

第 2 期計画



平成 31 (2019) 年 3 月

鹿沼市



は じ め に

本市では、平成25年3月に「鹿沼市歯と口腔の健康づくり推進条例」が制定され、平成26年3月に「鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画」が策定されました。

歯と口腔の健康づくりは、『すべての住民が、住みなれた地域でいつまでもいきいきと「その人らしく」健康で自立して暮らす』ことを目標とした鹿沼市健康増進計画「健康かぬま21」において、重要な取り組むべき課題となっております。

歯と口腔の健康づくり基本計画は、妊娠期から高齢期に至るすべての年代と要介護・障がい者の人達と働く人や事業所の分野別に課題と取り組み方法を定め、市民の皆様が家庭や地域、行政と連携し、それぞれの役割を担いながら、生涯にわたり、歯と口腔の健康に取り組むことを基本に策定されました。

今後、超高齢化社会の進展により、歯と口腔機能の衰え（オーラルフレイル）による、低栄養や誤嚥性肺炎などの危険が高まることが懸念されます。

歯の健康を保つことが、いきいきと暮らすための第一歩であり、ひいては健康寿命の延伸に大きく寄与していく足がかりとなります。

第2期計画においては、歯周病の予防、歯と口腔機能の衰え（オーラルフレイル）の予防や対策をライフステージに合わせて、関係機関や団体などとの連携をさらに深めながら、目標の達成に向けて本計画を進めてまいりますので、市民の皆様のご理解とご協力をいただきますよう、よろしくお願いいたします。

最後に、この計画の策定にあたり、ご支援をいただきました鹿沼歯科医師会、ご提言をいただきました鹿沼市健康づくり推進協議会の皆様方に心から感謝申し上げます。

平成31年3月

鹿沼市長 佐藤 信

目次

第1章 計画策定の趣旨	1
1. 計画の策定の背景と目的	1
2. 計画の位置づけ	2
3. 計画の期間	3
4. 計画の策定方法	3
5. 計画の基本方針	4
6. 歯と口腔の健康づくり基本計画の体系	6
第2章 歯や口腔の健康づくりの推進	7
1. 妊娠期	7
2. 乳幼児期（0歳～5歳）	10
3. 学齢期（6歳～18歳）	14
4. 成人期（19歳～64歳）	19
5. 高齢期（65歳以上）	24
6. 要介護者・障がい者	31
7. 働く人・事業所	37
第3章 計画の推進体制	40
1. 計画の推進体制	40
2. 評価・見直し	40
3. 第2期鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画 数値目標一覧	41
参考資料	
・ 鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画アンケート調査概要	42
・ アンケート単純集計結果	44
・ 策定経過	64
・ 鹿沼市健康づくり推進協議会設置要綱	65
・ 鹿沼市健康づくり推進協議会委員名簿	67
・ 鹿沼市歯と口腔の健康づくり推進条例	68
・ 用語の解説	70

第1章 計画策定の趣旨

1. 計画策定の背景と目的

豊かにいきいきとした生活を送るためには、健康であることは誰もが望む共通の願いです。

歯や口腔は、「食べる、美味しく味わう、会話を楽しむ、話す、顔の形を整える」などと、自分らしく、楽しく充実した人生を送る上で欠かせない役割をもっています。また歯や口腔の健康は、全身の健康に影響を及ぼし、生涯にわたる健康の保持・増進に欠かすことのできないものです。

国では、「8020（ハチマルニイマル）運動」^{※1}を推進し、「80歳になっても自分の歯を20本以上残そう」とむし歯予防や歯周病予防を提唱してきました。

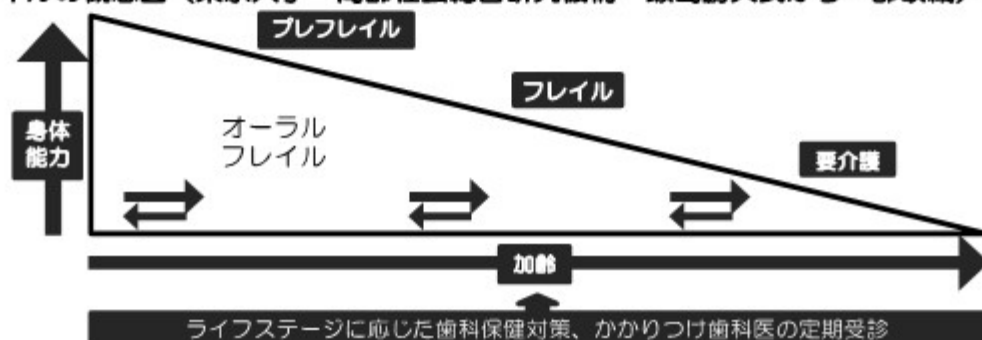
栃木県では、超高齢社会の進展に伴い、歯と口腔機能の衰え「オーラルフレイル」^{（注2・図1）}を予防するため、ライフステージに応じた歯科保健対策やかかりつけ歯科医の定期受診に関連する啓発等を強化しています。

鹿沼市でも、平成16年より「鹿沼市健康増進計画健康かぬま21」の中で8領域を定め、平成24年3月の第2期計画の中では「食生活」「心・体活動」「喫煙」「健診・検診」の4領域を重点領域として各施策や事業に取り組んできました。平成25年3月には、歯科保健分野も健康づくりの要素として位置づけ、「鹿沼市歯と口腔の健康づくり推進条例」を制定しました。また、むし歯や歯周病等の生活習慣病^{※3}を予防し、全身の健康管理の中で歯と口腔の健康づくりを図ることの重要性を市民が理解して、自らの食習慣や生活習慣の改善を実践できるようにすることを目的に、市民、関係機関・団体と行政が協働で歯科保健に取り組む計画として「鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画」を策定しました。

平成31年3月の「第3期鹿沼市健康増進計画健康かぬま21」計画の中でも、「歯と口腔の健康」を重点領域の一つとし、6領域の取り組みを行います。

急速な高齢化や生活様式の多様化が進む中、歯科保健の役割も拡大かつ増大していることから、ライフステージに応じた歯科保健対策を推進し、早期から「オーラルフレイル」を予防するために「第2期鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画」を策定するものです。

フレイルの概念図（東京大学 高齢社会総合研究機構 飯島勝矢氏から一部改編）（図1）

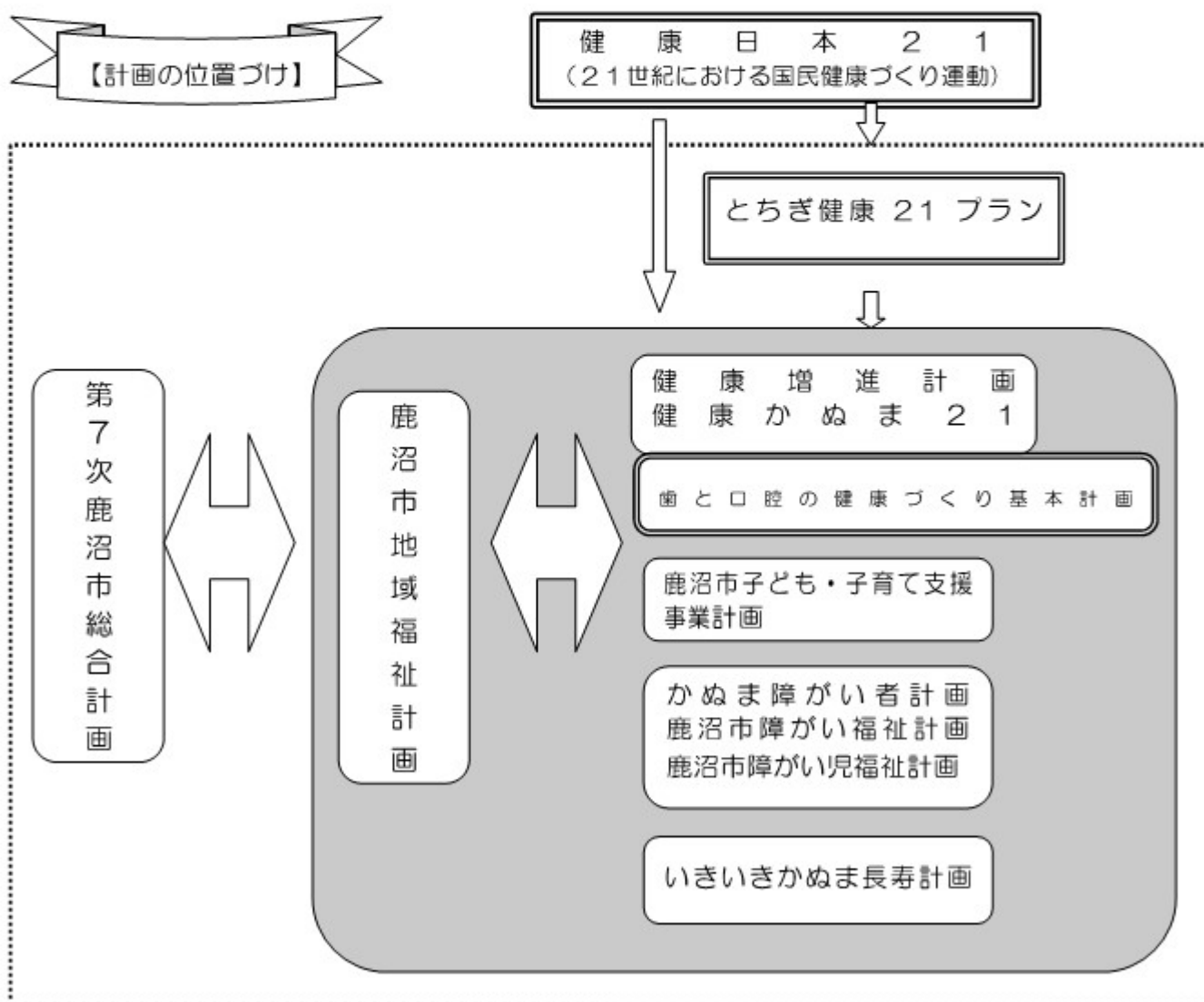


2. 計画の位置づけ

この計画は、「第7次鹿沼市総合計画」及び市民の健康づくりを推進する「第3期鹿沼市健康増進計画健康かぬま21」や「栃木県民の歯及び口腔の健康づくり推進条例」の規定と、それに基づく県の施策との整合性を図っています。

また、市民が歯や口腔の健康づくりに取り組めるよう「第3期鹿沼市健康増進計画健康かぬま21」の部門計画として、歯と口腔の健康づくりを具体的に推進するための計画として位置付けています。

この計画は、「鹿沼市地域福祉計画」そのほかの「鹿沼市子ども・子育て支援事業計画」、「かぬま障がい者計画・鹿沼市障がい福祉計画・鹿沼市障がい児福祉計画」及び「いきいきかぬま長寿計画」の各事業目標との連携を図り「新・健康都市宣言」の実現をめざします。



3. 計画の期間

この計画の期間は、2019年度から2023年度までの5年間とします。

画名	年度	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
鹿沼市総合計画		第7次					次期	
鹿沼市地域福祉計画		第3期					次期	
健康かぬま21		第2期	第3期					
歯と口腔の健康づくり基本計画		第1期	第2期					
いきいきかぬま長寿計画			第7期			第8期		
かぬま障がい者計画			第4期			第5期		
鹿沼市障がい福祉計画			第5期			第6期		
鹿沼市障がい児福祉計画			第1期			第2期		
鹿沼市子ども・子育て支援事業計画		第1期			第2期			
*栃木県歯科保健基本計画			第2期					次期

4. 計画の策定方法

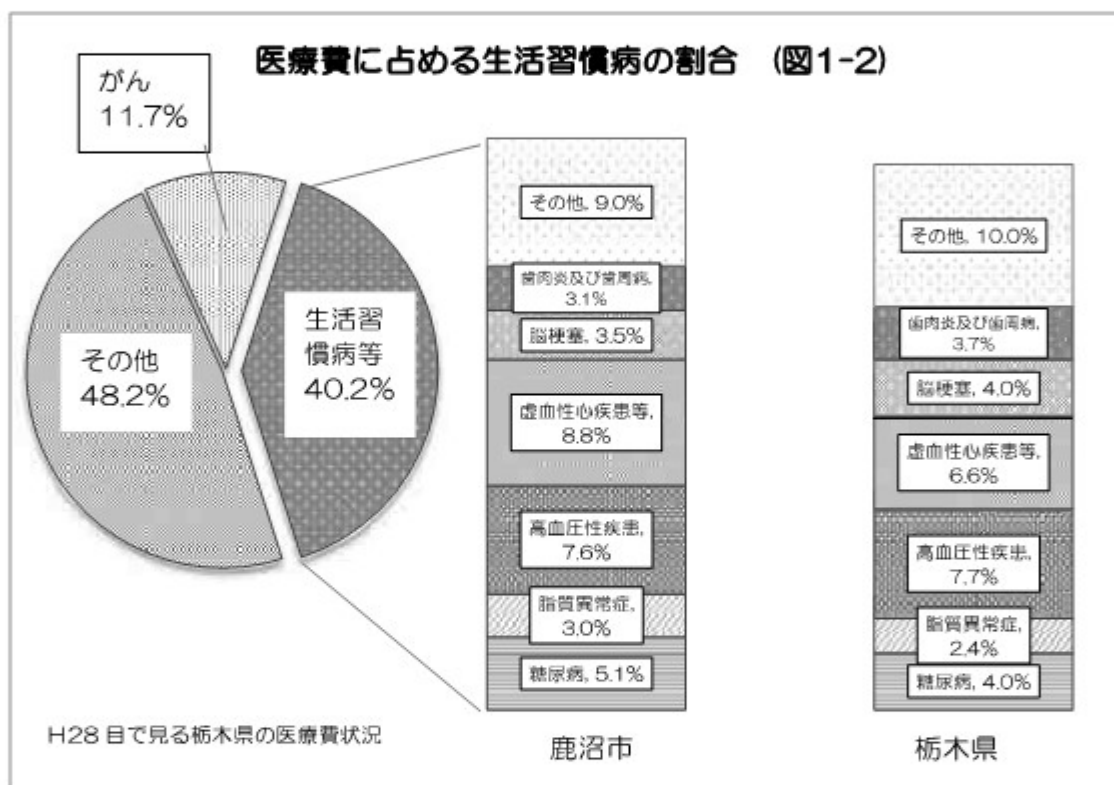
この計画は、市民や事業所、介護施設や障がい者施設へのアンケートや市内の幼稚園・保育園、小学校・中学校・高等学校の協力を得てアンケート調査を行い、現状を把握するとともに課題を抽出し、「鹿沼市健康づくり推進協議会」において、全3回の会議を経て策定しました。

