

## 歯の健康

- 歯は、おいしく食べる、会話を楽しむなど、豊かで質の高い生活を送るために欠かせないものです。
- 歯の健康は、全身の健康にも影響を与えます。
- 歯の健康は、適切な生活習慣を身につけることによって、生涯保つことができます。
- 健康寿命の延伸を目指した 8020 運動を推進します。

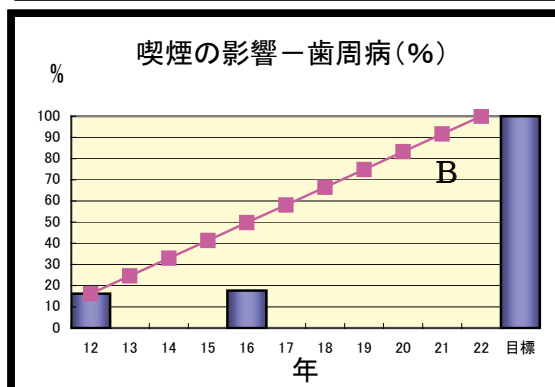
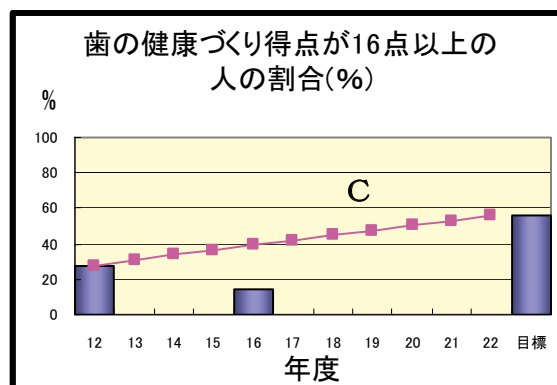
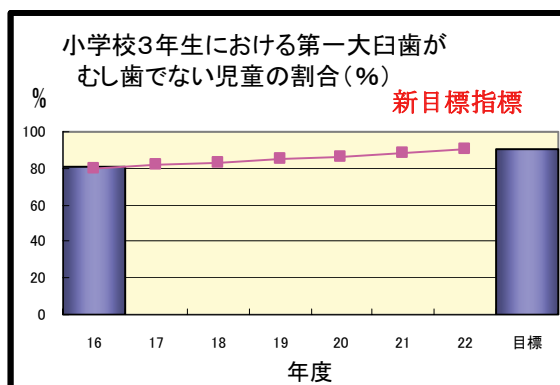
### 【中間評価の現状と課題】

(中間評価における指標の達成等の状況)

分野	達成(A)	改善(B)	悪化(C)	保留(D)	不明(E)	合計
歯の健康に関する指標	6 (35.3%)	8 (47.1%)	3 (17.6%)	0 (-)	0 (-)	17 (100%)

(現状)

- 永久歯むし歯の減少を目指して、幼稚園・保育所(園)、小学校、中学校におけるフッ化物洗口を推奨してきた結果、平成 16 年度末には、204 の小学校で実施され、平成 22 年度の目標値は達成されました。
- 12 歳児のむし歯の本数の減少を健康指標として掲げているため、関係機関の協力を得ながら、小・中学校における永久歯むし歯の有病状況を把握できるシステムを稼働させました。これにより、永久歯むし歯が減少しているかどうかを確認するための仕組みを構築することができました。
- 『歯の健康づくり得点』を市町村に周知することができ、7 つの市町村の健康増進計画に取り入れられました。しかしながら、16 点以上獲得できる人の増加はまだまだこれからです。
- タバコと歯周病の関係について知っている人の割合は 17.7% にすぎず、十分周知されているとはいえません。そこで、オリジナルのリーフレットを作成し、地域や職域での知識の普及啓発に活用できる媒体が確保できました。
- 1 歳 6 か月児の行動指標として「おやつ回数」「おやつ内容」についての指標を掲げましたが、1 歳 6 か月以前に歯科保健指導の機会を十分確保していない市町村が多く、また、代替甘味料の普及により平成 22 年度を到達地点とする指標としてはふさわしくない状況となりました。



## （課題）

- 現在フッ化物洗口を実施している施設が、長期的に効果を確認しながら継続実施できるような支援体制を整える必要があります。
- 子どもたちの歯の健康が保たれているか、むし歯の有病状況が改善しているかについて、年次推移を観察、把握していく必要があります。
- 市町村・職域への施策推進のための1つのツールとして『歯の健康づくり得点（県作成の3部複写）』の提供体制を確立していく必要があります。
- 8020達成を目指し、タバコと歯周病の関係について、県が作成したリーフレット等を活用しながら、積極的に関係機関があらゆる機会を通じて、広く県民に啓発していく必要があります。
- ここ数年の代替甘味料の普及により、むし歯を誘発する砂糖の含有量の多いおやつが減少してきています。そのため、おやつに関する指標を見直し、加えて、この行動指標に係る保健指導を行う場の提供を市町村が設定できるよう県は促していく必要があります。

