

のだむら

歯と口腔の健康づくり基本計画(第2次)



令和8年3月

野田村

第1章 計画策定にあたって



1 計画策定の趣旨

歯と口腔の健康は、単に食べ物を咀嚼するというだけでなく、食事や会話を楽しむなど、心身ともに健やかで豊かな人生を送るうえで重要な役割を果たしています。

厚生労働省では、平成元年から、「生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように」と願いを込めて、「楽しく充実した食生活を送り続けるためには、妊産婦を含めて生まれてから亡くなるまでの全てのライフステージで健康な歯を保つ」ことを目標に 8020 運動を展開しました。平成 23 年 8 月には、「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であり、国民の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の保持に極めて有効である」とし、「歯科口腔保健の推進に関する法律」が施行されています。

岩手県においても、平成 25 年 3 月に制定した「岩手県口腔の健康づくり推進条例」に基づき、口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、令和6年3月に「イー歯トープ 8020 プラン(岩手県口腔の健康づくり推進計画)(第2次)」を策定しています。

野田村では、平成 29 年3月に「第2次健康のだ 21 プラン」を策定し、その中で「歯の健康」を健康分野のひとつとして、「美味しく食べたり、楽しく話したりすることができる」を目標に、定期歯科健康診査の重要性について啓発するとともに、世代に応じた口腔の健康づくりを進めてきました。

今回、さらに歯と口腔の健康に関する施策を総合的に推進するため、平成26年3月に施行した「歯と口腔の健康づくり条例」に基づき、すべての村民が生涯を通してむし歯と歯周疾患の予防に仕組み、必要な歯科保健サービスを受けられるよう、歯と口腔の健康づくりの推進を目的として、「のだむら歯と口腔の健康づくり基本計画(以下「本計画」という。)」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、「歯科口腔保健の推進に関する法律(平成 23 年法律第 95 号)」第 3 条第 2 項に基づいて制定された「歯と口腔の健康づくり推進条例(平成 26 年条例第 2 号)」第 8 条に規定される歯と口腔の健康づくりに関する基本計画です。

また、県の「イー歯トープ 8020 プラン(岩手県口腔の健康づくり推進計画)(第2次)」及び野田村総合計画の、保健福祉関係計画との整合・連携を図った計画です。



3 計画の期間

本計画は、令和8年度から令和17年度までの10年間とし、社会情勢の変化や、制度の改正などを踏まえ、中間年度(令和12年度)に評価を行い、必要に応じて見直すこととします。

4 計画の推進

この計画の推進にあたっては、計画の実効性を確保するために、野田村健康づくり推進協議会やパブリック・コメント制度等の場を通じて村民の意向を反映させるとともに、関係機関との連携を図りながら進めるものです。



第2章 計画の基本方針

1 基本理念

本計画は、村民の生涯にわたる歯と口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進し、村民の健康の保持及び増進に寄与することを目的に、基本理念を次のように定めます。

歯と口腔の健康づくり条例

(基本理念)

第2条 歯と口腔の健康づくりは、次に掲げる事項を基本理念として行わなければならない。

- (1) すべての村民が生涯にわたり、自ら日常生活において歯科疾患の予防に取り組み、及び歯科疾患を早期に発見し、かつ、早期に治療を受けることを促進すること。
- (2) 乳幼児期から高齢期まで、その発達段階、年齢階層及び心身の状況に応じて、歯科健診、歯科保健指導、歯科相談及び歯科医療(以下「歯科検診等」という。)を受けることができる環境の整備を推進すること。
- (3) 保健、医療、教育、福祉その他の関連分野における施策との連携を図りつつ、その関係者の協力を得て、総合的かつ計画的に歯と口腔の健康づくりを推進すること。

2 基本目標

豊かな自然の中で、地域で支えあい、自分らしさを大切にしながらより良い生活ができる健康な村を目指して

生涯にわたり美味しく食べたり、楽しく話したりできること

を目標とし、ライフステージごとの歯科保健制度など、それぞれの年代により特徴や健康課題が異なるため、ライフステージ別に目指す姿を掲げ、取り組みを推進します。また、すべてのライフステージを通じて8020運動を推進します。



3 基本方針

本計画は、歯と口腔の健康づくり条例の基本理念に基づき、基本目標である「生涯にわたり美味しく食べたり、楽しく話したりすることができる」を達成するために次の 4 つの基本方針を策定し、具体的な施策を総合的かつ計画的に推進します。

(1) むし歯や歯周病の予防

- ・一次予防に重点を置いた対策の推進

(2) 口腔機能の獲得・維持・向上

- ・摂食・嚥下等の口腔機能の獲得・維持・向上の取り組みの推進

(3) 歯科健康診査、歯科医療を受けやすい環境づくり

- ・歯と口腔の健康状態の把握と自分に合った口腔ケアの推進




(4) 社会環境の整備(災害時含む)

- ・等しく適切な歯科保健医療サービスの利用が可能な環境の整備

4 ライフステージ

各年代の異なる健康課題に応じた健康づくりのため、ライフステージごとの特徴を踏まえて、適切かつ効果的に口腔の健康づくりを進めます。

〈ライフステージの区分〉

妊娠期・乳幼児期 (0～5 歳)	学齢期 (6～19 歳)	成人期・中年期 (20～64 歳)	高齢期 (65 歳以上)
			

第3章 現状と課題及び取り組み

1 ライフステージ別の取り組み



(1) 妊娠期・乳幼児期

妊娠中は口内環境が変化し、歯や歯肉のトラブルが起きやすい時期です。

女性ホルモンの増加により炎症に対する反応が増し、口の中での歯周病原菌が繁殖しやすくなります。歯周病になると、体内の自分を守ろうとする細胞から、出産のサインになる物質が過剰に作られたり、子宮収縮を促進させる物質も作られ、早産につながる場合があります。

また、赤ちゃんの歯は、胎児期から既に作られ始めており、妊婦の健康状態や栄養状態が赤ちゃんの歯に大きく影響してきます。そのため、1日3回の食事をバランスよくとることが重要となってきます。

お母さんがむし歯になると、赤ちゃんがむし歯になるリスクも高まるため、正しいオーラルケア習慣を身に付けることや、早期にむし歯や歯周病などの歯科疾患を発見し、適切な指導や治療を受けることが必要です。

乳歯は、生後6か月頃から生えはじめ、2歳くらいまでに上下合わせて20本生えそろいます。

乳歯のむし歯の特徴として、永久歯に比べて酸によって歯が溶けやすい、むし歯になると進行が早く、5～6か月で神経に達することもある、歯と歯の間の見えないところで進行し、広範囲に広がりやすいことがあげられます。

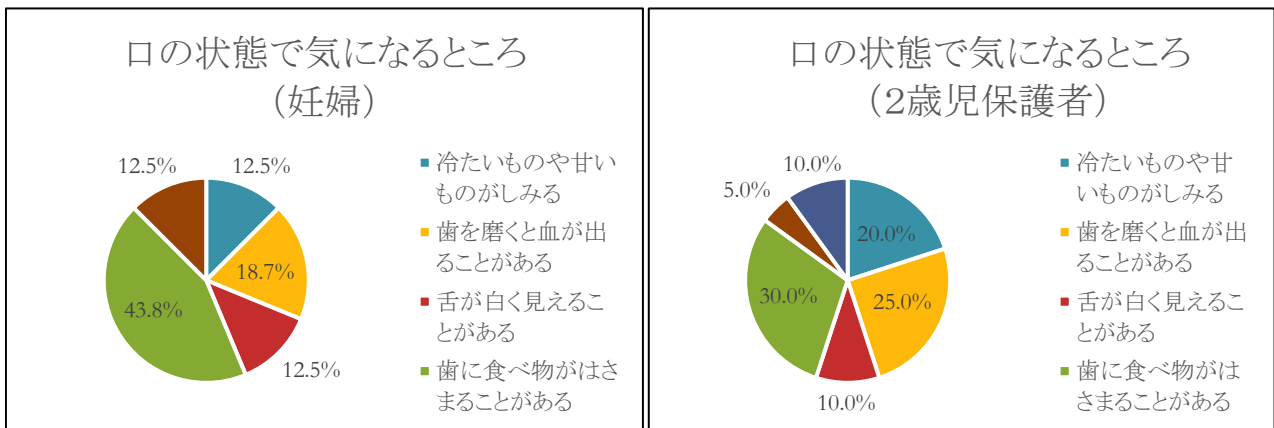
乳歯がむし歯になると、ものがよく噛めないために、発育に必要な栄養が十分に吸収できなくなったり、固いものを嫌うなどの偏食の原因になるケースもあります。また、顔の形や永久歯の歯並びが悪くなる恐れもあります。

さらに、むし歯の原因となるミュータンス菌は、もともと赤ちゃんの口の中には存在しません。大人が噛み砕いた食べ物を与えたり、大人が使ったスプーンや箸で食べさせたりすることによって、唾液を通じて赤ちゃんの口に菌がうつってしまうのです。

