕方がわかり、実践できる。<br>噛む大切さがわかる。 |
|           | フッ化物歯面塗布<br>フッ化物洗口                       | むし歯予防をする。                                         | むし歯予防だけでなく、子ども自身が歯の健康に関心をもてる。                            |
|           | 健康教育<br>健康相談                             | 適切な口や歯の手入れ方法がわかり実践できる。                            | むし歯予防や歯周病予防、オーラルフレイル予防の方法を知る。                            |
| 歯の健康管理をする | 歯周病検診<br>後期高齢者歯科健診                       | むし歯や歯周病の早期発見とその予防ができる。                            | 歯周病予防への関心を持ち口腔ケアができる。                                    |
|           | 市民活動<br>健康推進員<br>しまびと<br>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。                                      |
| 連携        | さど歯っぴー<br>キッズプロジェクト<br>歯科保健調査<br>企画連携協議会 | 歯科医師会や保健所と連携し、歯科対策を推進する                           | 歯科に対する関心を高める。                                            |
|           | 訪問歯科健診<br>訪問歯科診療                         | 要介護者などが自宅で歯科健診・歯科診療や口の相談が受けられるよう歯科医師会や関係機関と連携をする。 | 口腔の状態を良くすることで介護負担の軽減を図る。                                 |

## 評価指標（新しい評価項目）

### 【育ち盛り】

| 評価項目                                   | 基礎データの根拠  | 現状<br>(H30) | 目標<br>(R7) |
|----------------------------------------|-----------|-------------|------------|
| おやつ回数（1日2回以下）<br>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 | 89.2%       | 90.5%      |
| 仕上げみが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 | 87.1%       | 90.0%      |
| 1日3回歯みがきを実施している割合（小学生）                 | 生活習慣アンケート | *           | 80.0%      |
| 12歳児一人平均むし歯本数                          | 県統計       | 0.25本       | 0.5本       |
| 3歳児むし歯有病率                              | 県統計       | 21.4%       | 15.0%      |
| 5歳児むし歯有病率                              | 県統計       | 48.9本       | 40.0%      |
| フッ化物歯面塗布受診率                            | 受診率       | 63.1%       | 80.0%      |
| フッ化物洗口実施者率                             | 受診率       | 90.3%       | 93.0%      |
| 妊婦歯科健診受診率                              | 受診率       | 44.0%       | 50.0%      |

\* 参考値 歯の健康に関するアンケート（H25） 49.7%

### 【働き盛り】

| 評価項目                  | 基礎データの根拠 | 現状<br>(R1) | 目標<br>(R7) |
|-----------------------|----------|------------|------------|
| 歯周病検診を受ける人            | 歯周病検診    | 10.1%      | 30.0%      |
| 歯間部清掃用器具を使用している       | 歯周病検診    | 25.1%      | 40.0%      |
| 夜寝る前に歯みがきをしている人       | 歯周病検診    | 80.2%      | 90%        |
| 家族や周囲の人々が日頃歯の健康に関心がある | 歯周病検診    | 58.8%      | 65%        |
| 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受ける  | 健診時アンケート | R3健診時把握    | 45%        |
| 60歳で自分の歯が24本以上ある      | 歯周病検診    | 84.3%      | 90%        |

【活躍盛り】

| 評価項目                       | 基礎データの根拠      | 現状<br>(R1) | 目標<br>(R7) |
|----------------------------|---------------|------------|------------|
| 歯みがきを毎日する人<br>(65 歳以上)     | 高齢者実態調査       | 86.5%      | 90%        |
| 年に 1 回以上は歯科医院で定期<br>健診を受ける | 健診時アンケート      | R3 健診時把握   | 5%<br>増加   |
| 8020 達成者                   | 佐渡市高齢者実態調査    | 36.2%      | 50.0%      |
| 後期高齢者歯科検診を受ける人             | 後期高齢者<br>歯科検診 | 12.5%      | 17.5%      |

【障がい・介護】

| 評価項目          | 基礎データの根拠 | 現状<br>(R1) | 目標<br>(R7) |
|---------------|----------|------------|------------|
| 障がい児（者）への歯科教育 |          | 4 件        | 増加         |

## 第3章 資料

### 第1節 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 最終評価

佐渡市健康づくり推進懇談会で必要に応じ見直しを行います。

計画の最終年度である令和7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。

### 第2節 計画の検討体制

1 歯科保健担当会議 令和2年4月～令和3年1月 6回

2 計画推進担当会議 令和2年4月～令和3年1月 10回

#### 3 健康づくり懇談会

| 開催日       | 内容              | 参加者数 |
|-----------|-----------------|------|
| 令和3年1月21日 | 現状と課題・今後の取組について | 28名  |

##### 〈会議で出された意見〉

- ・なぜ噛まなくてはならないか、噛む効果を知りたい。
- ・柔らかいものばかりで噛む経験がない。
- ・子どものころからの習慣だなあ。
- ・むし歯も感染症だと知った。
- ・歯医者に行きたくても仕事を休んでまでいけない。
- ・やらざるを得ない環境づくりも必要 など

## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.







◇ 発行 佐渡市 市民生活課 健康推進室

◇ 発行日 令和3年3月

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