策定段階において、計画（案）についてパブリックコメント方式により市民の意見をお聞きしました。

5. 計画の基本的方針

鹿沼市では、「健康増進計画健康かぬま21」の基本目標である『すべての住民が、住みなれた地域でいつまでもいきいきと「その人らしく」健康で自立して暮らす』の実現に向けて施策や事業を実施しています。

しかし、口腔機能^{注4}が低下すると、糖尿病や肺炎、脳血管疾患などの全身疾患に影響を及ぼします。鹿沼市の医療費に占める生活習慣病の割合(図1-2)は、約40%で、県と比較すると糖尿病が高い状況です。近年、糖尿病と歯周病の関わりが深いことが分かっており、歯周病を予防、早期発見、治療することで糖尿病の発症、重症化予防へつながることが望めます。



健康寿命の延伸のために、新たな考え方の1つに「オーラルフレイル予防」があります。オーラルフレイルは、口腔機能の虚弱的の意味で、オーラルフレイルの放置から心身の虚弱的につながることを十分に理解され、全身の虚弱的の前段階であることも判明してきたため、オーラルフレイルに早めに気づき適切な対応を取ることで口腔機能を改善させ、心身の健康を向上させることにつながります。

生涯を通じて豊かな食生活が保たれ、身体的、精神的、社会的に健康で文化的な生活を保つには、むし歯や歯周病、噛むこと、嚥下等が身体やこころに影響することを念頭において、歯や口腔の健康だけでなく、食生活や生活習慣にも目を向けた総合的な普及啓発が必要になります。

これらのことから、本計画では「歯科疾患の予防、口腔機能の維持・向上、

「歯科受診しやすい環境づくり」を基本目標としてアンケート調査や統計資料などをもとにライフステージごと、さらに事業所の現状と課題を整理し、市民一人ひとりが主体的に目標達成に向けて取り組むため、「市民・家庭・地域」「関係機関・団体」「行政」に分けて「取り組み」を定めました。

☆歯と口腔の健康づくりの推進

◎ライフステージ

- ①妊娠期
- ②乳幼児期（0歳～5歳）
- ③学齢期（6歳～18歳）
- ④成人期（19歳～64歳）
- ⑤高齢期（65歳以上）

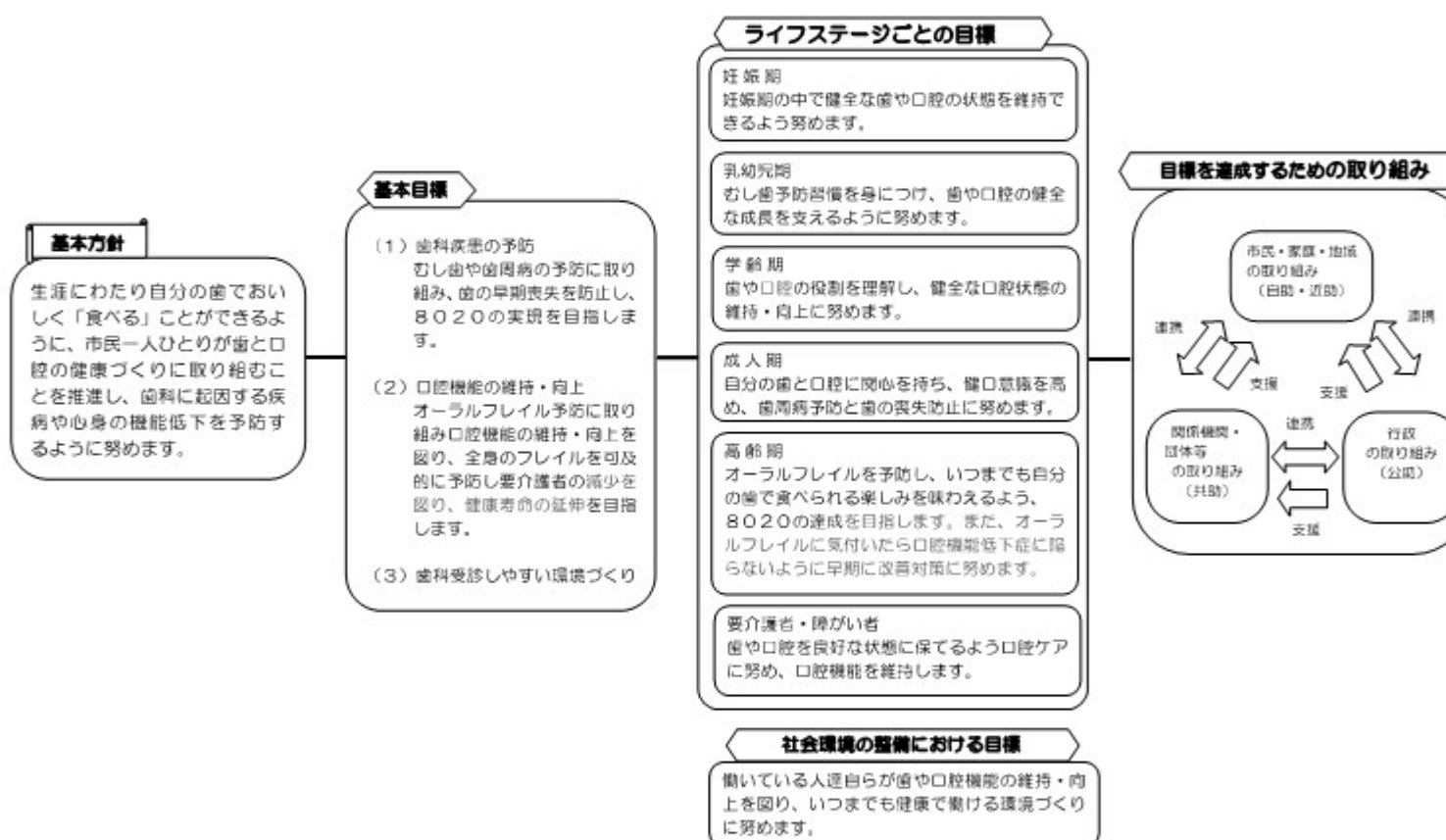
◎要介護者・障がい者

◎働く人・事業所



～健康づくりのつどい～
歯とお口の健康チェック！

6. 歯と口腔の健康づくり基本計画の体系



第2章 歯や口腔の健康づくりの推進

1. 妊娠期

目標

妊娠期の中で健全な歯や口腔の状態を維持できるよう努めます。

方向性

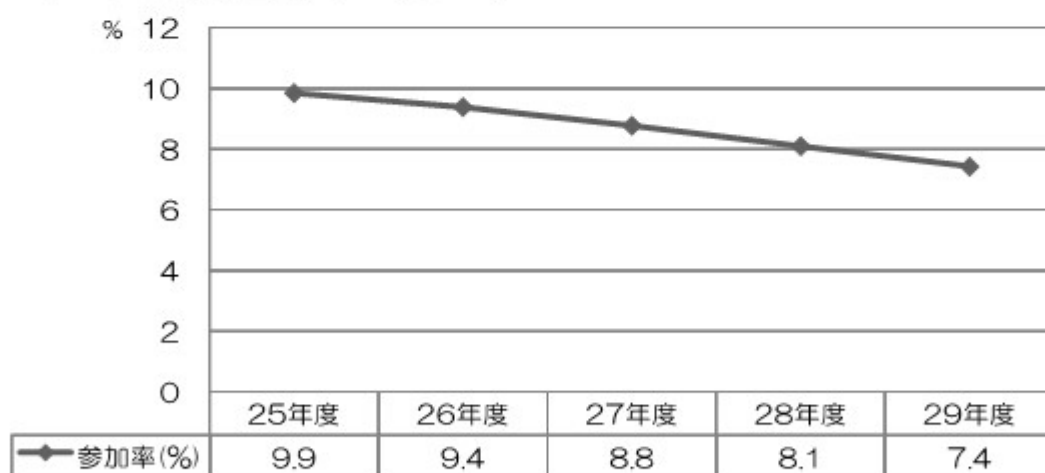
◎妊娠期における歯科健診の実施に努めます。

◎妊娠による身体の変化に応じた、口腔ケア^{※5}を実施し、むし歯や歯周病予防を図ります。

＜妊娠期に見られる特徴＞

- ・妊娠中は、ホルモン分泌の変化により口腔内の唾液が酸性に傾き、むし歯や歯周病になりやすい時期です。
- ・つわりのため、十分に歯みがきができなかつたり、食事の回数が増えることで口腔内の清潔が保てない状況になりがちです。
- ・胎児の乳歯や永久歯の芽である歯胚^{※6}が作られる時期です。つよい歯を作るためには、母体の健康とバランスの良い食生活が大切な時期です。

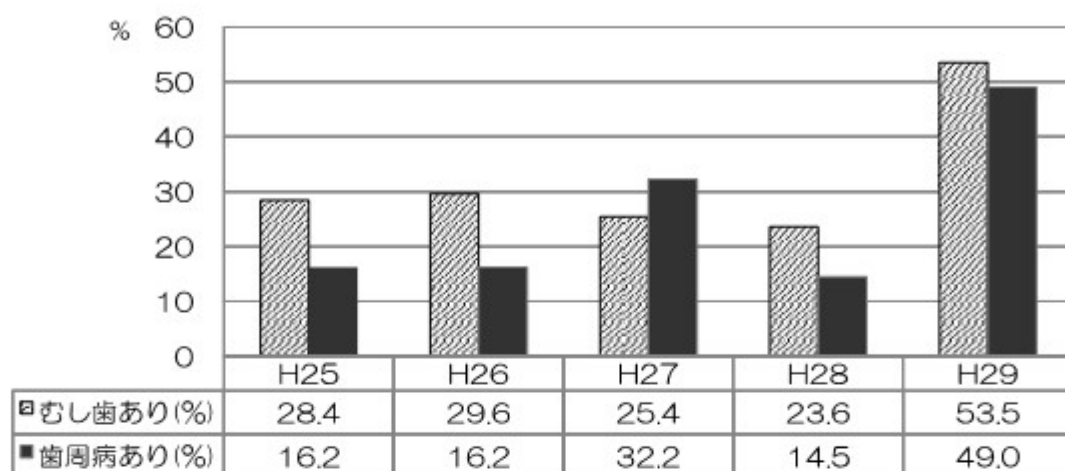
●マタニティ歯科教室受診率（図2-1）



（マタニティ歯科教室の参加状況より）

※参加率＝参加者数／妊娠届出数

●マタニティ歯科教室健診結果 (図2-2)



(マタニティ歯科教室の参加状況より)

※むし歯ありは未処置歯のみ

<現状>

- ① 過去 5 年間のマタニティ歯科教室の参加状況をみると、10%に満たない低参加率が続いています。(7 頁・図 2-1 より)
- ② 参加した人の 30%以上の人、むし歯や歯周病に罹患しており、平成 29 年度にはこれまでの約 2 倍の有病率になっています。(図 2-2 より)

<課題>

- ① マタニティ歯科教室を実施していますが、全体的に参加率が低いため、参加者の増加を促す努力が必要になります。
- ② 健全な歯や口腔の維持・向上のため、妊娠経過に応じた口腔ケアやバランスの良い食生活について、知識の普及啓発が重要になります。

<現在ある健康資源>

- ・マタニティ歯科教室^{注7}
- ・プレパパ・プレママデビュー塾^{注8}
- ・かかりつけ医
- ・かかりつけ歯科医
- ・健康づくりのつどい^{注9}
- ・子育て交流のつどい^{注10}
- ・市民健康フォーラム^{注11}
- ・市民公開講座^{注12}

- ・子育て親育ち講座（スマイルクラブ）^{注13}
- ・出前講座^{注14}
- ・健康相談
- ・健康教育

<取組み>

市民	（個人・家庭・地域を含みます） ■かかりつけ歯科医を持つようにします。 ■マタニティ歯科教室、プレパパ・プレママデビュー塾、かかりつけ歯科医での、歯科健診を受診します。 ■適切な口腔ケアを実施します。 ■バランスの良い食生活を心がけます。
関係機関	（保健・医療・福祉・教育に関係する者） ■マタニティ歯科教室、プレパパ・プレママデビュー塾の参加を促します。（かかりつけ歯科医、かかりつけ産科医） ■妊娠経過に応じた歯科健診を実施します。（かかりつけ歯科医） ■妊娠経過に応じた口腔ケアを実施します。（かかりつけ歯科医） ■バランスの良い食生活についての指導を実施します。（かかりつけ産科医）
行政	■マタニティ歯科教室、プレパパ・プレママデビュー塾の参加者を増やすための、情報提供を実施します。 ■適切な口腔ケアの実施を促します。 ■バランスの良い食生活についての指導を実施します。