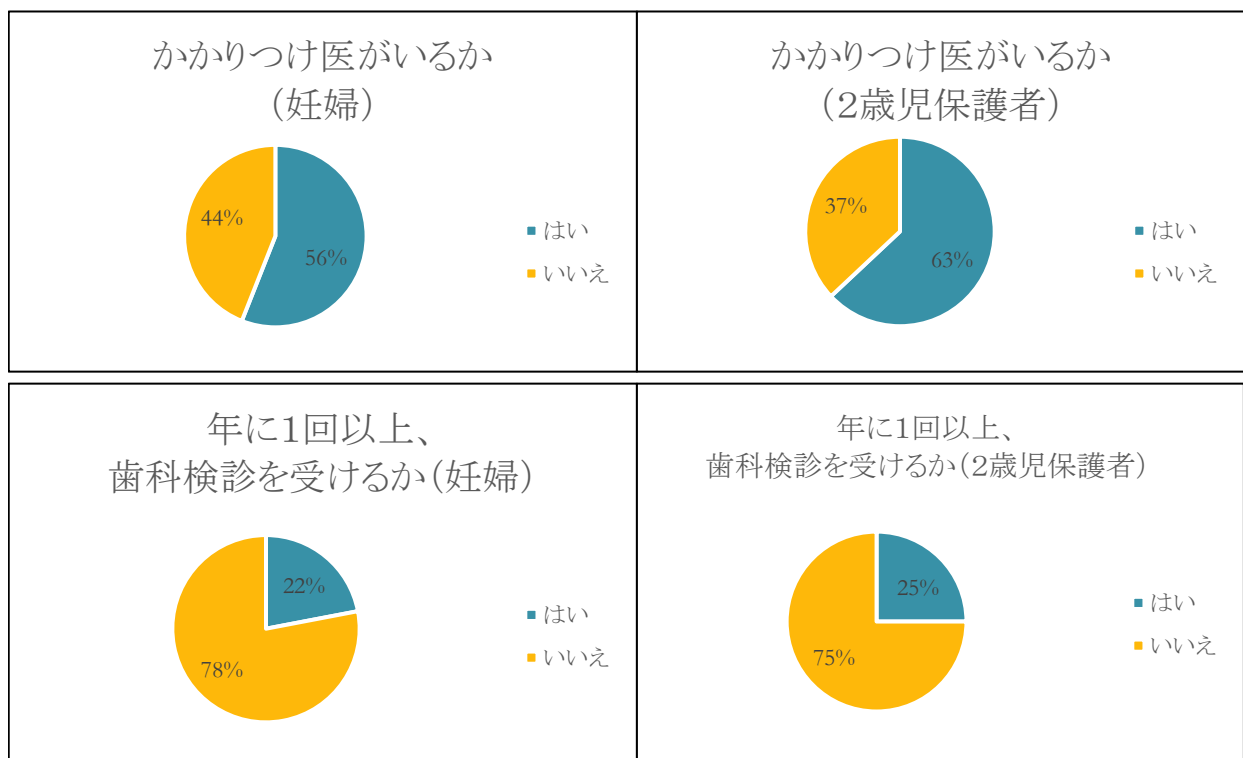
乳歯を健康に保つことは、一生使う歯を丈夫にすることにもつながります。周囲の家族がお口のケアを心がけることで、赤ちゃんのむし歯予防にもつながります。

村の現状①

村で実施している妊婦歯科健康診査及び2歳児保護者歯科健康診査受診票の間診結果から、妊婦及び幼児の保護者の悩みとして、歯に食べ物がはさまる、歯ぐきの出血が気になると答えた人が多くいました。



かかりつけ歯科医はいますか？の問いには、妊婦では56%、2歳児保護者では63%でした。また、年に1回以上歯科健康診査を受けている人は、妊婦では22%、2歳児保護者では25%でした。



このことから、かかりつけ歯科医はいるものの、口腔内に何かしら異常を感じているが時間の確保や子どもの預け先がない等の理由により、定期的な歯科健康診査を受けることができない人が多くいることが分かります。

村の現状②

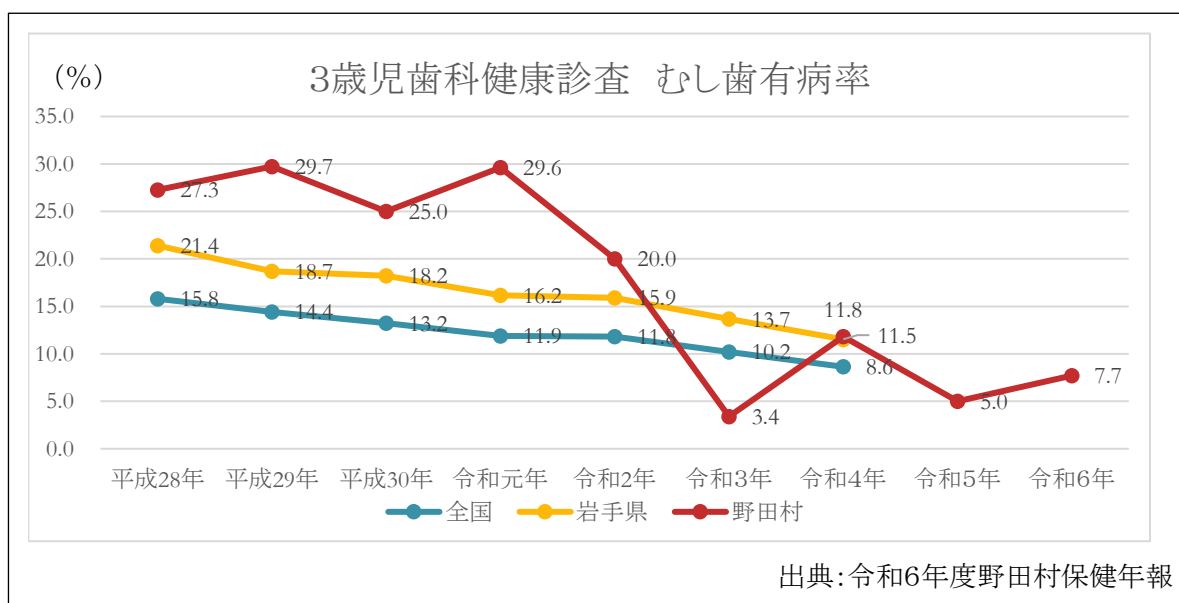


村では、歯磨きの習慣づけを目的として、4～6か月児を対象とした離乳食教室において、食べたら磨くといった習慣をつけることを早期から行うことの啓発や、むし歯予防に関する講話を行っています。また、1歳児を対象としたお誕生教室では、村の歯科衛生士を講師として歯磨きの仕方やむし歯に関すること、口腔内の事故等についての講話を行い、家庭用フッ素と歯ブラシを配布し、使い方の指導を行っています。

さらに、母子保健法第13条の規定に基づき、1歳6か月児及び3歳児健康診査と併せて歯科健康診査を行っています。3歳児歯科健康診査において、むし歯有病率が全国や岩手県に比べて高く、村の健康課題となっています。

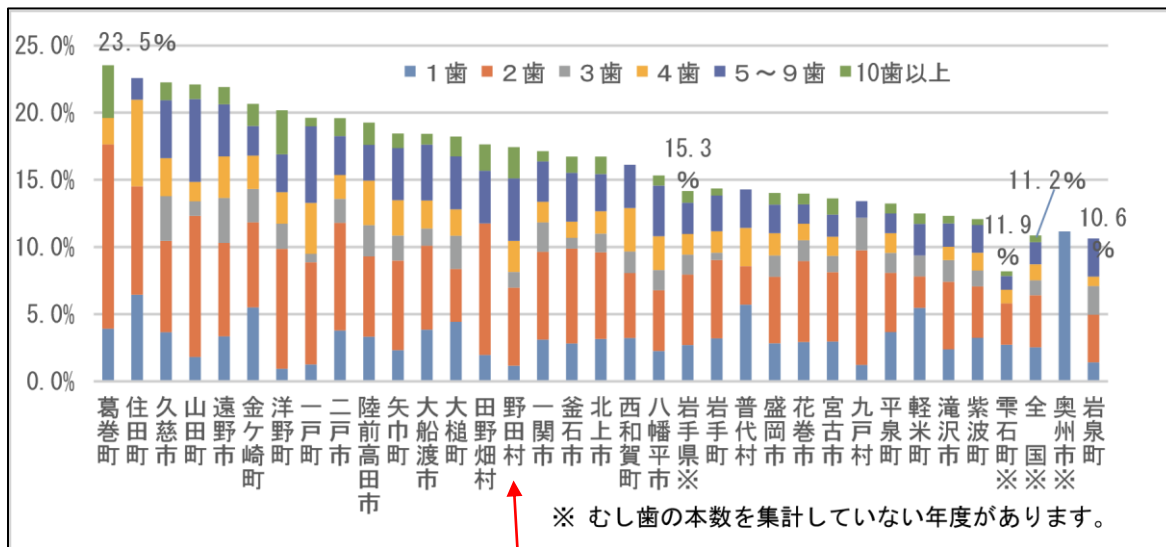
3歳児歯科健康診査 むし歯有病率の比較

	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年
全国	17.69	16.96	15.80	14.43	13.24	11.90	11.81	10.20	8.64
岩手県	23.92	22.44	21.41	18.70	18.24	16.17	15.89	13.66	11.53
野田村	21.05	36.67	27.27	29.73	25.00	29.63	20.00	3.40	11.80



