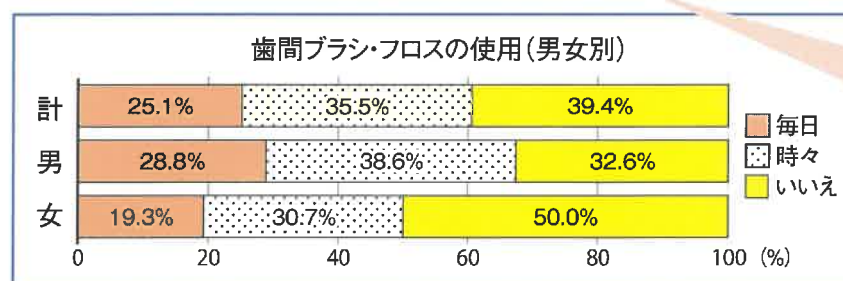
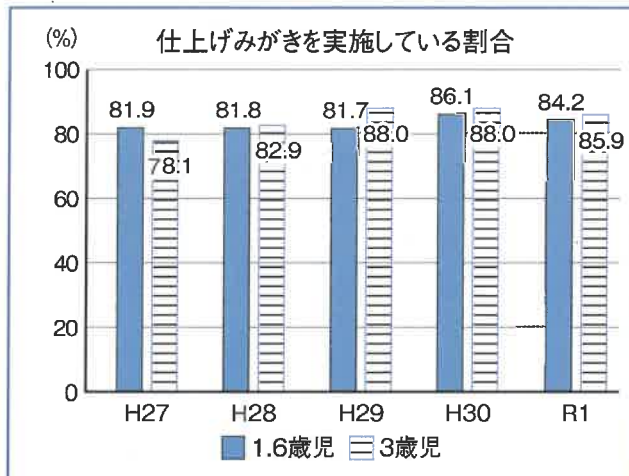
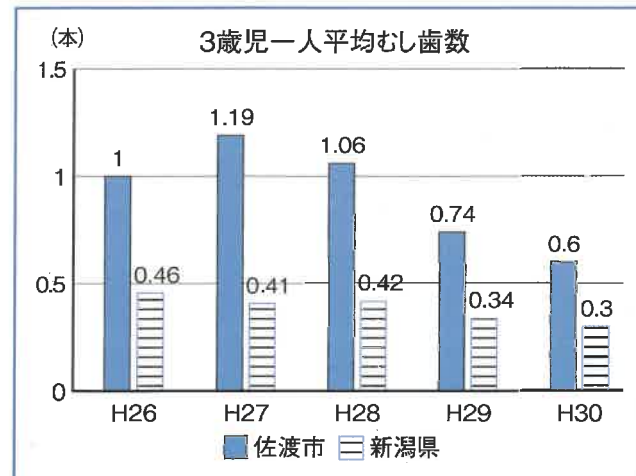
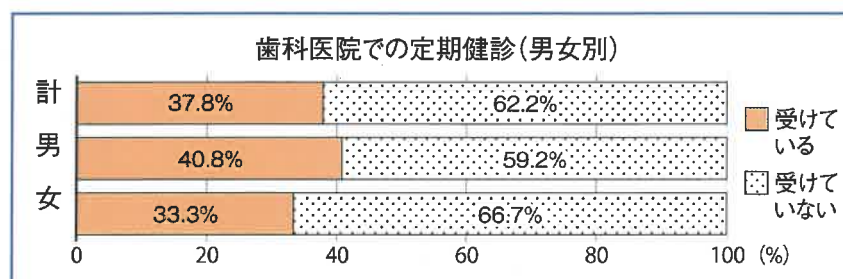


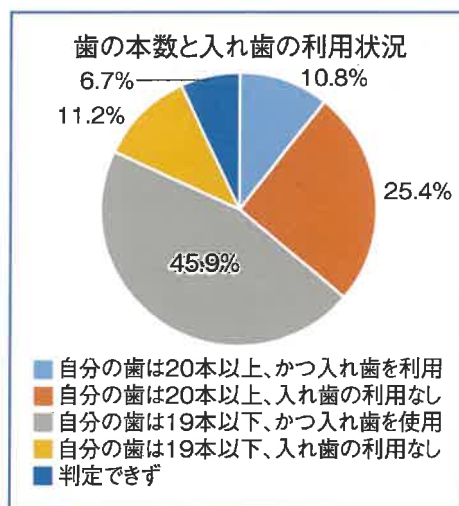
市の現状



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！



歯科医院で定期的に健診を受けましょう。



歯に関心を持つ人がふえてきた。

健康づくり懇談会での声



歯医者に行きたくても仕事を休んでまで行けないな。

65歳以上で20本以上歯をもっている人は36.2%です。

昔より噛まなくなった。噛むことは大切。

むし歯菌も感染症と知り驚いた。

おいしく食べてあふれる笑顔
けんこう 健口家族



第2次 佐渡市歯科保健計画

(改定) 概要版



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。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。

いつまで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。

佐渡市全体で歯や口の健康を大切に、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。



目標に向けて「取り組むこと」



育ち盛り世代 おおむね 0～18歳

基本方針：歯や口を大切にした生活習慣の確立

目標 親子でむし歯を予防する



◎食べたらみがく歯みがき習慣を身につける

- 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。



◎生活習慣・食習慣を身につける

- 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、ジュースやおやつと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、よく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、おやつのとお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。



働き盛り世代 おおむね 19～64歳

基本方針：歯や口の健康を自分で守る生活習慣の実践

目標 歯や口の健康を意識した生活を送る

◎定期的な歯科健診を受けやすい環境づくりに取り組む

- 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もち、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。
 - ・歯の衛生に関するポスターや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。



介護を要する方・障がいを持つ方

基本方針：歯や口の適切なケアによる健康の維持・向上

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

◎歯科治療や健診が受けられる環境づくりに取り組む

- 市 民**
- ・歯みがきをする。
 - ・定期的に歯科健診を受ける。
- 行 政**
- ・口腔ケア教室に参加する。
 - ・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を行い、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。



活躍盛り世代 65歳以上

基本方針：おいしく食べるための生活習慣の継続

目標 いつまでもおいしく楽しく食べて健康を保つ



◎定期的な歯科健診が受けやすい環境づくりに取り組む

◎健口が健康維持につながることを周知する

- 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もち、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する。

- 行 政**
- ・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。