<指標と目標値>

指 標	現状値（平成 29 年度）	目標値
歯科健診を受診する妊婦の割合	7.4% ※1	15%

※1 妊娠届出数とマタニティ歯科教室参加状況より

2. 乳幼児期（0歳～5歳）

目標

むし歯予防の習慣を身につけ、歯や口腔の健全な成長を支えるように努めます。

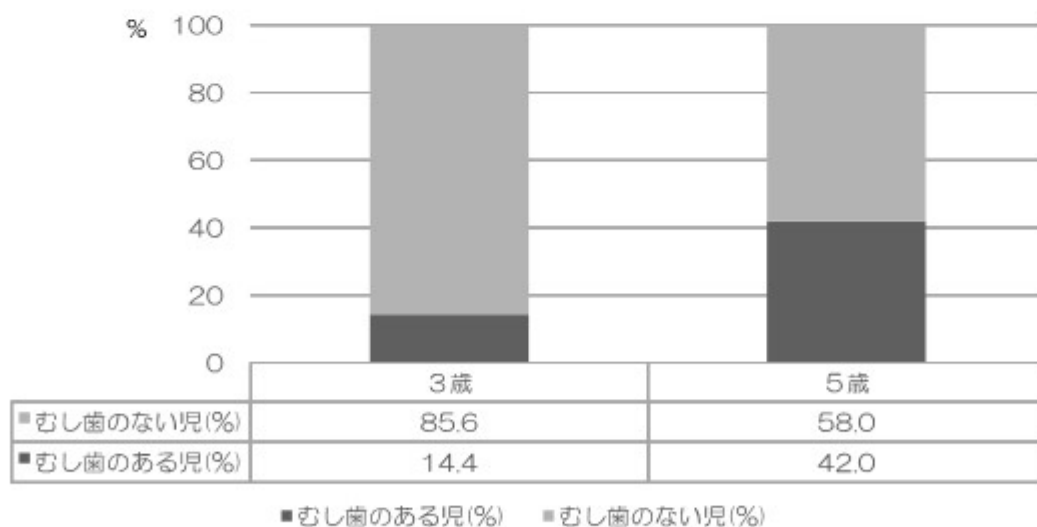
方向性

- ◎歯みがき習慣の重要性を啓発し、発達段階に応じた歯みがき習慣の習得を促します。
- ◎定期的な乳幼児健診での歯科健診や口腔ケアを実施し、むし歯予防を図ります。
- ◎適切なおやつのとりの知識を啓発し、望ましい食生活習慣の習得を促します。

＜乳幼児期に見られる特徴＞

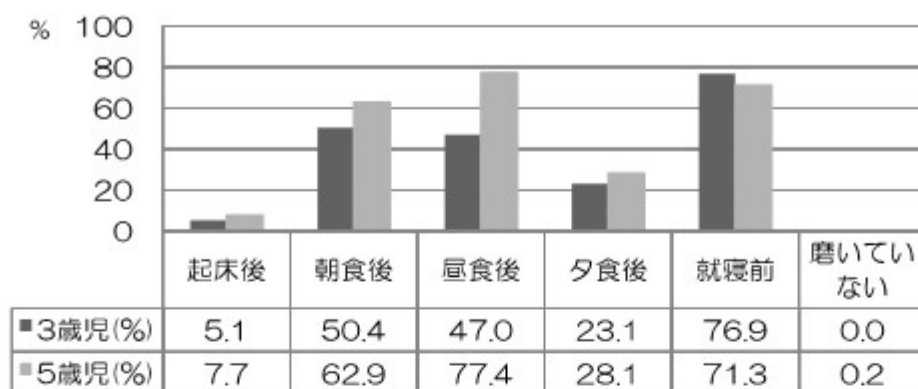
- ・乳歯が生え始め、3歳ごろには生えそろいます。同時に、むし歯になりやすい時期です。
- ・離乳食が始まり、徐々に硬さや弾力のある食品も食べられるようになります。生活習慣の中に、おやつ時間も入り、甘い菓子などのおやつをとる機会が増える時期です。
- ・乳歯の生え始めと同時に、歯みがき（仕上げみがきを含む）を実践しはじめる時期です。

●3歳児と5歳児の歯科健診結果（図3-1）



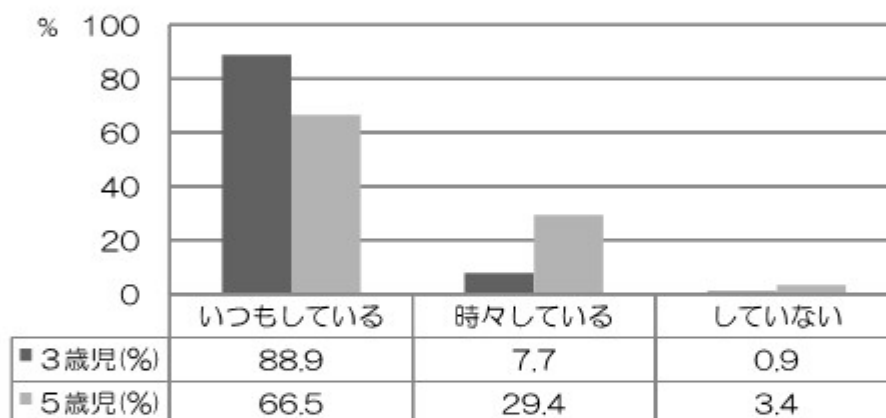
（平成29年度3歳児健診および保育園歯科健診【5歳児】結果より）

●いつ歯をみがくか(複数回答) (図3-2)



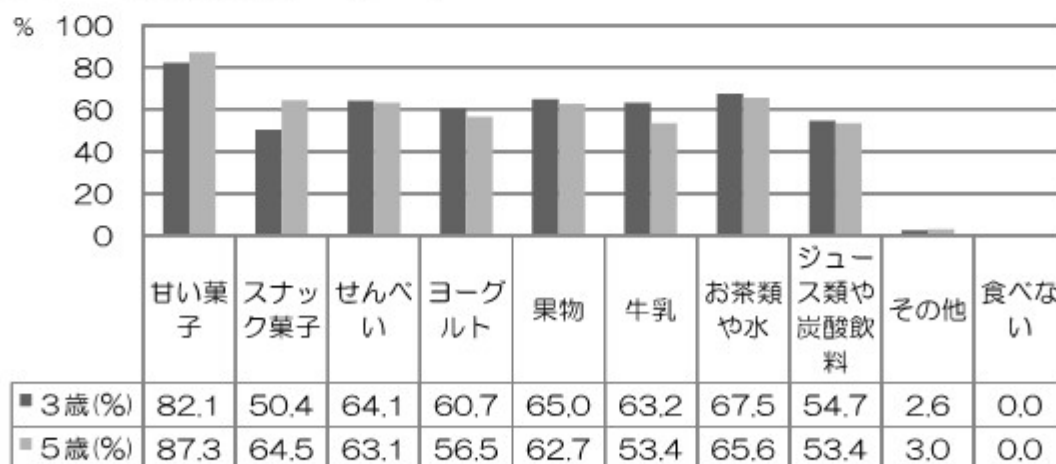
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●仕上げみがきをしている保護者の割合 (図3-3)



(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●おやつの内容(複数回答) (図3-4)



(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

<現状>

- ① むし歯の有病率をみると、3歳児と比べ5歳児では約3倍に増加しています。
(10頁・図3-1より)
- ② 歯みがきの習慣では、3歳児と5歳児共に就寝前にみがくことが多く、更に、5歳児は、昼食後にもみがくことが多くなっています。仕上げみがきをいつもしている割合は、3歳児では88.9%に対し、5歳児では66.5%に減少しています。
(11頁・図3-2、図3-3より)
- ③ おやつの内容では、3歳児と5歳児共に、甘い菓子を多くとっています。
(11頁・図3-4より)

<課題>

- ① 乳歯が生えそろった3歳を過ぎると、むし歯になりやすい時期であることを、保護者に自覚してもらうことが重要になります。
- ② 歯の正しいみがき方と仕上げみがきの必要性について啓発を図り、むし歯予防を促す必要があります。
- ③ 適切なおやつのととり方や規則正しい食生活習慣、よく噛んで食べることの重要性について、保護者への働きかけや情報提供が重要になります。

<現在ある健康資源>

- ・乳幼児健診（1歳6か月健診、3歳児健診、幼稚園、保育園での実施）
- ・離乳食教室（7～8か月児）
- ・2歳児教室
- ・楽しく学ぶ「親子歯と口の健康教室」（5歳児）^{注15}
- ・給食（保育園・幼稚園）
- ・かかりつけ医
- ・かかりつけ歯科医
- ・健康づくりのつどい
- ・子育て交流のつどい
- ・市民健康フォーラム
- ・市民公開講座
- ・家庭教育講演会
- ・出前講座
- ・健康相談
- ・健康教育
- ・子育て親育ち講座（スマイルクラブ）
- ・子育てサロン^{注16}



～3歳児健康診査(歯科健診)～

＜取組み＞

市民	（個人・家庭・地域を含みます） ■子どもの発達段階に応じた歯みがきの習慣や仕上げみがきの必要性を知り実施します。 ■定期的な乳幼児健診を受診し、適切な口腔ケアを実施します。 ■規則正しい食生活習慣と、よく噛んで食べる習慣が身につくように心がけます。 ■適切なおやつのとり方を知り、量や時間、回数に気をつけます。 ■むし歯の早期発見・早期治療に努めます。
関係機関	（保健・医療・福祉・教育に関係する者） ■定期的な歯科健診の実施に取り組みます。 （園歯科医・かかりつけ歯科医） ■規則正しい食生活習慣と、よく噛んで食べることの重要性の普及啓発に取り組みます。 （保育園・幼稚園・かかりつけ医・かかりつけ歯科医） ■歯みがきを習慣づけ、むし歯予防に努めます。（保育園・幼稚園） ■むし歯の早期発見・早期治療を促します。 （園歯科医・かかりつけ歯科医）
行政	■定期的な乳幼児健診を実施し、適切な口腔ケアを促します。 ■適切なおやつのとり方や規則正しい食生活習慣と、よく噛んで食べることの重要性について、普及啓発に努めます。 ■むし歯の早期発見・早期治療を促します。

＜指標と目標値＞

指 標	現状値（平成 29 年度）	目標値
むし歯のない児の割合 （3歳児）	85.6% ※1	90%
むし歯のない児の割合 （5歳児）	58.0% ※2	70%

※1 3歳児健診結果より

※2 保育園歯科検診結果より



3. 学齢期（6歳～18歳）

目標

歯や口腔の役割を理解し、健全な口腔状態の維持・向上に努めます。

方向性

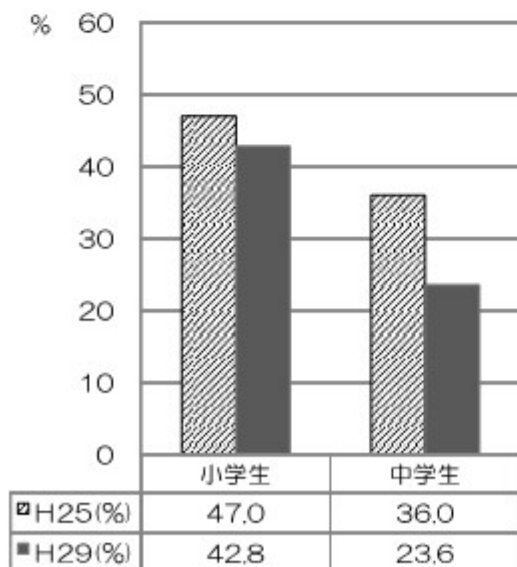
◎歯や口腔の役割の重要性を啓発し、健全な口腔状態に対する意識の向上に努めます。

◎むし歯や歯肉炎^{注17}などの予防や、早期発見・早期治療を促します。

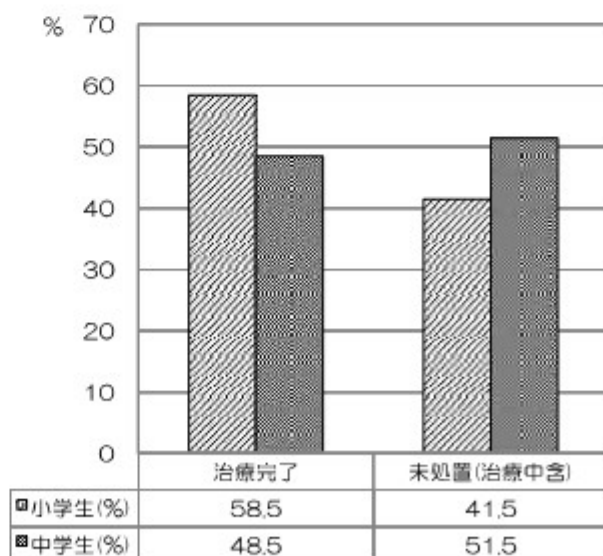
＜学齢期に見られる特徴＞

- ・学齢期は、乳歯から永久歯に生えかわるため、乳歯と永久歯が混在している時期が長く、とりわけ口腔ケアが重要となります。
- ・生え変わったばかりの永久歯は、むし歯になりやすく、一生使う永久歯を守るためにより丁寧なケアが必要です。
- ・歯の生え変わり時期のため、歯並びが凸凹し、歯みがきに難しさを感じる時期です。
- ・思春期には、ホルモンの変化や生活の変化により、歯肉炎が起きやすくなります。