令和元年度から令和3年度までの3年分集計した市町村別の3歳児のむし歯有病率を見ると、野田村は、やや中間に位置してはいるものの、全国や県に比べると、むし歯の有病者率が高い値となっています。

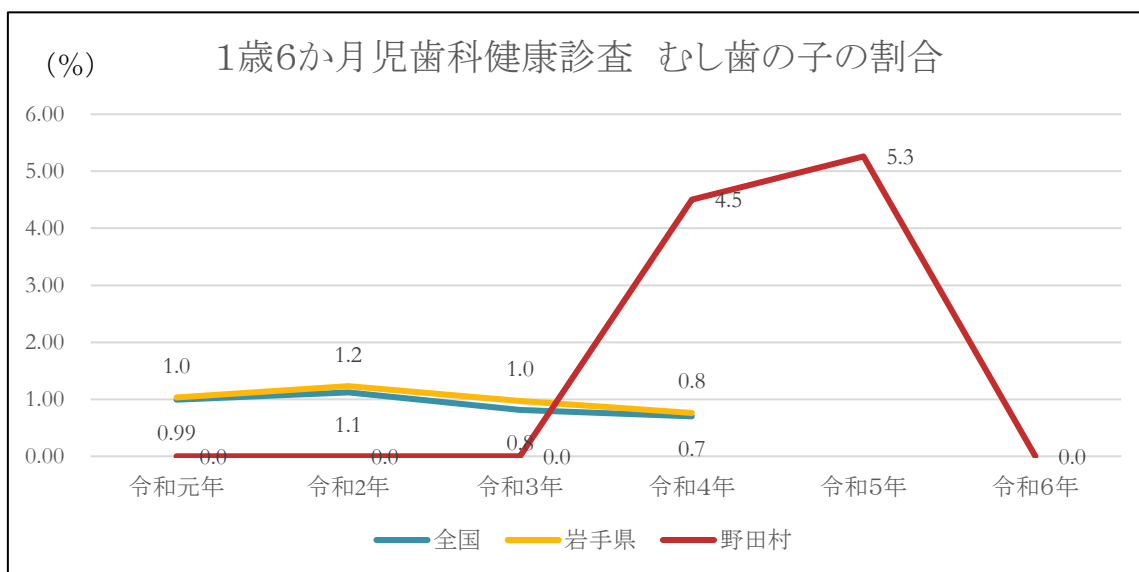
3歳児の市町村別のむし歯有病者率（R1-R3：3年度分集計）



(備考：奥州市の内訳は不明)

[資料：厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」地域保健編]

1歳6か月児歯科健康診査におけるむし歯の子の割合は、村では令和4年度は4.5%となっており、全国・岩手県と比べて非常に高くなっています。また、令和元年から令和3年度にかけて村のむし歯の子は0%となっていました。令和4年度は4.5%、令和5年度は5.3%と再びむし歯の子の割合が増加しました。



出典:令和6年度野田村保健年報

これらの健康課題を解決するため、歯と口腔の健康づくり条例に基づき、2歳児及び2歳6か月児に対し幼児歯科健康診査を実施しています。

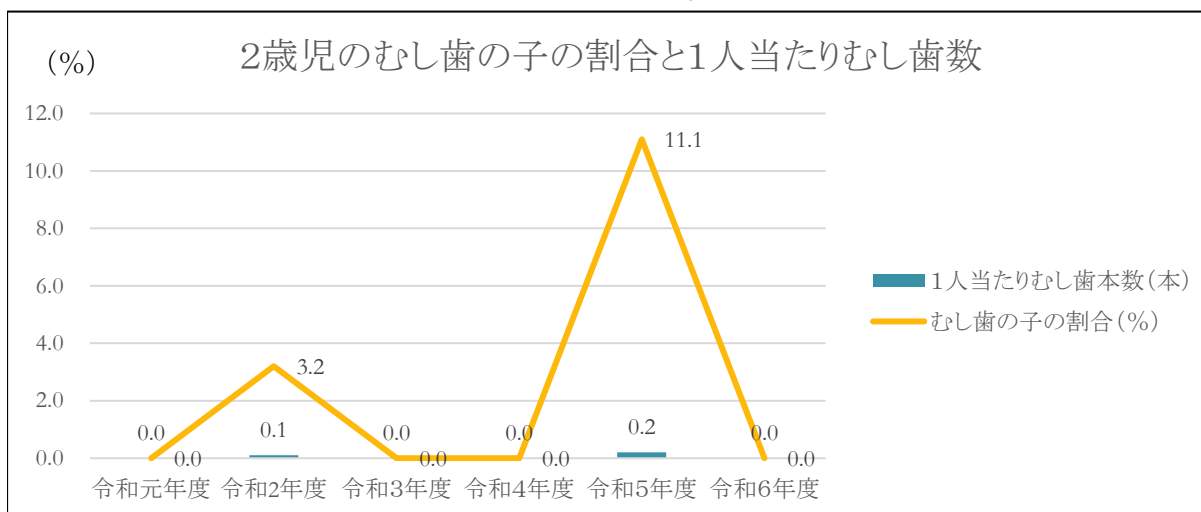
さらにむし歯の予防強化を図るため、平成25年度から久慈市歯科医師会と契約を締結して希望者に対し、フッ素塗布を無料で実施しています。

また、子どものむし歯予防の強化のためには、保護者の歯の健康に対する意識を高めることが重要であるとして、平成27年度から、幼児歯科健康診査の対象児の保護者に対しても歯科健康診査を実施しています。

(1) 幼児歯科健康診査

① 2歳児のむし歯の子の割合と1人当たりのむし歯数

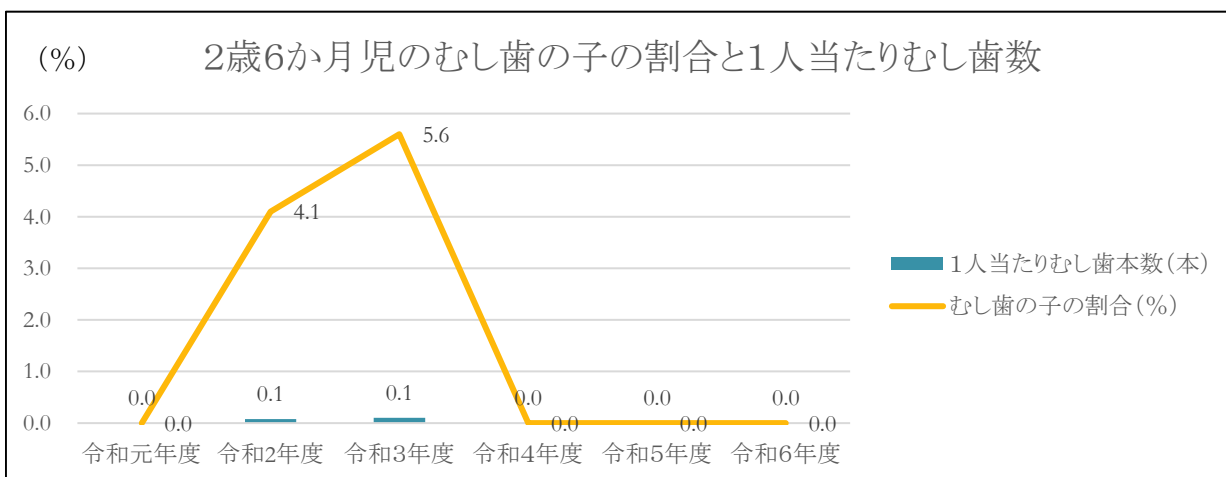
幼児歯科健康診査における2歳児のむし歯の子の割合は、令和2年度が3.2%、令和5年度は11.1%でしたが、その他の年度は0%でした。