## 【 取組方向 】

### （県民自らの取組）

- かかりつけ歯科医を持ち、毎日のセルフチェックに加えて、専門的なケアを受けるようにします。
- 毎日2回、フッ化物配合歯磨き剤を用いて歯みがきをします。また、必要に応じて、歯間部清掃用器具（歯間ブラシ、デンタルフロスなど）を使用します。
- 8020を目指して、歯の健康を意識した健康生活を送ります。
  - 乳幼児期：むし歯を予防するため、歯みがき習慣や規則正しい生活習慣などを守ります。
  - 学童期：むし歯を予防するため、積極的にフッ化物を活用します。
  - 成人期：歯周病を予防するため、自分にあった歯みがき方法を身につけます。  
：6024（60歳で24本の歯）を目指します。

### （関係機関の取組）

- 歯周病対策のため、歯間部清掃用器具が身近な場所で購入できるようにしていきます。
- 関係機関（病院や診療所など）と連携し、どこの歯科診療所でも適切な歯周病に対する指導や治療が受けられるようにします。
- 職域等で歯科健診が実施されない場合においても、『歯の健康づくり得点』を活用することにより、就労者に対して歯を失うリスクについて知らせることができるようになります。

### （行政の取組）

- むし歯の予防対策の一つとしてのフッ化物の応用（フッ化物歯面局所塗布、フッ化物配合歯磨き剤、フッ化物洗口など）を推奨していきます。
- フッ化物洗口に取り組んでいる施設のむし歯が効果的に減少するよう実施施設を支援していきます。また、新たに取組もうとしている施設が円滑にフッ化物洗口できるように環境整備をしていきます。
- 8020を達成するため、『歯の健康づくり得点』が歯の健康に関する状況把握に活かせるツールであることを従来にも増して周知していきます。
- 歯周病とタバコの関係（喫煙の害の1つとしての歯周病）について、あらゆる機会を活用して積極的に知識の普及啓発をしていきます。
- 乳児期からの生活習慣が乳歯のむし歯に影響を与えるため、市町村は1歳6か月児歯科健康診査以前に歯科保健指導する機会を確保するように努めます。

【指標・目標】

番号	重点項目	種類	項目	指標	資料	新目標	県独自指標	策定時ベースライン値	中間評価時		
									直近値	判定区分	新目標値(単位等)
1		健康	むし菌のない幼児の増加	むし菌のない幼児の割合(3歳児)(%)	母子健康診査マニュアル報告			68.5	78.7	A	90 %以上
2	○	健康	むし菌のない児童の増加	小学3年生における第一大臼歯がむし菌でない児童の割合(%)	愛知県「地域歯科保健業務状況報告」	○	○	—	80.6	—	90 %以上
3		健康	一人平均むし菌数の減少	1人平均むし菌数(12歳)(本)	愛知県歯科医師会「学校歯科保健調査」			2.7	1.7	A	1 本以下
4		健康	進行した歯周炎の減少	進行した歯周炎を有する人の割合(40歳)(%)	保健所独自調査(平成13年度以降は、「老人保健法による歯周疾患検診結果」調べ)			21.0	25.6	C	10 %以下
5		健康	80歳で20本以上自分の歯を持つ人の増加	80歳で20本以上自分の歯を持つ人の割合(%)	愛知県「80歳における歯の健康づくり実態調査」(平成17年)			9.4	37.4	A	32 %以上
				市町村の平均現在歯数として60歳で24本以上の市町村数の割合(%)	愛知県「老人保健法による歯周疾患検診結果」	○	○	—	56.3	—	80 %以上
6		行動	フッ化物歯面塗布を受けたことのある幼児の増加	フッ化物歯面塗布を受けたことのある幼児の割合(2歳児)(%)	市町村歯科保健業務報告(平成14年度以降は、地域歯科保健業務状況報告)			52.8	67.6	B	85 %以上
7		行動	甘い食品・飲料を頻回飲食する習慣のある幼児の減少	よく飲む飲み物に問題がある幼児の割合(%)	保健所独自調査(1・6歳児)(平成12年度以降は、母子健康診査マニュアル報告)			39.0	30.3	A	20 %以下
8		行動	歯間部清掃器具の使用の増加	歯間部清掃器具使用者の割合(%)	愛知県「生活習慣関連調査」			16.0	22.2	B	32 %以上
9		行動	喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及(再掲)	喫煙の影響-歯周病(%) (再掲)	愛知県「生活習慣関連調査」			16.2	17.7	B	100 %
10		行動	定期的に歯科の健康診査を受けている人の増加	定期的に歯科の健康診査を受けている人の割合(%)	愛知県「生活習慣関連調査」			13.8	18.7	B	27 %以上
11	○	行動	8020を目指した『歯の健康づくり得点』の増加	歯の健康づくり得点が16点以上の人の割合(%)	愛知県「生活習慣関連調査」	○	○	28.0	13.8	C	56 %以上
12		行動	8020運動を知っている人の増加	8020運動を知っている人の割合(%)	愛知県「生活習慣関連調査」	○	○	50.5	53.2	B	100 %
13		環境	歯科保健指導が受けられる場の増加	1歳6か月児歯科健康診査以前に歯科保健指導が受けられる場を設定している市町村の割合(%)	愛知県「地域歯科保健業務状況報告」	○	○	—	80.5	—	100 %
14		環境	集団のフッ化物洗口を実施している小学校の増加	フッ化物洗口を実施している小学校数(校)	全国フッ化物洗口実態調査報告(平成12年度以降は、健康対策課調べ)			2	204	A	300 校以上

注)  = 策定時の目標値を変更しました。

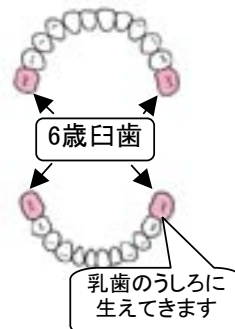
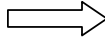


エアファイからの提案

6歳臼歯(第一大臼歯)を守りましょう!