●要治療者の割合（図4-1）

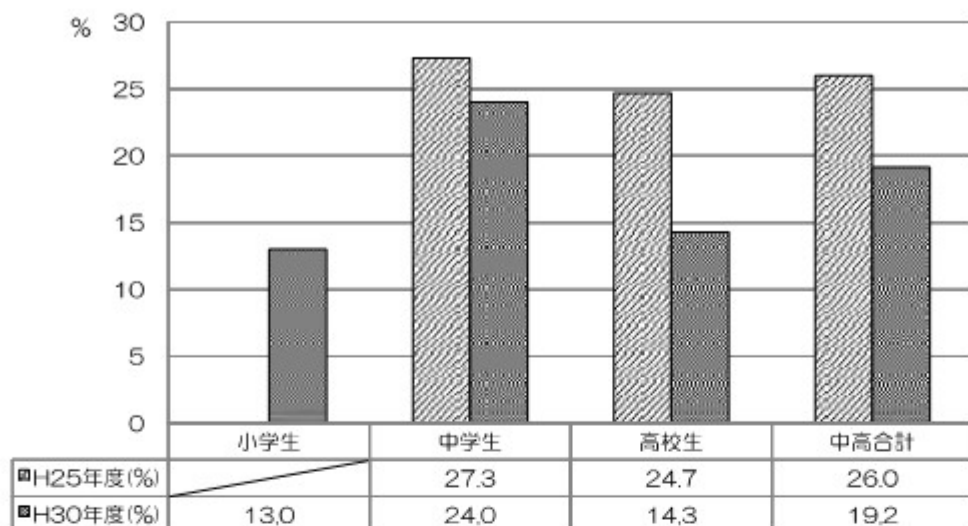


●要治療者の歯科治療状況（図4-2）



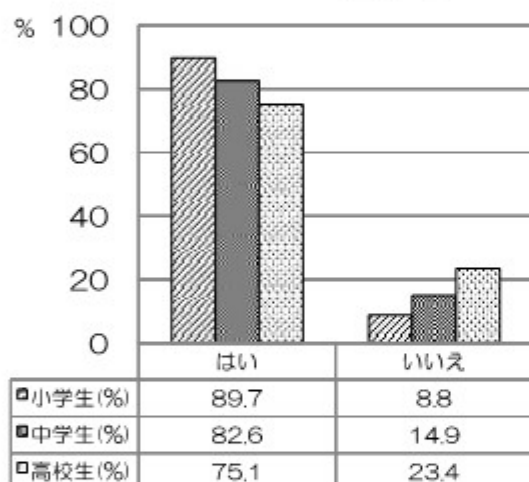
（平成29年度鹿沼市内小中学校歯科検診結果より）

●歯肉に炎症所見のある生徒の割合 (図4-3)

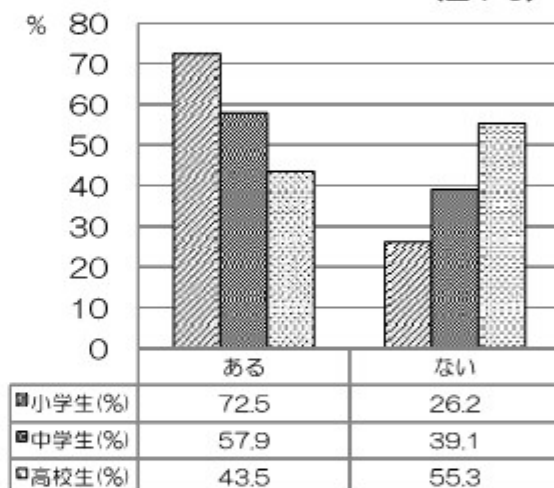


(平成 25・30 年度鹿沼市内小中学校・高等学校歯科検診結果より)

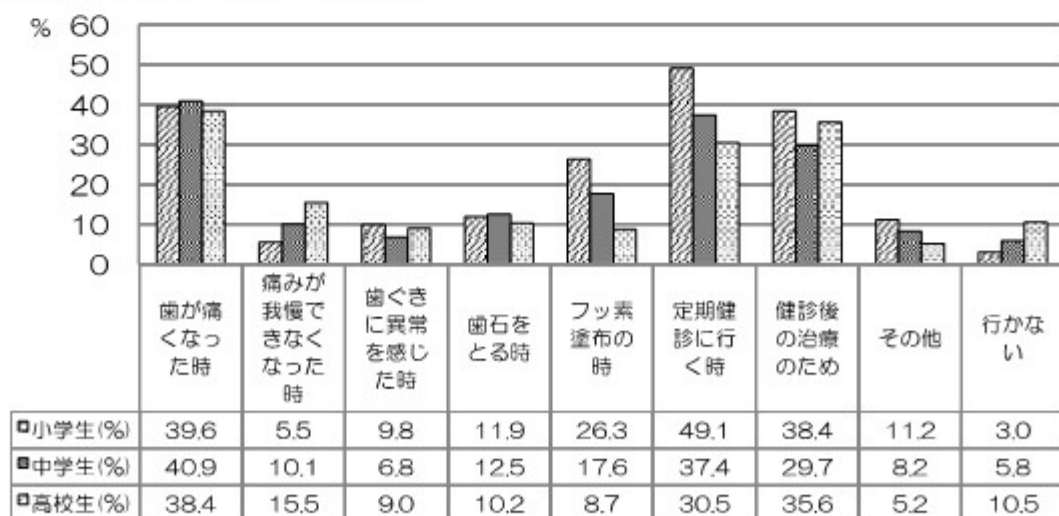
●かかりつけ歯科医を決めていますか (図4-4)



●歯科医院でフッ素塗布をしたことがありますか (図4-5)

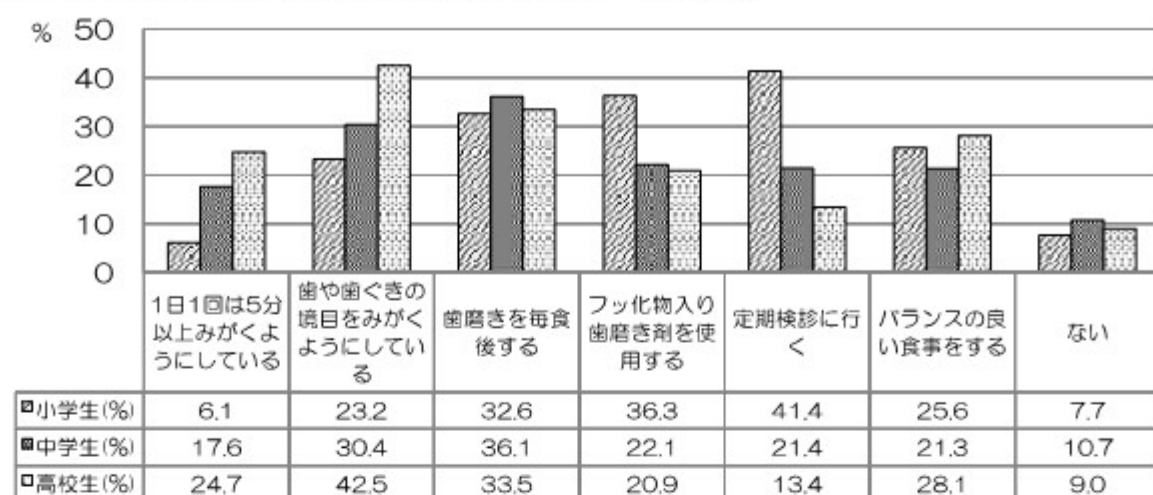


●歯科医院に行く理由(複数回答) (図4-6)



(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●口の中の健康で気を付けていること(複数回答) (図4-7)



(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

<現状>

- ① 要治療者は、小学生が42.8%と中学生の23.6%に比べて多くなっています。しかし、治療が終了していない未処置者の割合は、小学生41.5%に対して中学生51.5%と半数以上の中学生が治療を終了していない状況があります。
(14頁・図4-1、図4-2より)
- ② 歯肉に炎症所見のある児童・生徒の割合は、改善傾向にあります。中学生は最も高い24.0%となっています。
(15頁・図4-3より)
- ③ かかりつけ歯科医を決めている割合は、高校生が最も低くなっていますが、それでも、75.1%となっています。
(15頁・図4-4より)
- ④ 歯科医院に行く理由で最も高いのは、小学生では定期検診に行く時ですが、中学生・高校生では、歯が痛くなった時となっています。年齢が上がり保護者の手もとを離れるにつれて、予防よりも治療のための受診となっています。
(15頁・図4-6より)
- ⑤ 口の中の健康で気を付けていることは、定期検診に行く割合は小・中・高で減少していますが、5分以上の歯みがきや歯や歯ぐきの境目をみがくようにしている割合は年齢とともに上昇しており、自己管理に努めています。

(図4-7より)

<課題>

- ① 乳歯から永久歯に生え変わる時期に、むし歯になりやすいことを保護者だけでなく子どもも自覚することが重要になります。
- ② 学校での歯科検診など、定期的な検診受診によるむし歯や歯肉炎の早期発見と、早期治療の必要性について啓発をし、むし歯の早期発見と早期治療を促す必要があります。
- ③ 発達段階に応じた口腔ケアと、生活習慣に関する知識の普及啓発をし、むし歯や歯肉炎予防を促す必要があります。

＜現在ある健康資源＞

- ・学校歯科検診
- ・養護教諭
- ・学校保健委員会
- ・学校歯科医師
- ・栄養教諭^{注 18}
- ・学校給食
- ・家庭教育学級^{注 19}
- ・楽しく学ぶ「親子歯と口の健康教室」
- ・かかりつけ医
- ・かかりつけ歯科医
- ・健康づくりのつどい
- ・市民健康フォーラム
- ・市民公開講座
- ・出前講座
- ・健康相談
- ・健康教育

(小学 1・2 年生)

＜取組み＞

市民	(個人・家庭・地域を含みます) ■歯みがきの必要性を理解し、歯みがきの習慣づけができるように努めます。 ■学校の歯科検診や定期的な歯科検診を受診します。 ■発達段階に応じた口腔ケアの実施に心がけます。 ■一生使う永久歯の大切さを理解し、治療が必要なときには、早期治療に努めます。 ■健全な歯や口腔の成長・維持の必要性を理解し、規則正しい食生活習慣とよく噛んで食べることを心がけます。
関係機関	(保健・医療・福祉・教育に関係する者) ■歯科検診の実施に取り組みます。(学校・学校歯科医) ■発達段階に応じた口腔ケアの指導に取り組みます。 (学校・学校歯科医・歯科医師会・歯科衛生士会・養護教諭会) ■むし歯・歯肉炎の早期治療を促します。 (学校・学校歯科医・養護教諭会・かかりつけ歯科医) ■学校給食において、規則正しい食生活とよく噛んで食べることなど、歯の健康に関する知識の普及啓発に努めます。 (学校・学校給食・栄養教諭・学校歯科医)
行政	■発達段階に応じた口腔ケアを促します。 ■むし歯や歯肉炎予防の必要性に関する情報提供と、知識の普及に努めます。 ■むし歯や歯肉炎の早期治療の重要性を伝え、早期治療を促します。 ■規則正しい食生活習慣と、よく噛んで食べることの重要性の普及啓発に努めます。

<指標と目標値>

指 標	現状値（平成 29 年度）	目標値
小学生でむし歯の処置完了している児の割合	58.5% ※ ₁	70%
中学生でむし歯の処置完了している人の割合	48.5% ※ ₁	60%
中学生・高校生における 歯肉に炎症所見のある人の割合	19.2% ※ ₂	15%

※₁ 平成 29 年度鹿沼市内小中学生全員の歯科治療状況より

※₂ 平成 30 年度鹿沼市内小中学校・高等学校歯科検診結果より



野菜には食物繊維やビタミンが多く、体を元気にしてくれます。さらに『よく噛む』ことで、お腹の調子を整えてくれます。
鹿沼名産の、まいたけ、こんにゃくを使った
“かみかみレシピ”を紹介します。

鹿沼名産入り“かみかみレシピ”の紹介

栄 養 満 点 き ん ぴ ら

材料〈4～6 人分〉

ごぼう	60 g
にんじん	40 g
豚もも肉（す切肉）	60 g
まいたけ	80 g
こんにゃく	40 g
サラダ油	大さじ 1/2
砂糖	大さじ 1
しょう油	大さじ 1
みりん	大さじ 1/2
いんげん	40 g
ごま（炒り）	適宜

作り方

- ① ごぼう、にんじんは拍子切り。豚もも肉はせん切り。まいたけは石づきをとり、食べやすい大きさにさく。
- ② こんにゃくは短冊に切り、さっと湯がく。
- ③ いんげんは茹でて、せん切りにする。
- ④ フライパンにサラダ油を入れ熱し、豚もも肉を入れ、火が通ったらいんげん以外の野菜とこんにゃくを入れ、火を通す。
- ⑤ ④にひと通り火が通ったら、砂糖、しょう油を入れ、やわらかくなるまで煮る。野菜がやわらかくなったら、最後にみりんを加える。
- ⑥ ひと煮立ちさせ、いんげんとごまをかける。