出典: 令和6年度野田村保健年報

② 2歳6か月児のむし歯の子の割合と1人当たりのむし歯数

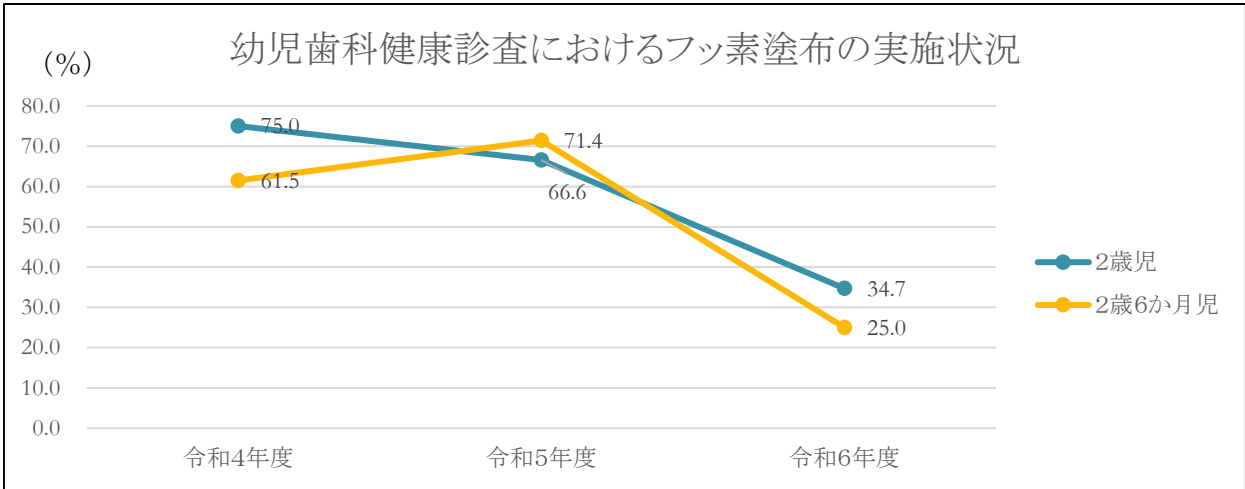
2歳6か月児のむし歯の子の割合は、令和2年度は4.1%、令和3年度は5.6%と増加しましたが、令和4年度からは0%となっています。



出典: 令和6年度野田村保健年報

③ 幼児歯科健康診査におけるフッ素塗布の状況

2歳児において、フッ素塗布をした子の割合は、令和6年度は34.7%です。2歳6か月児においては25.0%となっています。

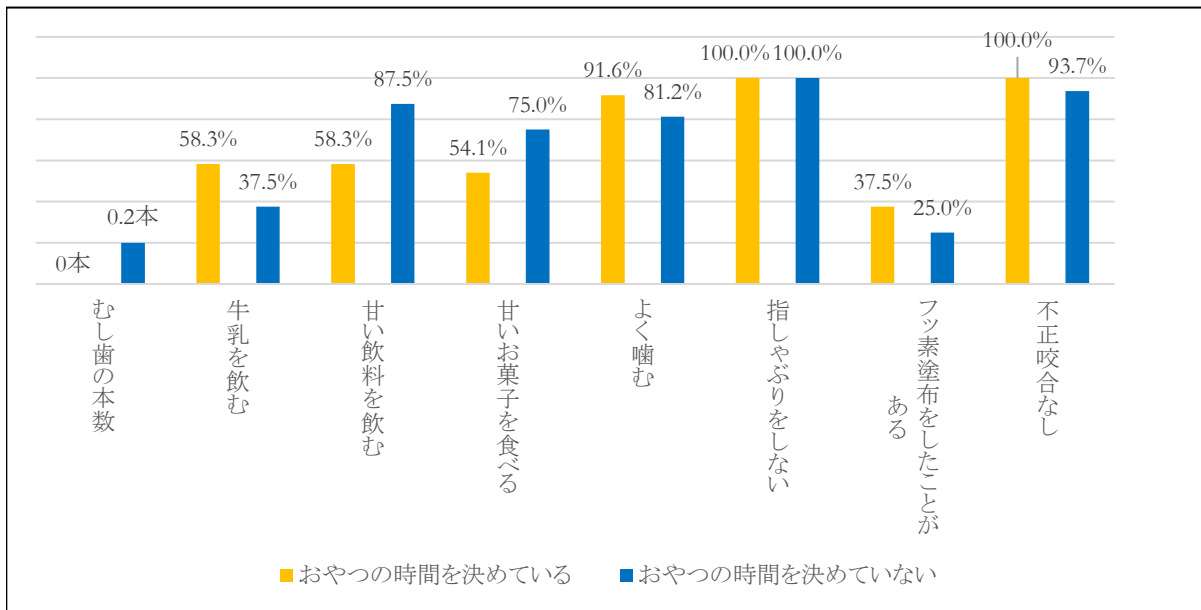


出典: 令和6年度野田村保健年報

(2) おやつの時間とむし歯

幼児歯科健康診査で実施している間食についての問診結果から、おやつを決めていない子どもは、おやつを決めている子どもよりむし歯の本数が多くなっていることが分かりました。

また、おやつを決めている子どもは、甘い飲料を控えているほか、牛乳を飲む、よく噛む、指しゃぶりをしない、フッ素塗布をしたことがある、不正咬合なしといった、むし歯になりにくい生活習慣である傾向が見られます。



出典: 令和5年から令和6年度幼児歯科健康診査票の結果



課題・目標

お母さんがむし歯になると、子どもがむし歯になるリスクも高まるなど、お母さんの健康状態や栄養状態が子どもの歯に大きく影響してきます。そのため、正しいオーラルケア習慣を身に付けること、早期にむし歯や歯周病などの歯科疾患を発見し、適切な指導や治療を受けることが大切であり、妊婦の歯科健康診査が重要になってきます。

また、3歳児歯科健康診査でのむし歯有病率は下がってきてはいるものの全国、岩手県を上回っているため、今後もむし歯予防の強化に努める必要があります。

❀ 目 標 ❀

お母さんと子どもの健康な歯を育てる

❀ 村民の取り組み ❀

- ① 妊婦歯科健康診査を受診します。
- ② 食後の歯磨きや保護者の仕上げ磨きを習慣化します。
- ③ 甘いおやつや飲み物は決まった時間に適量食べるようにします。
- ④ バランスの取れた食生活に努めます。
- ⑤ かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健康診査を受け、むし歯予防や早期発見・早期治療に努めます。
- ⑥ 周りの大人からの感染を防ぐため、大人が噛み砕いた食べ物を与えたり、大人が使った箸やスプーンで食べ物を与えないようにします。

❀ 村・関係機関の取り組み ❀

- ① 妊婦が歯科健康診査を受診しやすい環境を整備します。
- ② 幼児歯科健康診査を行い、むし歯予防や早期治療につなげます。
- ③ 歯科医療機関、保育所等との連携強化を図りながら、乳児のむし歯予防施策の指導施策の推進を図ります。
- ④ フッ素塗布の効果と利用について情報提供を行い、活用の勧奨を行います。
- ⑤ かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健康診査を実施できるよう推奨します。
- ⑥ 月齢に応じた食事形態や、食育についての情報提供を行います。

◆ 既に実施している事業 ◆

赤ちゃん訪問、離乳食教室、お誕生教室、1歳6か月児健康診査、幼児歯科検診、幼児フッ素塗布、3歳児健康診査、保育所での歯科健康診査や歯磨き指導

❀ 数値目標 ❀

目標項目	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和17年度)
①1歳6か月児でむし歯のある子の割合の減少	0%	0%
②3歳児でむし歯のある子の割合の減少	7.7%	0%
③3歳児一人当たりのむし歯数の減少	0.42本	0本
④フッ素塗布を実施した子の割合の増加	41%	50%
⑤妊婦歯科健康診査を受ける人の割合の増加	53.8%	70%

(2) 学齢期



学齢期は、乳歯から永久歯に生え変わる時期で、永久歯をよりよく作るためには大切な時期です。しかし、生えたばかりの永久歯の特徴として、歯の質が未熟で、むし歯に対する抵抗が弱い、歯の交換時期でもあり歯並びが凸凹している、歯磨きが難しいため磨き残しが多いことがあげられます。これらのことからむし歯になりやすい時期となっています。

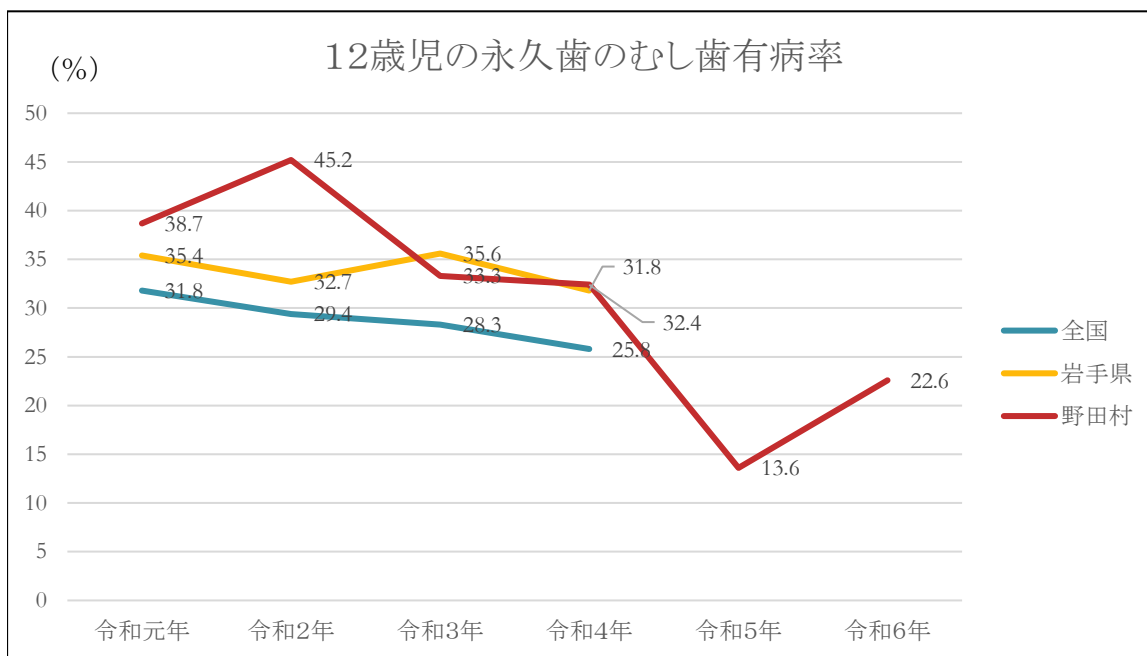
同時に、この時期は歯磨きの習慣を定着させるよい時期でもあるので、食べたら磨くという習慣を身に付ける必要があります。しかし、小学校低学年までは本人の歯磨きだけでは不十分なので、生涯健康で丈夫な歯を維持するために保護者の仕上げ磨きや点検も大切となってきます。