6歳臼歯は6歳ごろに生えてくる大人の歯(永久歯)です。永久歯の中では、噛む力が一番強く、かみ合わせの中心で、8020を達成する要の歯です。8020を目指すためにも、この歯をむし菌から守ることが大切です。お口の中に発見したら、その後3年くらいはむし菌になりやすい時期ですから、特に注意が必要です。

どうしてむし菌になりやすいの?



歯ぐきの中から歯がお口の中に完全に生えてくるまでには時間がかかり、無意識に磨くだけでは歯フラシがとどきません! 歯のある場所を鏡でよく確認して歯磨きをしましょう。

むし菌を予防するために・・・「フッ化物の利用が効果的です。」



フッ化物配合歯磨き剤を、毎日使しましょう。



みんなで、フッ化物洗口!

将来、8020を達成するために。  
～「歯の健康づくり得点」でチェックしましょう～

	はい	いいえ
歯ぐきが腫れることはありますか	0	4
歯がしみることはありますか	0	3
趣味はありますか	3	0
間食をよくしますか	0	3
かかりつけの歯医者さんはいませんか	2	0
歯の治療は早めに受けるようになっていますか	1	0
歯ぐきから血が出ることはありますか	0	1
歯みがきを1日2回以上していますか	1	0
自分の歯ブラシがありますか	1	0
タバコを吸いますか	0	1

全部の数字をたして、16点以上あれば大丈夫だよ！



この10の設問は、すべて、歯の健康を維持できるかどうかに関係している項目です。右の欄にある「0,1,2,3,4」という数字は、それぞれの項目の歯を失う影響の大きさを示します。歯ぐきが腫れたり、歯がしみたり、歯ぐきから血が出るなどの自覚症状は、歯周病やむし歯があるかもしれない、という大切なシグナルです。また、たばこや間食習慣、趣味の有無などの生活習慣も、歯を失うかどうかに影響をしています。1本でも歯を失わないために、この10のチェックを常に行ってみましょう。今日から、0点の項目を1つでも減らすことができるように、心がけてみませんか？「遅い」ということはありません！



「歯ぐきが腫れることはありますか」の問いに「はい」と答えたあなた！近い将来、歯を失うリスクがとてつもないので、今日からまず、ていねいな歯みがきを心がけましょう。

【用語の説明】

フッ化物の応用

「フッ化物の応用」とは、歯をむし歯から予防するためにフッ化物洗口やフッ化物配合歯磨き剤、フッ化物歯面塗布などを、年齢や場面に応じて方法を選択しながらうまく活用すること。

歯間部清掃用器具

歯ブラシでは十分に除去できない歯と歯の間の汚れを取り除くことが歯周病を予防する歯の磨き方のポイントの一つとなる。この汚れを除去するための用具の総称を歯間部清掃用器具という。具体的には、デンタルフロスや歯間ブラシなどがあるが、適切な使い方をしなければ歯周病を予防する(克服する)ことができないので、自分にあったものを選択し、適切な使い方を身につけることが重要。

## 8020運動

日本人の平均寿命は約80歳であること、約20本歯があれば何でもおいしく食べられること、の2つの内容を加味し、歯科界の目指す方向性を示したキャンペーン。この「8020運動」は、愛知県衛生対策審議会歯科保健対策専門部会(昭和63年当時)で提案され、厚生省(当時)でも取り上げられ、全国展開されるに至った。

## 代替甘味料

「むし歯にならない」あるいは「むし歯になりにくい」とされる甘味料であり、具体的には、キシリトールやエリスリトール、アスパルテームなど。

## CPI(Community Periodontal Index)

WHOが、1997年に歯周疾患について、地域歯周疾患指標を評価するため開発したもの。ここでいう『ポケット』とは、歯と歯ぐきの間にできたすきまのこと。

評価基準：

code:0	健全
code:1	出血あり
code:2	歯石あり
code:3	4～5mmに達する深さのポケット
code:4	6mm以上の深さのポケット

## 歯の健康づくり得点

愛知学院大学歯学部口腔衛生学講座中垣晴男教授が開発したツール。

住民に対する歯科健診を実施することが困難な場合であっても、住民自身が歯を失うリスクを知ることができ、かつ、個人行動の変容を促すことのできるツール。加えて、市町村施策として歯科健診を実施できない場合においても、8020を目指すための施策構築を検討する上で役立つ情報を得ることができる。