1 人分：エネルギー 75kcal 塩分 0.7 g



4. 成人期（19歳～64歳）

目標

自分の歯と口腔に関心を持ち、健口意識を高め、歯周病予防と歯の喪失防止に努めます。

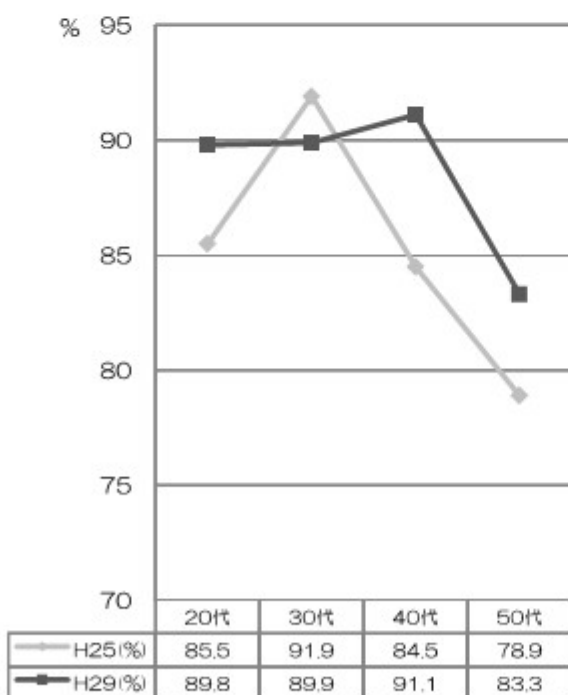
方向性

- ◎歯と口腔の健康に関する意識を高めるため、口腔衛生の重要性について啓発します。
- ◎歯周病予防と歯の喪失防止に向けて、かかりつけ歯科医を持つことや定期健診を受けることの重要性について啓発します。
- ◎高齢期のオーラルフレイル（歯と口腔機能の衰え）を予防するために、歯と口腔の健康と全身の健康との関係についての啓発を図り、適切な口腔ケアの実践を促します。

＜成人期に見られる特徴＞

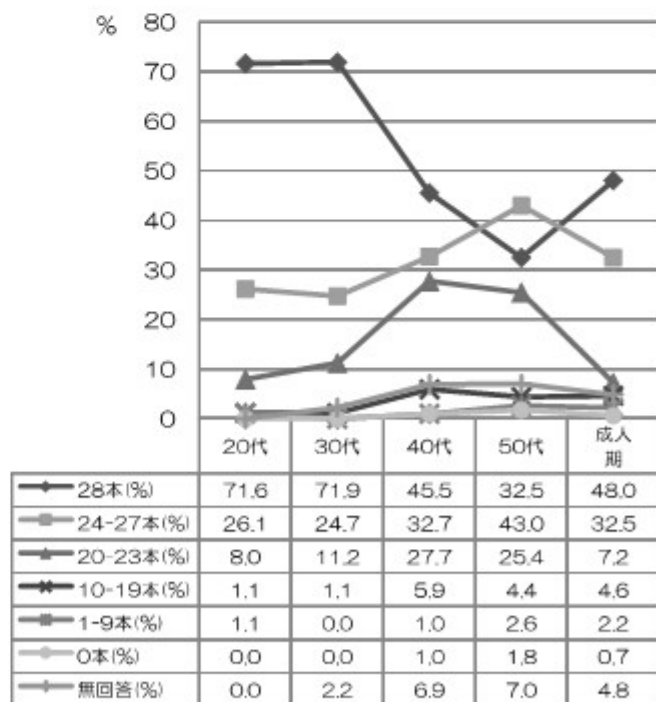
- ・仕事や家庭に忙しい時期で、歯の痛みなど自覚的な症状がなければ、歯や口腔の健康管理に関心が向きにくい年代です。
- ・年齢が高くなるにつれて、唾液量が減り、歯周病やむし歯が進行しやすく、やがて歯を失うことにつながります。

●夕食後または就寝前に歯を磨く人の割合
(図5-1)



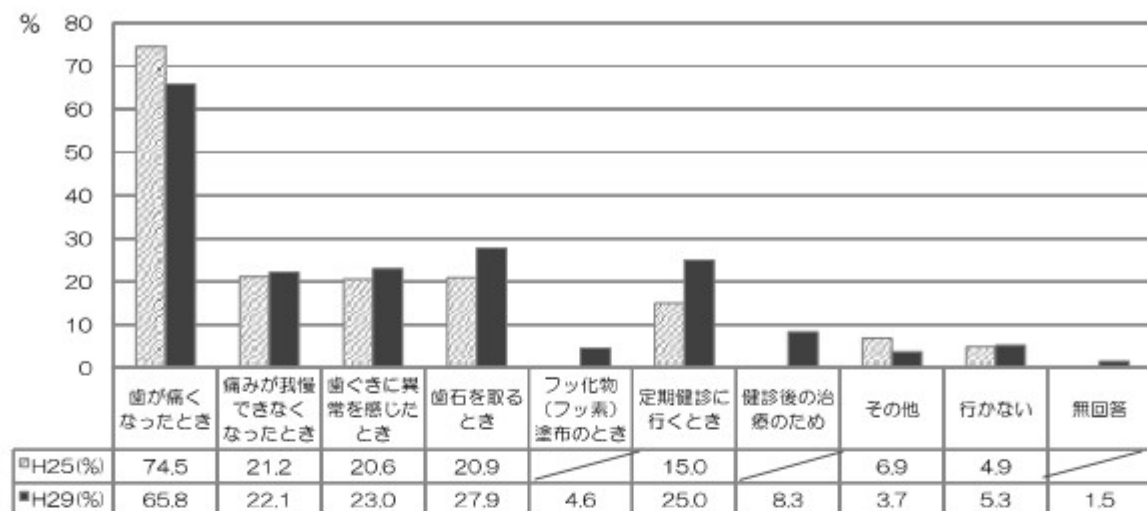
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●歯の本数 (図5-2)



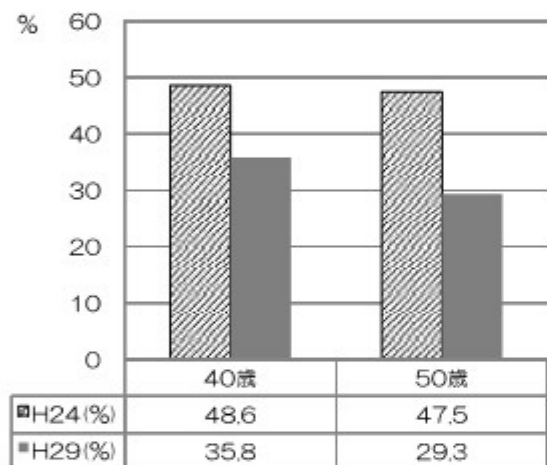
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●歯科医院に行く理由(複数回答) (図5-3)



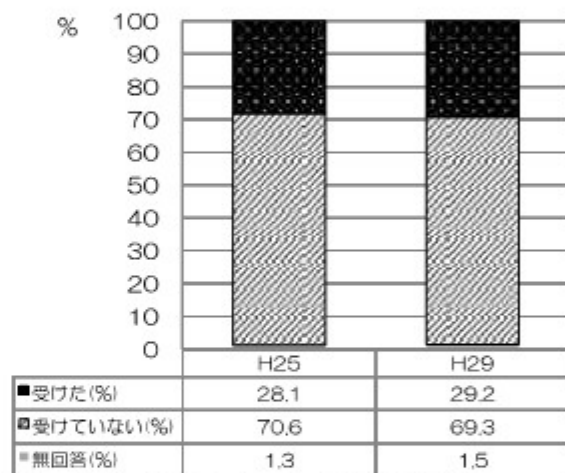
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●未処置歯を有する人の割合 (図5-4)



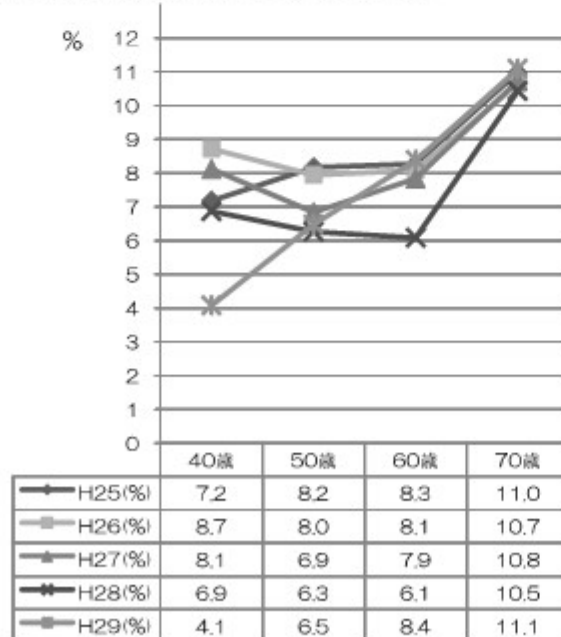
(歯周病検診結果より)

●過去1年の健診の有無 (図5-5)



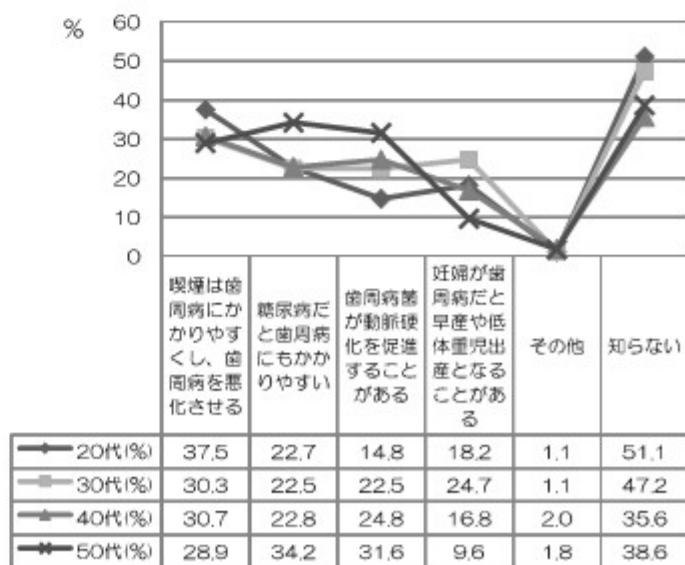
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●歯周病検診年齢別受診率 (図5-6)



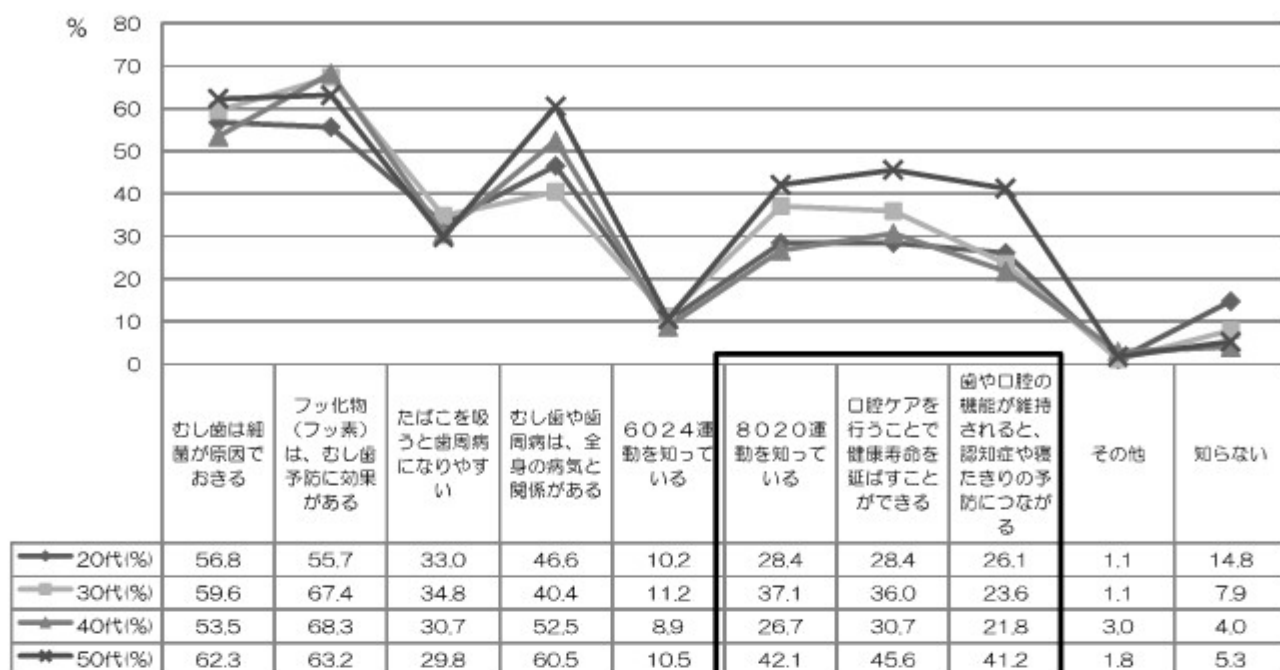
(歯周病検診結果より)

●歯周病と全身の健康についての知識(複数回答) (図5-7)



(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●歯と口に関する知識に「知っている」と回答した人の年代別割合（複数回答）（図5-8）



（歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より）

<現状>

- ① 夕食後または就寝前に歯みがきをする人の割合は、成人期においては84.6%となっています。（19頁・図5-1より）
- ② 歯が痛くなったときに歯科医院に行くと考えている人は65.8%と高く、自覚症状がないと受診しない状況にあります。（20頁・図5-3より）
- ③ 40歳で進行した歯周炎^{注26}を有する人の割合は、平成29年度では71.6%、で、平成25年度の60.4%と比較し、11.2%と大幅に増加しています。（41頁・表1より）
- ④ 過去1年間の歯科健診や歯科ドックの受診率がアンケートでは29.2%であり、歯や口腔に対する関心が低く知識不足の状況があります。（20頁・図5-5より）
- ⑤ 「口腔ケアを行うことで健康寿命を伸ばすことができる」「歯や口腔の機能が維持されると、認知症や寝たきりの予防につながる」などオーラルフレイル予防についての関心が全ての年代において高まっています。特に50代では、歯と口腔に関する健康意識が顕著に認識されています。（図5-8より）
- ⑥ 40歳で未処置歯を有する人の割合は、平成29年度では35.8%、平成25年度の48.6%と比較し、12.8%減少しています。また、50歳においては、平成29年度では29.3%で、平成25年度の47.5%と比較し、18.2%減少しています。（41頁・表1より）（20頁・図5-4より）

＜課題＞

- ① 歯周病検診受診率および過去 1 年間の歯科健診受診の割合も低いため、検診および健診の普及啓発に取り組む必要があります。
- ② 進行した歯周炎を有する人の割合が大幅に増加しており、自覚症状がでてから歯科医院に行くのではなく、定期的な歯科受診により、早期発見・早期治療につなげる必要があります。
- ③ 高齢期のオーラルフレイルを予防するために、全身の健康との関係など、歯と口腔の健康に関する意識の向上を促すことが重要です。

＜現在ある健康資源＞

- ・ 歯周病検診^{注21}（40・50・60 歳）
- ・ 歯と口のいきいき健診^{注22}
- ・ 40 歳未満の健康診査^{注23}
- ・ 歯科ドック健診事業（20 歳以上の鹿沼市国民健康保険被保険者）
- ・ 職域での歯科健診
- ・ マタニティ歯科教室
- ・ かかりつけ医
- ・ かかりつけ歯科医
- ・ 健康づくりのつどい
- ・ 市民健康フォーラム
- ・ 市民公開講座
- ・ 出前講座
- ・ 健康相談
- ・ 健康教育
- ・ 地域産業保健センター^{注24}
- ・ チャレンジ 15（いちご）健康マイレージ^{注25}

* 健診とは、健康診査のことで、健康であるか否かを確かめるものです。

* 検診とは、特定の病気を早期発見に発見し、早期に治療することを目的としているものです。



～歯と口のいきいき健診（保健師の講話）～

＜取組み＞

市民	（個人・家庭・地域を含みます） ■自分の歯と口腔に関心を持ち、口腔状態を把握することに努め、適切な口腔ケアを実施します。 ■歯みがき以外にも、デンタルフロスや歯間ブラシ、舌ブラシ等の歯と口腔のケア用品を使った口腔ケアを実施します。 ■バランスの良い食生活やよく噛むことなど良い生活習慣を身につけ、歯と口腔の健康づくりに努めます。 ■咀嚼機能の維持・向上や、唾液分泌を促すためにも、よく噛んで食べることを実施します。 ■オーラルフレイル予防に努めます。 ■歯と生活習慣病の関係を知り、生活習慣の改善に努めます。 ■タバコが歯や歯周組織に与える影響について理解し、禁煙に取り組みます。 ■かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受診します。 ■歯の早期治療に取り組み、歯の喪失予防に努めます。 ■チャレンジ 15（いちご）健康マイレージに参加します。（20 歳～）
関係機関	（保健・医療・福祉・教育に関係する者） ■個人と地域の歯科保健意識の向上やオーラルフレイル予防の啓発に努めます。（歯科医師・歯科衛生士） ■定期的な歯科健診の実施及びむし歯・歯周病の早期発見・早期治療に努めます。（かかりつけ歯科医） ■歯と口腔の健康づくりの重要性について理解し、普及啓発に努めます。（事業所、商工会議所、地域産業保健センター） ■定期歯科健診や保健指導の場の確保に努めます。（事業所、商工会議所、地域産業保健センター）
行政	■歯周病検診、歯と口のいきいき健診、40 歳未満の健康診査の受診率向上に努めます。 ■若い年代から歯科健診を受けやすい体制づくりに努めます。 ■あらゆる機会を通して、歯と口腔の健康と全身の健康との関係、オーラルフレイル予防に関する知識の普及啓発を行います。 ■事業所に対して、歯科保健についての情報提供に努めます。 ■チャレンジ 15（いちご）健康マイレージの普及啓発に努めます。

＜指標と目標値＞

指 標	現状値（平成 29 年度）	目標値
40 歳で進行した歯周炎を有する人の割合	71.6% ※1	65%
40 歳で未処置歯を有する人の割合	35.8% ※1	33% （3 人に 1 人）
40 歳で喪失歯のない人の割合	83.0% ※1	85%
歯科健診を受診する人の割合	29.2% ※2	35%

※1 歯周病検診結果より

※2 歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より

「過去 1 年間に歯科健診や歯科ドックを受けた」と回答した者の割合

5. 高齢期（65歳以上）

目標

オーラルフレイルを予防し、いつまでも自分の歯で食べられる楽しみを味わえるよう、8020の達成を目指します。また、オーラルフレイルに気付いたら口腔機能低下症^{注27}に陥らないように早期に改善対策に努めます。

方向性

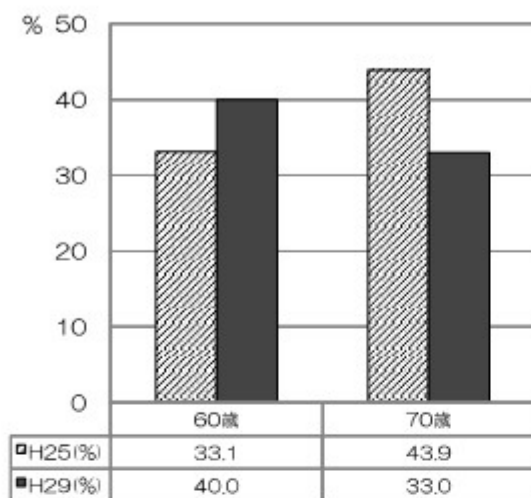
◎歯と全身の健康について理解を深め、適切な口腔ケアの実践を促します。

◎オーラルフレイルを予防する重要性を周知し、生涯自分の歯でおいしく食べることを促します。

＜高齢期に見られる特徴＞

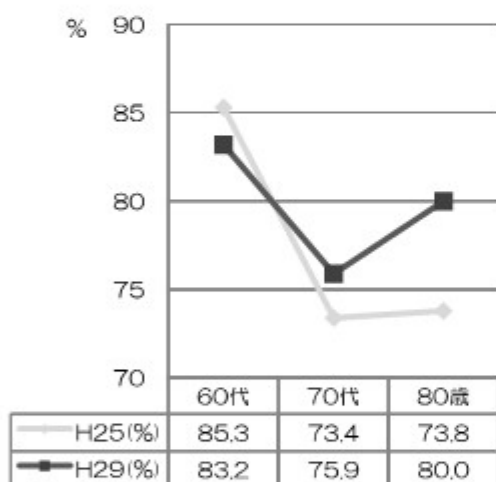
- ・高齢期、特に孤立化してくると口腔リテラシーが低下^{注28}し、むし歯や歯周病が放置される傾向があります。
- ・歯と歯周組織が変化し、歯と歯肉の境目がすり減ったり、歯肉がやせて、露出した歯の根元にむし歯ができやすくなります。
- ・舌や口腔粘膜の状態が変化し、唾液の分泌量が減り、口臭の原因や味覚障害などを引き起こします。
- ・歯肉がやせたところに、歯垢や歯石が付着したり、入れ歯が当たる刺激などで炎症が起こりやすくなります。
- ・口腔機能を維持・向上することにより、摂食^{注29}・嚥下障害（飲み込み）や咀嚼障害に伴う低栄養のリスクを低下させることができます。
- ・唾液の分泌量の低下や、咀嚼・嚥下機能の低下によって、誤嚥が起こりやすくなり、誤嚥性肺炎^{注30}につながる可能性があります。
- ・高齢者の死亡原因としては肺炎が大きな割合を占めており、その中には誤嚥性肺炎が少なくないことが指摘されています。誤嚥自体を完全に避けることはできませんが、口腔ケアを実施し、口腔内細菌数を減少させておくことにより、誤嚥性肺炎のリスクを低くすることができます。
- ・高齢者におけるオーラルフレイルの予防や歯の喪失防止は、むし歯や歯周病などの歯の病気の予防のみならず、全身の健康状態の維持・向上にも大きな意義があります。
- ・何らかの原因で歯を失い、食べ物がうまく噛めなかったり、噛み合わせによるバランスがとれないまましていると、認知症発症や転倒するリスクが高くなります。

●未処置歯を有する人の割合 (図6-1)



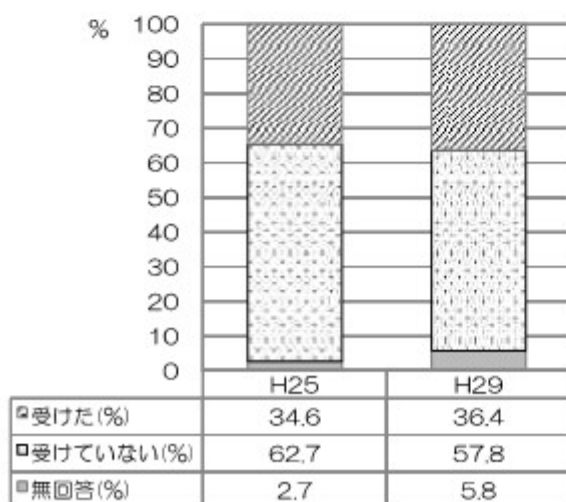
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●夕食後または就寝前に歯をみがく人の割合 (図6-3)



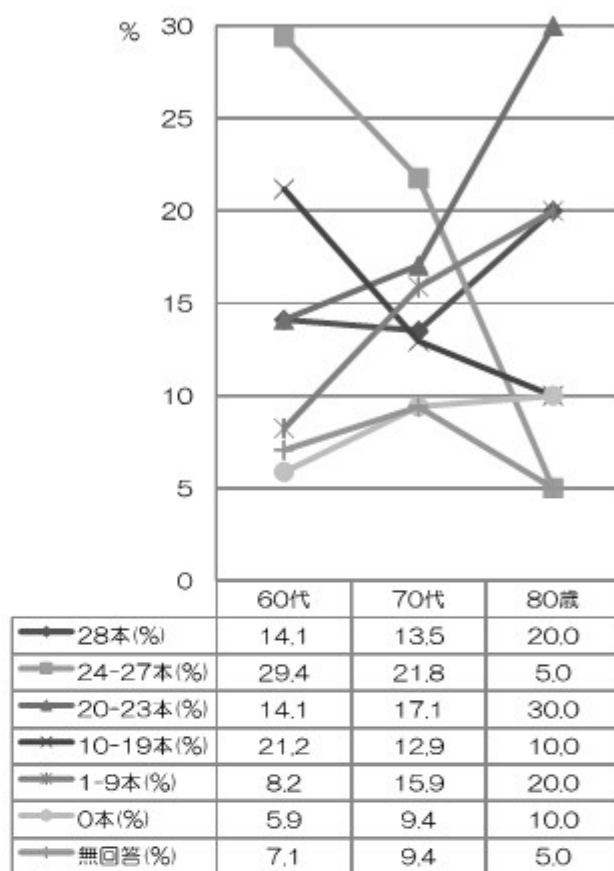
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●過去1年間の健診の有無 (図6-4)



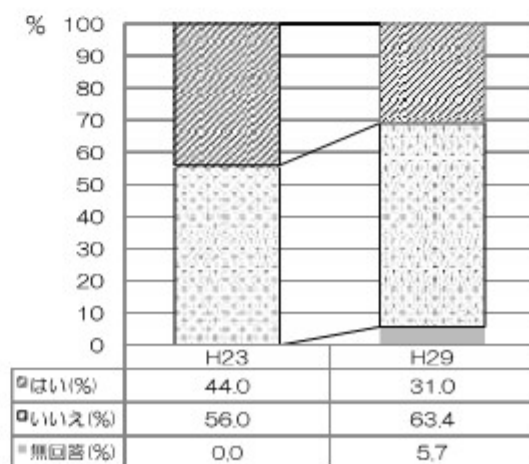
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●歯の本数 (図6-2)



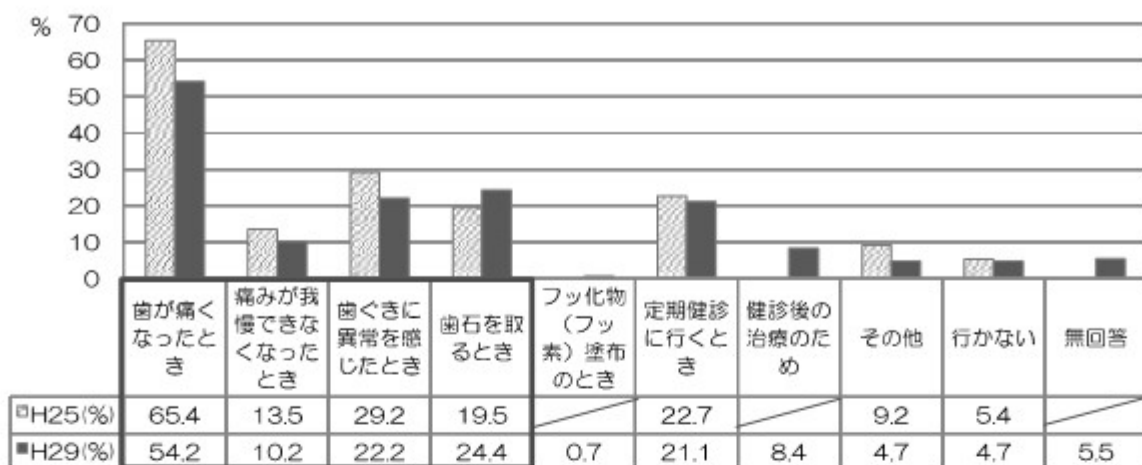
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●半年前に比べて固いものが食べにくくなった (図6-5)