また、家庭以外の取り組みでも、定期的な歯科健康診査を行い、むし歯の早期発見・治療が重要です。

村の現状

(1) 12歳児の永久歯のむし歯有病者率

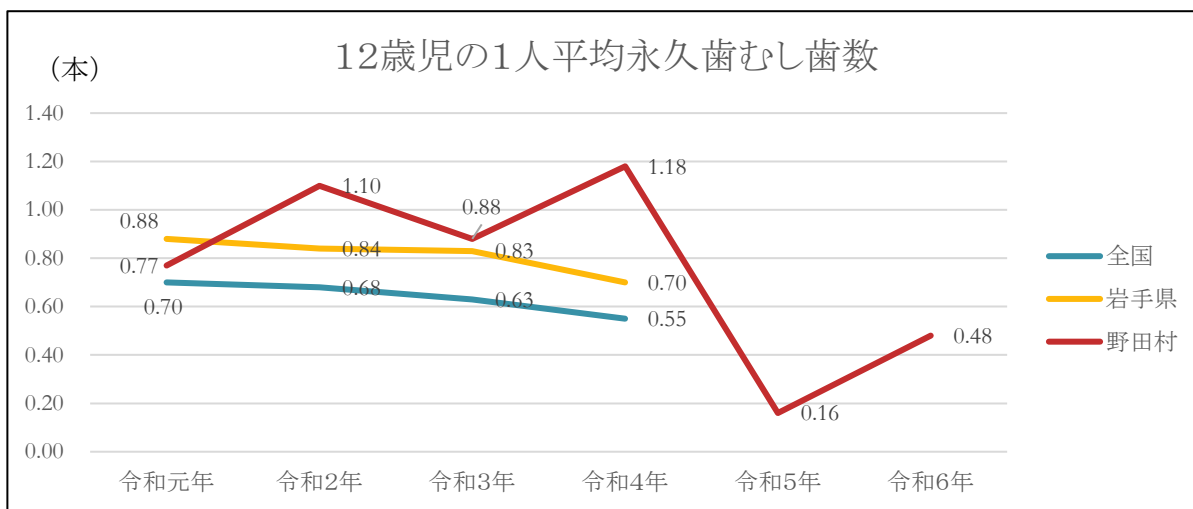
野田小学校で実施した歯科健康診査では、永久歯のむし歯有病率が令和2年度は45.2%で、全国の29.4%、岩手県の32.7%に比べ非常に高い状況となっています。



出典:野田村立野田小学校 歯科健康診査結果

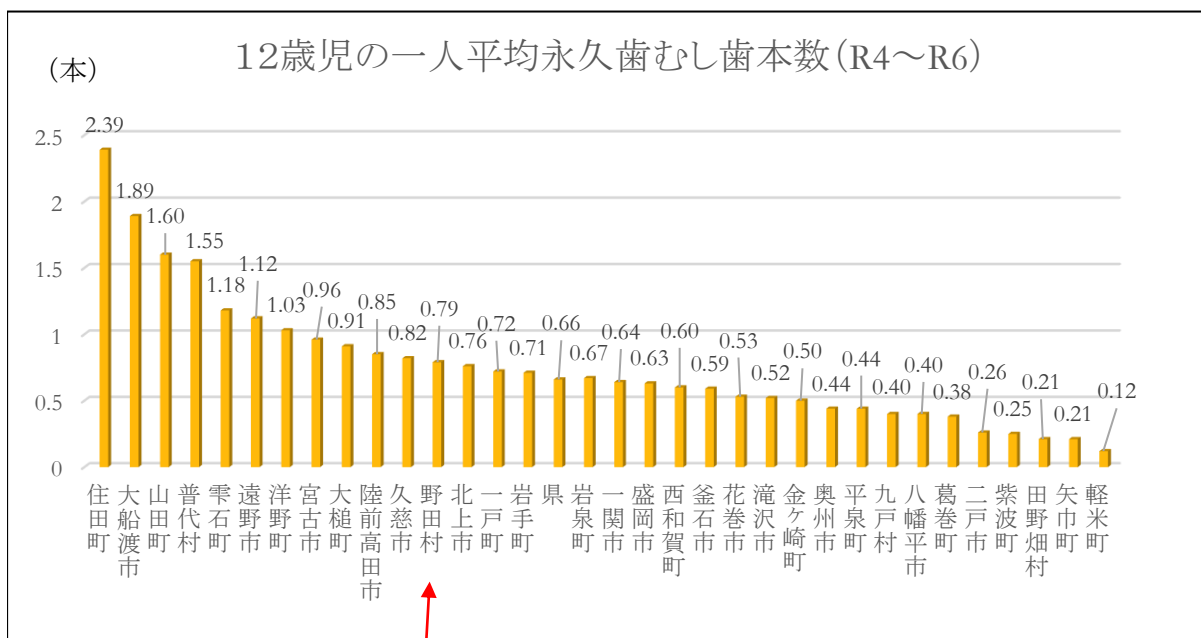
(2) 12歳児の1人平均永久歯むし歯本数

12歳児の1人平均永久歯むし歯本数は、令和4年度 1.18本で、全国平均 0.55本、岩手県平均 0.7本に比べて多い状況となっています。



出典:野田村立野田小学校 歯科健康診査結果

市町村別の12歳児の1人平均永久歯むし歯数(令和4年度から令和6年度までの3年分集計)を見ると、野田村は県平均よりも永久歯のむし歯数が多い状況となっています。

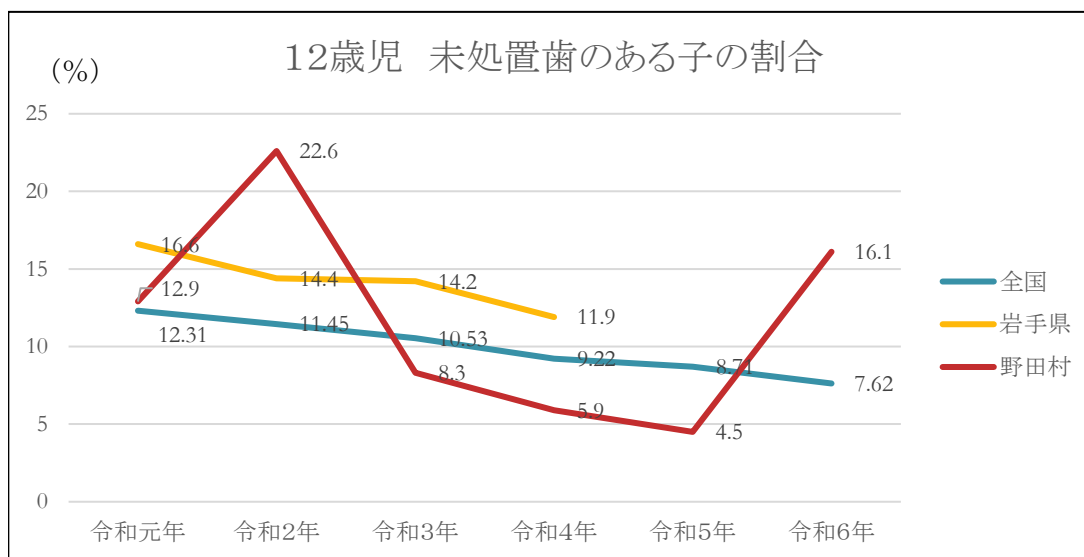


出典:岩手県学校歯科保健定期健康診断歯科検診結果集計

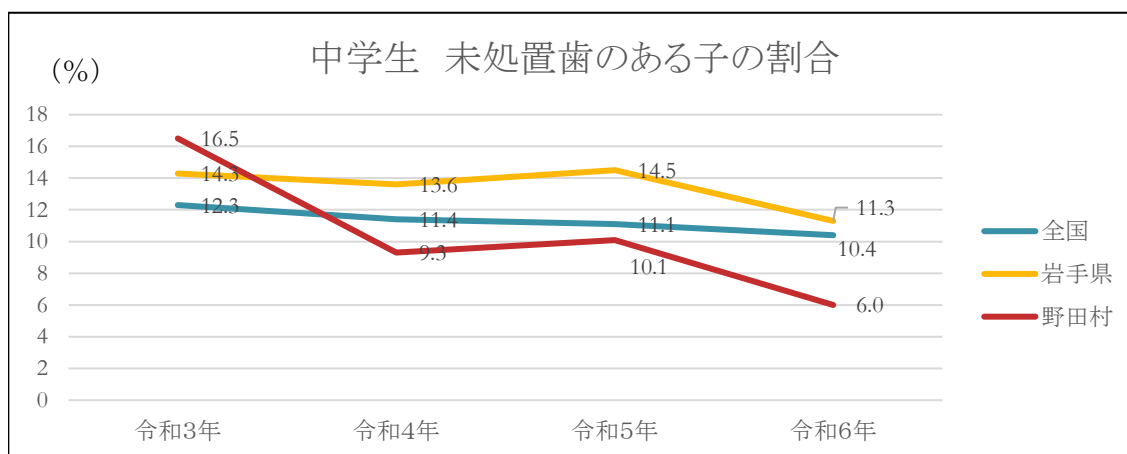


(3) むし歯治療の現状

12歳児のむし歯の未処置歯のある子の割合を見ると、令和2年度は22.6%と全国の11.45%と比較すると非常に多くの子がむし歯治療を受けていないことが分かります。令和3年度には、全国、岩手県の平均を下回りましたが、令和6年度から再び未治療の子の割合が増加し16.1%と非常に高い数値となっています。



出典:野田小学校、学校保健統計調査



出典:野田中学校、学校保健統計調査

また、野田中学校のむし歯の未処置歯のある子は、令和3年度は16.5%となっており、全国や岩手県に比べて高い値となっていました。令和4年度からは9.3%と全国や岩手県より低い値となっていることがわかります。

課題・目標

12歳児、中学生ともに少しずつむし歯有病率は下がっていますが、むし歯になっても治療を受けていない子がいることから、今後も家庭以外での定期的な歯科健康診査の受診や、むし歯の早期治療について普及啓発に努める必要があります。

❖目標❖

食や歯の健康に関心を持ち、健康な歯と口腔を育てる

❖村民の取り組み❖

- ① 食後の歯磨き習慣を身に付けます。
- ② むし歯や歯肉炎について、理解し予防に努めます。
- ③ バランスのとれた食事をよく噛んで、規則正しい生活を心がけます。
- ④ 定期的に歯科健康診査を受け、むし歯や歯肉炎の早期発見・治療に努めます。
- ⑤ むし歯を早期に治療します。

❖村・関係機関の取り組み❖

- ① むし歯や歯肉炎の成り立ちや予防方法について情報提供を行います。
- ② 初期むし歯の処置勧奨、予防の推進を図ります。
- ③ 歯肉炎予防に関する指導実施施策の推進を図ります。
- ④ 正しい口腔清掃方法の指導実施の推進を図ります。
- ⑤ 健康づくり・食育を含めた指導内容の充実に努めます。
- ⑥ 学校等、歯科医療機関と連携強化を図ります。

◆既に実施している事業◆

学校保健会による歯科保健図画、ポスター、歯科保健啓発標語コンクール、口腔衛生講話、治療勧告、歯磨き週間の実施、村歯科衛生士によるブラッシング指導、学校歯科医による講演会、小学校・中学校での歯科健康診査、保健だよりでの情報提供、広報や村公式 x 等での情報提供

❖数値目標❖

目標項目	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和17年度)
① 12歳児で永久歯のむし歯がある子の減少	22.6%	0%
② 12歳児で1人当たりの永久歯のむし歯本数の減少	0.48本	0本
③ 中学生で歯周に炎症所見がある子の割合の減少	28.9%	10%
④ むし歯の治療率の増加	69%	100%

(3) 成人期・中年期



成人期は、親元を離れて暮らすこともあり、仕事や家事による多忙から、コンビニやファストフードでの食事や飲酒、喫煙の機会も多くなるなど、自己の健康管理や歯の健康管理が非常に難しくなります。

中年期は、年齢とともにむし歯や歯周病が進行しやすく、喪失歯も多くなります。

身体的、社会的、家庭的、心理的に変化が多い時期となるため、通院の時間を作ることが難しく、治療が手遅れになりがちになります。

また、歯や歯肉の痛みや不快感がなければ自分の口に関心が向きづらく、むし歯や歯周病などが発症しやすい時期となります。

歯周病は、歯を失う主な原因となります。また、歯周病は生活習慣病とも言われています。食習慣や喫煙、ストレスや運動不足・睡眠不足などの生活習慣が歯周病の発症や進行に大きく影響するため、生活習慣を見直すことが大切になってきます。正しい歯磨き習慣や歯周病の早期発見・治療のためにも、定期的に歯科健康診査を行い、歯石除去や正しい歯磨きの指導を受けることが必要です。

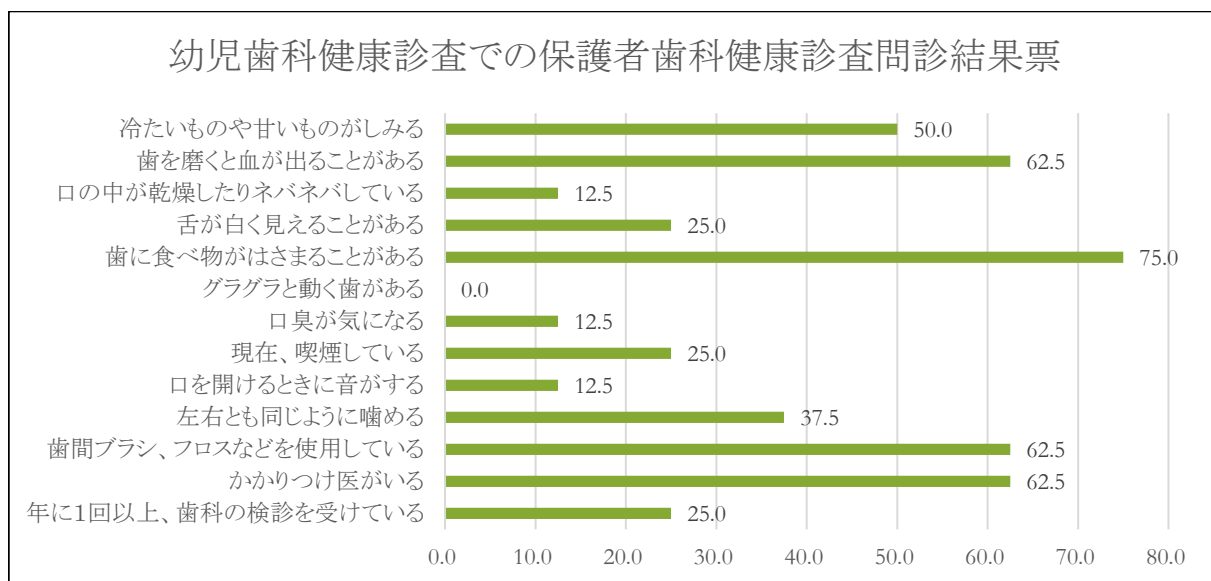
さらに、歯周病は全身の病気と深い関係があり、特に、歯周病によって噛む能力が低下すると肥満になりやすく、歯周病の原因菌である歯周病菌が血管に入ると糖尿病を悪化させるなど生活習慣病との関連も指摘されています。生活習慣病の予防のためにも、よく噛んで食べることの促進や歯周病を予防する取り組みが重要となります。



村の現状

次の表は、幼児歯科健康診査での保護者8名に行った歯科健康診査の問診の結果です。歯に食べ物がはさまることがあると答えた人は75%、歯を磨くと血が出ることがあると答えた人は約63%、冷たいものや甘いものがしみると答えた人は50%となっています。

また、かかりつけ歯科医がいると答えた人は62.5%となっていますが、年に1回以上、歯科健康診査を受けていると答えた人は25%でした。



歯科健康診査の結果、むし歯があると診断された保護者は5名で、むし歯の本数は多い人で4本でした。

さらに、最後に歯科の治療を受けたのはいつですか？の問いには、3~4か月前と答えた人や、7年前と回答した人もおり、定期的に歯科治療を行っている人とそうでない人の差があることが分かりました。



課題・目標

村では、成人期・中年期の歯科保健の現状については、これまで十分な調査ができておらず、把握に努める必要があります。

幼児歯科健康診査の保護者に対する歯科健康診査の問診・診察の結果から、定期的な歯科健康診査を受けている人が少ないこと、口腔内の異常を自覚している人も多いことなどから、生活習慣病の予防のためにも、よく噛んで食べることの促進や歯周病を予防する取り組みが重要となります。