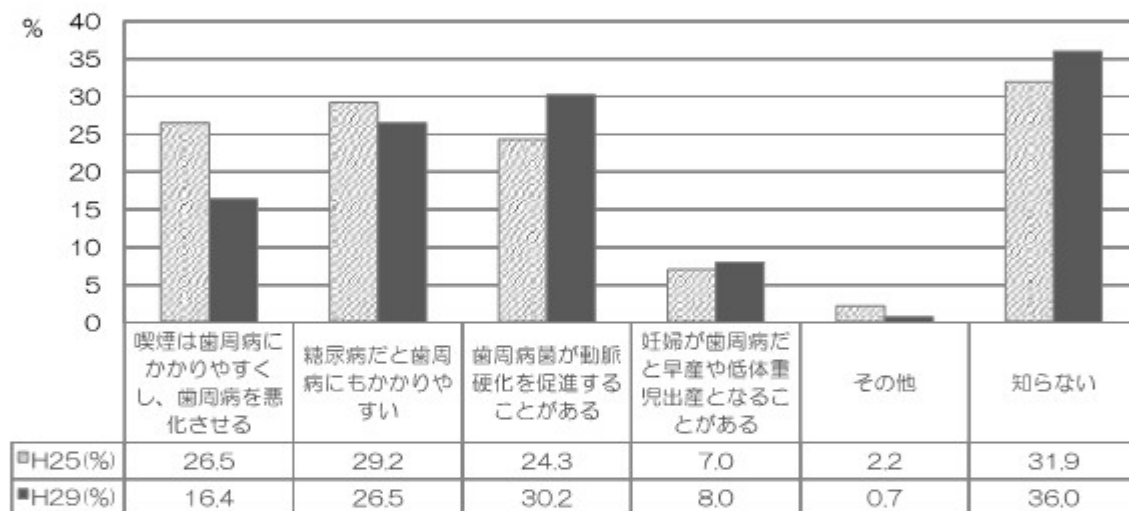
(日常生活圏域ニーズ調査より)

●歯科医院に行く理由（複数回答）（図6-6）



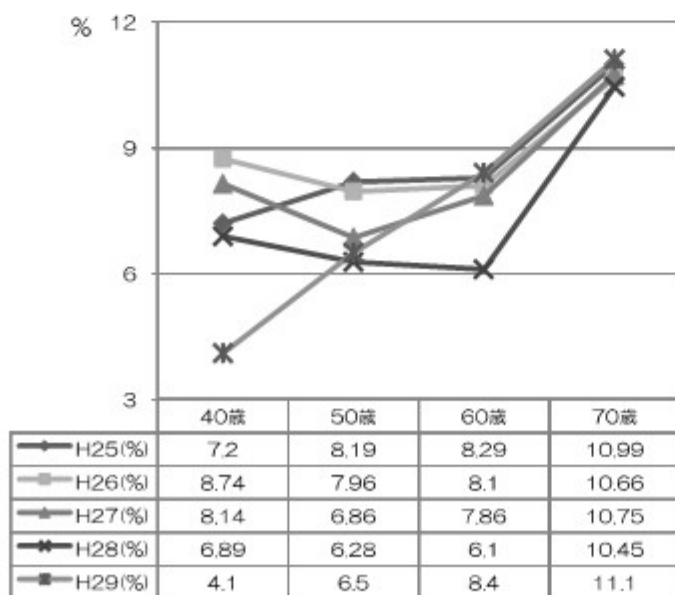
（歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より）

●歯周病と全身の健康についての知識（複数回答）（図6-7）



（歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より）

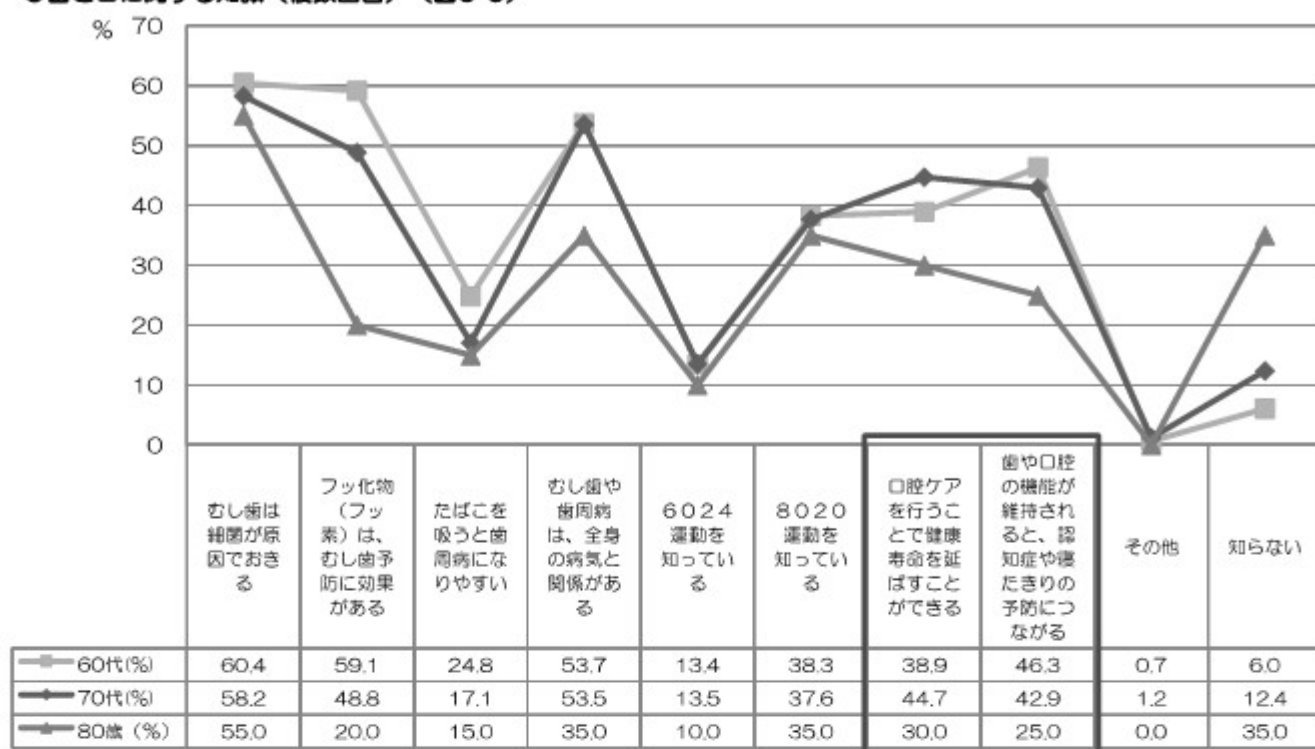
●歯周病検診年齢別受診率（図6-8）



（歯周病検診結果より）



●歯と口に関する知識（複数回答）（図6-9）



（歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より）

＜現状＞

- ① 平成 29 年度歯周病検診結果では、60 歳で未処置歯を有する人の割合は、33.1%（H24）と比較し、40%と高くなっています。（25 頁・図 6-1 より）
- ② 平成 29 年度歯周病検診結果では、60 歳で進行した歯周炎を有する人の割合は、61.3%（H24）と比較し、66.7%と高くなっています。
（41 頁・表 1 より）
- ③ アンケート結果から 60 歳（55 歳～64 歳）で 24 本以上の自分の歯を有する人の割合は 62.7%から 61.4%と微減となり、80 歳で 20 本以上の自分の歯を有する人の割合は 34.1%から 42.9%と増加し、目標を達成しています。
（41 頁・表 1 より）
- ④ 食後または就寝前に歯みがきをする割合を、平成 25 年アンケート結果と比較すると、70 代、80 歳において増加しています。（25 頁・図 6-3 より）
- ⑤ 歯科医院に行く理由として、歯や歯ぐきに異常を感じてから行く人の割合が高く、歯科健診や歯科ドックなど予防のための定期健診に行く人の割合は低くなっていますが、平成 25 年アンケート結果と比較すると、異常を感じてからの受診・予防のための受診ともに改善しています。（26 頁・図 6-6 より）
- ⑥ 「固いものが食べにくくなった」と口腔機能の低下を感じている人は、44%から 31%と減少しています。（25 頁・図 6-5 より）
- ⑦ 歯周病と全身の健康について「知らない」と答えている人の割合を、平成 25 年アンケート結果と比較すると、31.9%から 36.0%と微増しています。
（26 頁・図 6-7 より）
- ⑧ 歯と口に関する知識について、オーラルフレイルに関する知識は 60・70 代で 40%前後となっています。（図 6-9 より）
- ⑨ 60 歳で進行した歯周炎を有する人の割合及び 60 歳で未処置歯を有する人の割合が悪化する一方で、80 歳で 20 歯以上自分の歯を有する人の割合が改善しているのは、国でも同様の傾向がみられています。（41 頁・表 1 より）

<課題>

- ① 歯周病と全身の健康について「知らない」と答えている人の割合が微増しているため、全身と歯の関係など歯の健康に関する意識の向上を目指し、より丁寧に情報提供していく必要があります。
- ② 未処置歯や進行した歯周炎を有する人の割合は増加しており、自覚症状が出てから歯科受診をしている人の割合も多いため、自覚症状がなくても自ら定期的な歯科受診を促す必要があります。
- ③ オーラルフレイルを予防し、口腔機能を保つために、口腔ケアや口腔機能を維持するための方法を普及していくことが重要です。

<現在ある健康資源>

- ・在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業^{注31}
- ・歯周病検診（70歳）
- ・歯と口のいきいき健診
- ・かかりつけ歯科医での歯科健診
- ・歯科ドック事業（20歳以上の鹿沼市国民健康保険被保険者）
- ・鹿沼市国民健康保険オーラルフレイル予防歯科健康診査
（対象者：前年度65歳の鹿沼市国民健康保険被保険者）
- ・後期高齢者医療歯科健康診査
（対象者：前年度75歳の後期高齢者医療被保険者）
- ・介護予防事業^{注32}
- ・かかりつけ医
- ・かかりつけ歯科医
- ・健康づくりのつどい
- ・市民健康フォーラム
- ・市民公開講座
- ・出前講座
- ・健康相談
- ・健康教育
- ・チャレンジ15（いちご）健康マイレージ

＜取組み＞

市民	（個人・家庭・地域を含みます） ■自分の口腔に関心を持ち、歯の健康が全身の健康につながることを理解し、適切な口腔ケアを実施します。 ■かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受診します。 ■誤嚥性肺炎の予防のため、オーラルフレイルの予防に努め、介護予防プログラムに取り組みます。 ■歯と生活習慣病の関係を知り、生活習慣の改善に努めます。 ■タバコが歯に与える影響について理解し禁煙に取り組みます。 ■バランスの良い食事やよく噛むことなど良い生活習慣を身につけ、歯の健康づくりに努めます。 ■よく噛み、よく笑い、よく話し、いつまでも自分の歯でおいしく食事ができるように努めます。 ■チャレンジ 15（いちご）健康マイレージに参加します。
関係機関	（保健・医療・福祉に関係する者） ■相談しやすいかかりつけ歯科医を目指し、個人と地域の歯科保健意識の向上と啓発に努めます。（歯科医師、歯科衛生士） ■定期的な歯科健診の実施及びむし歯・歯周病の早期発見・早期治療に努めます。（かかりつけ歯科医） ■6024運動^{注33}、8020運動など、歯の大切さを啓発するとともに、オーラルフレイル予防についても啓発していきます。（歯科医師、歯科衛生士、社会福祉協議会、民生委員・児童委員、老人クラブ連合会、ほっとサロン・ほっとホームの援助者）
行政	■歯周病検診や歯と口のいきいき健診の受診率向上に努めます。 ■あらゆる機会を通して、全身の健康との関係など、歯の健康に関する知識の普及啓発を行います。 ■高齢者をはじめ、市民に対し、オーラルフレイル予防のための普及啓発を行い、高齢者の介護予防を支援します。 ■介護予防事業を提供する人たちに対して、歯科保健についての情報提供に努めます。 ■チャレンジ 15（いちご）健康マイレージの普及啓発に努めます。

＜指標と目標値＞

指 標	現状値	目標値
60 歳で進行した歯周炎を有する人の割合*	66.7% ※1	55%
60 歳で未処置歯を有する人の割合*	40.0% ※1	30%
60 歳で 24 歯以上自分の歯を有する人の割合*	61.4% ※2	65%
80 歳で 20 歯以上自分の歯を有する人の割合	42.9% ※2	50%

※1 平成 29 年度歯周病検診結果より

※2 平成 29 年アンケート調査結果より

*高齢期は 65 歳以上ですが、国の「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」に関する目標等に合わせ、60 歳における各指標を高齢期に記載しました。