❁目標❁

自分の歯や口腔の状態を知り、健康な状態を保つ

❁村民の取り組み❁

- ① かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健康診査を受診します。
- ② 自分に合った歯ブラシ等の口腔清掃用品の使い方を学び、実践します。
- ③ バランスのとれた食事をよく噛んで食べ、正しい生活習慣の獲得に努めます。
- ④ 歯周病が全身に及ぼす影響について、正しく理解し予防に努めます。

❁村・関係機関の取り組み❁

- ① 成人期・中年期における歯周病の予防施策の推進を図ります。
- ② むし歯や歯周病の予防方法や全身への影響について、情報提供を行います。

◆既に実施している事業◆

歯の健康教室、広報への歯科に関する情報提供、幼児歯科健康診査における保護者の歯科健康診査、歯磨き指導、広報や村公式 X 等による情報提供

❁目標❁

- ① 成人期・中年期で未処置のむし歯がある人の割合の減少
- ② 40・50 歳代で進行した歯周炎がある人の割合の減少
- ③ 定期的に歯科健康診査を受けている人の割合の増加
- ④ 口腔清掃用品を使用している人の割合の増加
- ⑤ 歯周病予防健診を受けている人の増加
- ⑥ 60 歳で 24 本以上自分の歯を有する人の割合の増加

(4) 高齢期



高齢期は、歯がすり減ったり歯肉の退縮によってむし歯になりやすかったり、唾液の分泌量が減るなどの変化があり、口臭や歯周病の原因にもなります。

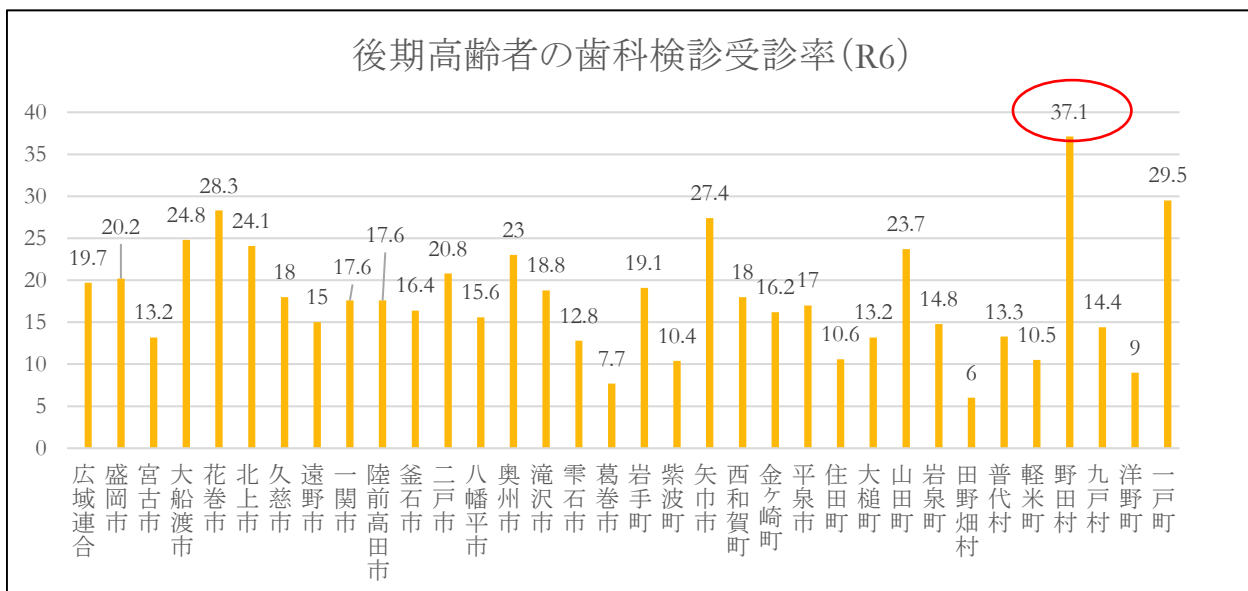
高齢期に歯の喪失が増える最大の原因は歯周病の増加によるものです。歯を1本喪失することで、咀嚼の能率は正常な歯を有する人と比べると約半分に低下すると言われています。また、8本以上の歯を喪失すると野菜や肉類などが食べにくくなり、低栄養に陥ることがあります。

食べ物を噛み砕き、飲みこみ、消化吸収を助け、美味しく味わうといった口腔の摂食機能を正常に保つためには、日ごろの口腔ケアが重要です。国では、「80歳になっても自分の歯を20本保とう」という「8020運動」を提唱しています。

村の現状

村では、地域包括支援センターにおいて令和6年度から高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施により、高齢者のフレイル予防や健康寿命の延伸を目的に、歯科医療機関の協力のもと歯科医師および歯科衛生士による歯科健康診査や口腔機能の維持、向上のための健口講話や実技指導をはじめ、村栄養士による低栄養予防のための栄養講話などを行っています。

令和6年度の後期高齢者の歯科健診受診率は県内で野田村が一番高く、口腔の健康づくり習慣が定着している人が多いことが伺えます。



出典:岩手県後期高齢者医療広域連合 市町村実績報告

課題・目標

高齢期は、加齢や病気などによって口腔機能が低下し、固いものが食べにくくなる、お茶などでむせる、口が乾きやすくなるなどの症状が現れます。さらに、食べ物を飲み込む嚥下機能の低下により、食べ物や唾液、口の中の細菌が誤って気管に入り込み、肺に炎症を起こす誤嚥性肺炎などの可能性もあることから、歯ブラシを使った口腔ケアだけでなく、顔や舌の体操・唾液腺マッサージなども実施していく必要があります。また、定期的に歯科健康診査や指導を受けることも大切となってきます。

❖ 目 標 ❖

むし歯と歯周病の重症化と歯の喪失を防ぐ

❖ 村民の取り組み ❖

- ① かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健康診査を受診します。
- ② 自分に合った歯磨きの方法や歯ブラシ等の口腔清掃用品の使い方を学び、実践します。
- ③ バランスのとれた食事をよく噛んで食べ、口腔機能の維持と低栄養の防止に努めます。
- ④ 入れ歯を清潔に保ちます。
- ⑤ 食前に唾液腺マッサージを行い、唾液の分泌を促します。

❖ 村・関係機関の取り組み ❖

- ① 後期高齢者を対象とした歯科健康診査の実施について情報提供を行います。
- ② かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健康診査を受けることの重要性の啓発を行います。
- ③ むし歯や歯周病が、全身の健康にも影響することについて啓発します。
- ④ 口腔機能の低下を予防するための施策の推進を図ります。
- ⑤ 関係機関との連携体制の強化を図ります。

◆ 既に実施している事業 ◆

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施、訪問歯科診療、8020 表彰コンクール、広報による情報提供、後期高齢者歯科健康診査(平成 27 年度から実施)

❖ 数値目標 ❖

目標項目	現状値 (令和6年度)	目標値 (令和 17 年度)
① 80 歳で 20 本以上自分の歯を有する人の割合の増加	-	40%
② 60 歳代で進行した歯周炎がある人の割合の減少	-	85%
③ 後期高齢者で定期的に歯科健康診査を受けている人の割合の増加	37%	50%

(5) 障がい児(者)及び要介護者



障がいがあったり、高齢になって体が不自由になると、自身での口腔ケアが難しかったり、障がいなどの程度によっては医療機関での受診が難しくなることから、むし歯や歯周病などに罹りやすくなります。

また、障がい児(者)や要介護者は、全身的にも感染に対する抵抗力が弱いことから、歯科疾患の予防だけでなく、感染予防の面からも口腔内の清潔に十分な配慮が必要になります。このため、定期的な歯科健康診査や必要に応じた歯科診療を受けることができるよう体制の整備、訪問歯科診療の制度の周知を図る必要があります。

さらに、障がい児(者)や要介護者は、自身での口腔ケアが難しい場合が多いことから、家族や支援者による歯科疾患の予防や適切な口腔ケアも必要となってきます。

障がい児においては、歯や口腔が成長段階にあるため、毎日の歯磨きや仕上げ磨き、適切な食習慣など、家庭において良好な生活習慣の確立を図ることが重要です。

課題・目標

❖ 目 標 ❖

歯科疾患の予防と感染予防に努める

❖ 村民の取り組み ❖

- ① かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健康診査を受診します。
- ② 家族等支援者は、口腔内の観察や適切な口腔ケアを支援します。
- ③ 障がい児(者)及び要介護者は、自立に向けて歯磨き習慣を身に付けます。

❖ 村・関係機関の取り組み ❖

- ① 支援が必要な方へ、訪問歯科診療等を含め治療を受けやすい体制の整備に努めます。
- ② 障がいの特性にあった口腔ケアについて、情報提供を行います。
- ③ 嚥下機能の低下を予防するための施策の推進を図ります。
- ④ 家族等支援者に対し、適切な口腔ケアが実践できるように努めます。

◆ 既に実施している事業 ◆

訪問歯科診療、介護予防教室

2 大規模災害時における歯科保健



大規模災害の発生時には、多くの被災者が避難所などで集団生活を強いられるため、こうした状況に特有の歯科的な問題も起こります。

災害による歯や口唇、口腔内粘膜(舌や頬粘膜等)への直接的な外傷はもちろんですが、避難生活が長期化すると、偏った食生活やストレスなどが原因で、むし歯や歯周病、口内炎、口臭など口腔内の問題が発生しやすくなります。ライフラインの断絶で水が不足している場合、歯磨きやうがいなどの口腔の清掃がおろそかになりやすく、問題発生の一因となります。

また、高齢者の場合、口腔内の清潔を保たないと、誤嚥性肺炎などの呼吸器感染症が増加することが考えられます。

このことから、乳幼児から高齢者まで平常時の口腔ケアを継続維持できるようにすることが重要です。口腔清掃用具の配布や、口腔ケアのための場所の確保、状況に応じた歯磨きや入れ歯の洗浄方法を普及啓発することが重要です。



課題・目標

❖ 目 標 ❖

災害時でも、普段と変わらない口腔ケアができる

❖ 村民の取り組み ❖

- ① かかりつけ歯科医を持ち、むし歯や歯周病に気をつけ、治療を済ませておきます。
- ② 災害時における口腔ケアの重要性を理解し、防災グッズに歯ブラシ等の口腔清掃用品を準備します。
- ③ 災害発生時には、避難所等の生活でも歯磨きや入れ歯を清潔に保つなど、口腔の健康づくりを心がけます。
- ④ 口腔ケアの方法を知り、実践できるようにします。

❖ 村・関係機関の取り組み ❖

- ① 災害時における口腔ケアの重要性について情報提供を行います。
- ② 災害状況に応じた歯磨きや入れ歯の洗浄方法について普及啓発を行います。
- ③ 避難所等での口腔ケアを関係者と連携して実施します。
- ④ 避難所等での歯科健康診査や歯科相談により口腔状態の把握に努めます。
- ⑤ 歯周病、むし歯、口内炎、誤嚥性肺炎の予防のために、歯ブラシ等の口腔清掃用具を用いた清掃指導等、各年代に応じた口腔ケアの指導を行います。

3 歯と口腔の健康づくりと食育



栄養バランスを考えた旬の食材をどのように口に摂り込み、味わい豊かに食べるのか、心の和む美味しい食べ方、飲み方などに関する「食べ方」については、食育の大きな柱として明確に位置付けられます。

口は食事を摂る入口の臓器として嚙む機能だけでなく、脳機能から運動機能まで全身的に幅広い影響を及ぼしていることが分かってきました。よく嚙んで食べることは唾液の分泌を促し、味を感じやすくし、満腹感も得られやすくなるため肥満の予防や解消、生活習慣病の予防にもつながります。

よく嚙んで食べる習慣を身に付け、自分の歯でなんでも嚙めるようにしておくためには、むし歯や歯周病の予防・治療を心がけ、口腔の健康を保つ必要があります。

乳幼児期からの「食べ方」を含めた健康な食習慣づくりを推進し、高齢期までの生涯にわたるライフサイクルに応じた「食べ方」からも食育を推進していくことが重要です。

村の現状

村では、栄養士と食生活改善推進員を中心に、むし歯や歯周病予防対策に加え、乳幼児期から高齢期まで一生を通じた食育を推進し、口腔機能の維持や向上を目的とした健康な食生活づくりの推進に取り組んでいます。

(1) 妊娠期・乳幼児期

乳幼児期は、離乳食教室、お誕生教室で乳幼児用歯ブラシの配布や乳児期からの口腔ケアについての講話を行っています。

3歳児健康診査でむし歯ゼロの子どもに対し広報の「むし歯0の子」で紹介するほか、1歳6か月児及び3歳児健康診査では、手作りおやつレシピを配布し、手作りおやつの普及を図っています。さらに、2歳、2歳6か月児歯科健康診査ではよく嚙んで食べるおやつの普及を目的として、カミカミ簡単おやつレシピを配布しています。

(2) 学齢期

子供会行事や放課後児童クラブ、キッズセンターでの手作りおやつや、バランスの良い食事作りを通じて、成長に必要な栄養の知識を学び実践することで、健やかな心身の成長を促す取り組みを実施しています。

(3) 成人期・中年期

高血圧・糖尿病・脳卒中といった生活習慣病予防対策と食事・食べ方や飲み方など口腔に関する栄養講話を行い、適量・適塩・バランスのとれた食事の提供や試食会、料理教室などを行っています。

(4) 高齢期

村地域包括支援センターによる、高齢者の保健事業と介護予防の一体実施で口腔機能の維持と栄養に関する講話や実技指導のほか、各種介護予防事業で低栄養の防止を目的としたバランスのとれた食事の試食会などを行っています。

ライフステージごとの取り組みの他に、各種事業においてむし歯予防グッズを配布したり、むし歯予防月間である6月には、「食育の日」と併せてむし歯予防の呼びかけを行い、村民のむし歯予防に対する意識向上を図っています。

課題・目標

よく噛んで食べる習慣を身に付け、それを維持するために、自分の歯で何でも噛めるようにしておくことが大切です。そのためには、むし歯や歯周病の予防・治療を心がけ、口腔の健康を保つ必要があります。

❀ 目 標 ❀

生涯を通して口腔内の健康と食育に取り組む

❀ 村民の取り組み ❀

- ① 口腔の発達段階に応じた食べ方を理解し、実践します。
- ② よく噛んで食べる習慣を身に付けます。
- ③ 食べた後は歯磨きをする習慣を身に付けます。
- ④ 生活習慣病予防に努めます。

❀ 村・関係機関の取り組み ❀

- ① 乳幼児期から高齢期までの生涯を通じた食育の推進を図ります。
- ② むし歯予防・口腔ケアの重要性の情報提供を行います。
- ③ 食と栄養のお便りの中で、むし歯予防について触れて行きます。
- ④ 手作りおやつレシピ集を作成し、手作りおやつのさらなる普及を目指します。
- ⑤ 各関係機関と積極的に連携を図り、食育とむし歯予防の推進を図ります。

◆ 既に実施している事業 ◆

1歳6か月児及び3歳児健康診査での手作りおやつレシピの提供、3歳児歯科健康診査でむし歯ゼロ児の広報への紹介、各事業での口腔の健康を含めた栄養講話、料理教室、2歳・2歳6か月児歯科健康診査でのカミカミ簡単おやつレシピの配布、離乳食教室での手作りおやつ配布



第4章 計画の推進

1 計画の推進体制

村民と歯と口腔の健康づくりに携わる歯科医師等、保健医療関係者、教育関係者、福祉関係者及び事業者と十分な連携を図り、有効的で効果的な歯と口腔の健康づくりの推進に努めます。

2 計画の周知

本計画の方向性や施策について積極的な推進を図るため、家庭、地域、職場、保育所、学校、関係機関へ周知を行います。

また、本計画を広報やホームページに掲載するなど、村民への周知啓発を行います。

3 計画の評価

本計画に掲げる各施策の進捗状況の把握や評価を行っていきます。

また、目標指標に基づき、中間年度である令和12年度に中間評価を行い、社会情勢の変化や制度の改正などを踏まえ、必要に応じて見直しを行います。

【歯と口腔に関する事業のまとめ】

	妊娠期・乳幼児期 (0～5 歳)	学齢期 (6～19 歳)	成人期・中年期 (20～64 歳)	高齢期 (65 歳以上)
保健事業	<ul style="list-style-type: none"> ○家庭訪問 ○健康相談 ○妊婦歯科健康診査 ○赤ちゃん訪問 ○離乳食教室 (4～6 か月児) ○お誕生教室 (1 歳児) ○1 歳 6 か月児健康診査 ○幼児歯科健康診査 ○2 歳児・2 歳 6 か月児 ○3 歳児健診 ○広報への掲載 		<ul style="list-style-type: none"> ○歯周病健診 ○一般健康教育 ○重点健康教育 ・健康講演会 ○幼児歯科検診対象児の保護者に対する歯科健康診査及び歯磨き指導 	<ul style="list-style-type: none"> ○高齢者の保健事業と介護予防の 一体実施 ○8020 表彰
食育	<ul style="list-style-type: none"> ○離乳食教室におけるむし歯予防講話 ○むし歯ゼロ児の広報紹介 (3 歳児健診) ○各幼児健診での手作りおやつレシビ配布 ○各種事業でのむし歯予防グッズの配布 	<ul style="list-style-type: none"> ○子供会行事 ○キッズセンター 	<ul style="list-style-type: none"> ○歯と口腔に関する栄養講話 ○生活習慣病予防のための料理教室・試食会 	
学校		<ul style="list-style-type: none"> ○小中学校での歯科健康診査 ○学校保健会による取り組み ・歯科保健図画・ポスター・標語コンクール ・口腔衛生講話・治療勧告 ・歯科衛生士によるブラッシング指導 ・会報の発行 ・学校歯科医による講演会 ・保健だよりでの情報提供 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">親子の取り組み</div>	
教育委員会		○キッズセンター		
医療機関			○訪問歯科診療	○後期高齢者歯科健康診査