牛肉・こんにゃく・にらは鹿沼の名産です。
鹿沼の良さを味わいながら、
健康な歯を保つためのレシピを紹介します。



鹿沼名産入り“かみかみレシピ”紹介

牛肉のこんにゃくにら巻黒酢風味

材料（4 人分）

牛もも肉スライス 240g
こんにゃく 1 枚
にら 1 束
片栗粉 大さじ 1・1/2
油 大さじ 1
赤唐辛子 1 本
しょうゆ 大さじ 2
黒酢 大さじ 2
砂糖 大さじ 1
《付け合せ》
サニーレタス 4 枚
ミニトマト 8 個

作り方

- ① にらは約 3cm に切る。
- ②こんにゃくは横に半分に切り、それぞれを 12 枚に薄く切り、軽く茹でる。
- ③ 肉の真ん中ににらとこんにゃく 2 枚を置き、肉の端から巻く。
- ④ 表面に片栗粉を薄くつけて、両面焼き、軽く焦げ目をつける。
- ⑤ 赤唐辛子は種を除き小口切りにし、調味料 A と混ぜておく。
- ⑥ ④に火が通ったら⑤を入れ、煮からめる。
- ⑦ 皿に盛り、付け合せをそえる。

A



1 人分：エネルギー 194kcal 塩分 1.4g

6. 要介護者・障がい者

目標

歯や口腔を良好な状態に保てるよう口腔ケアに努め、口腔機能を維持します。

方向性

◎口腔ケアの大切さを理解し、個人に応じた口腔ケアを実践できるようにします。

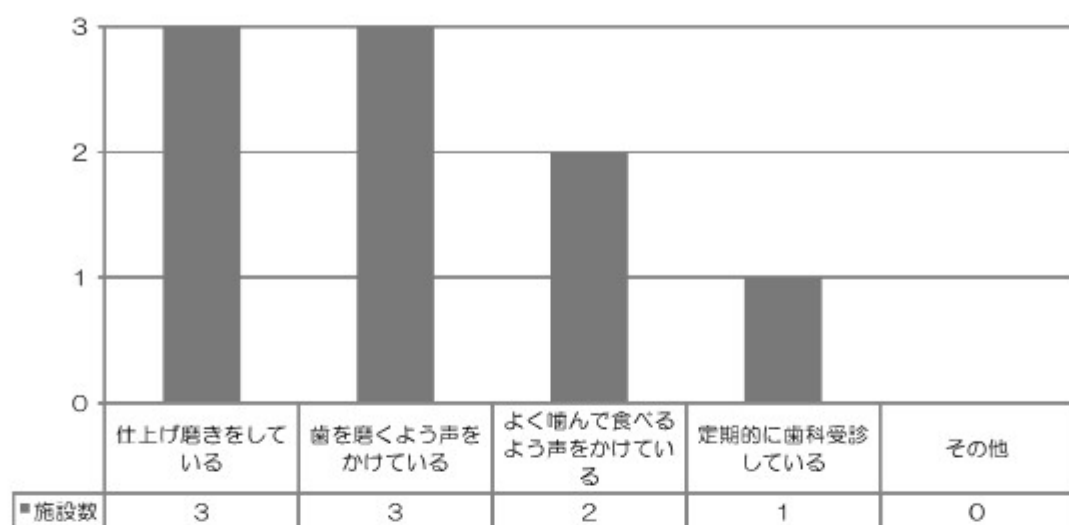
◎定期的な歯科健診を受診できるような体制を整備します。

＜要介護者・障がい者に見られる特徴＞

* 要介護や障がいの状態によって、以下の特徴は個人差が大きく、全ての人に見られるわけではありません。

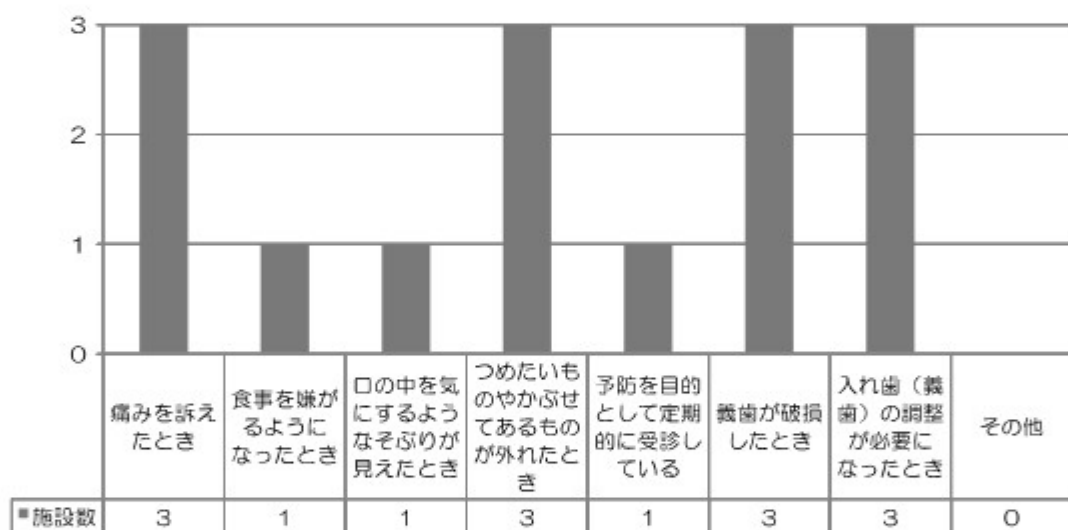
- ・ こだわりの行動等が見られると同じ部分だけを磨く癖や歯ぐきや歯を傷つけるようなことがあり、日常の口腔ケアは本人だけでは困難な場合があります。
- ・ 食べ物の一部に固執することもあり、むし歯が多発することがあります。
- ・ 触覚過敏や歯を磨くことが困難な事も多く、口腔ケアが苦手な場合もあり、清潔な口腔内を保つことが難しいことがあります。
- ・ 痛みを訴えることが困難なため、早期発見が遅れ、重症化してしまうことが多く、さらに歯科治療の点でも治療がしにくく、また、再発しやすいという問題点があります。
- ・ 症状が重症化しやすく、むし歯や歯周病による細菌感染が命の危険につながります。
- ・ 入れ歯を使いこなすことが困難であるため、口腔内の清掃が不十分であったり、口腔機能の低下を招いたりします。
- ・ 口腔器官の麻痺によって食べ物が口腔内に残りやすく、摂食障害を起こす可能性があり、誤嚥によって肺炎が起こることがあります。
- ・ 非経口摂取者においても、舌の運動機能の低下や唾液の分泌量の低下などから、上顎や舌に汚れがこびりつき、口腔内で細菌が異常繁殖するなど、口腔内のケアが重要になります。
- ・ 個人の障がいや病気、全身状態に合わせたきめ細やかな歯科保健サービスの提供が必要になります。
- ・ 介助者・介護者など、周りのサポート体制の影響を大きく受けます。

●入所者の歯や口について気を付けていること(複数回答・障がい者施設) (図7-1)



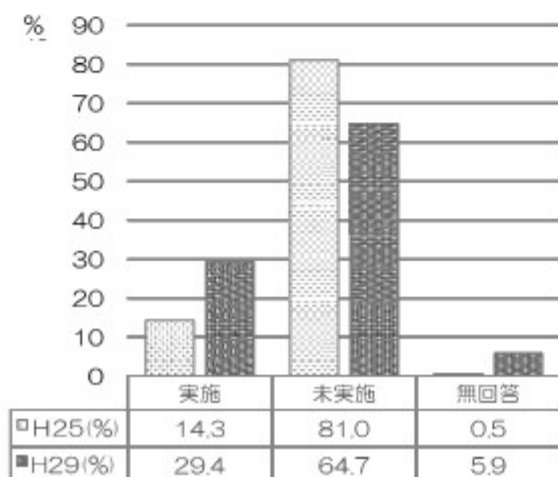
(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●歯科医院の受診理由(複数回答・障がい者施設) (図7-2)

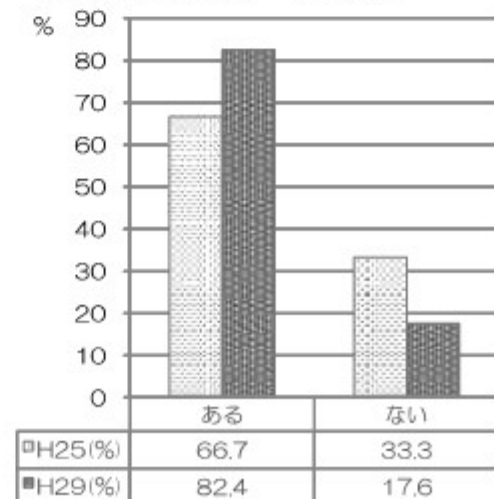


(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●口腔機能向上加算の実施(介護施設) (図7-3)

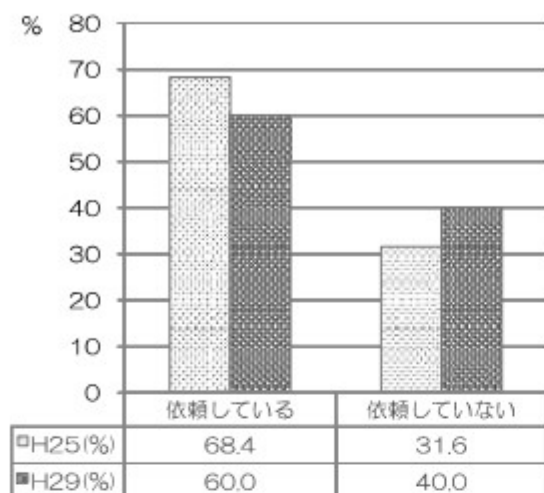


●口の清掃方法について歯科専門職からの指導の有無 (図7-4)

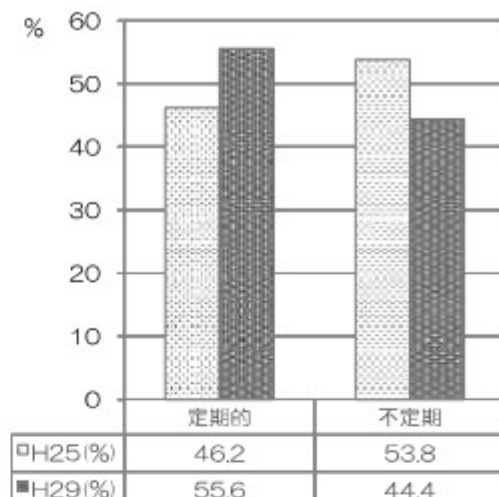


(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

●入所者の口腔ケアを外部の歯科専門職へ依頼（介護施設）（図7-5）



●依頼している場合の间隔（介護施設）（図7-6）



（歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より）

＜現状＞

- ① 障がい者施設では、定期的に歯科健診を受診している施設は 3 施設中 1 施設（33.3％）になっています。
（61 頁・問 10 より）
- ② 障がい者施設では仕上げみがきを行っている施設は 3 施設（100％）になっています。
（32 頁・図 7-1 より）
- ③ 障がい者施設では、痛みがあったり、義歯が破損した時、義歯の調整が必要になった時など治療が必要になった場合に歯科医院を受診していることが多くなっています。
（32 頁・図 7-2 より）
- ④ 介護施設で口腔機能向上加算^{※34}を実施している施設は回答を得た 17 施設中 5 施設（29.4％）になっています。（32 頁・図 7-3 より）
- ⑤ 介護施設や障がい者施設に歯科の専門職がいるところは、1 施設（5.9％）に留まりますが、外部の歯科専門職に口腔ケアを依頼しているのは 9 施設（60％）になっています。
（図 7-5 より）
- ⑥ 外部の歯科専門職に口腔ケアを依頼していない 6 施設（33.3％）のうち、入所者の歯科清掃方法の指導も受けていないのは 3 施設（17.6％）になっています。
（32 頁・図 7-4 より）
- ⑦ 入所者の歯科清掃方法の指導を受けていない施設は、介護者・障がい者施設とも必要性はあると思っています。
（62 頁・問 11 より）
- ⑧ 入所者の歯数の平均は、10 本以下（70.6％）が多く、総義歯を 6 割以上の人が使用している施設は、47.1％になっています。
（62 頁・問 17・問 18 より）

<課題>

- ①障がい者施設では、必要時に歯科医院を受診していますが、予防を目的に定期受診を行う必要があります。
- ②介護施設では、口腔ケアの充実を図るために口腔機能の向上加算に対応できる施設を増やす必要があります。
- ③介護施設では、口腔ケアを外部の歯科専門職に適切な間隔で定期的に依頼する体制が必要です。
- ④介護施設で口腔清掃方法などを受けられるようにし、また介護職や介護者（家族を含む）を対象とした口腔ケアについての研修会などの機会を増やす必要があります。

<今ある健康資源>

- ・協力歯科医院
- ・嘱託医
- ・出前講座
- ・かかりつけ歯科医
- ・かかりつけ医
- ・地域包括支援センター
- ・介護予防事業
- ・介護保険サービス、障がい者支援サービス
- ・市民公開講座
- ・市民健康フォーラム
- ・健康づくりのつどい
- ・健康相談
- ・健康教育
- ・在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業



＜取組み＞

市民	（個人・家庭・地域を含みます） ■良く噛んで食べるように心がけます。 ■障がいのある人や介護・支援の必要な人は、日常生活の中で、自分でできる口腔や歯の手入れを実践できるように努めます。 ■家族（保護者）や介護者は、体の状態や口腔機能にあった食生活を考慮し、生活習慣病や身体機能の低下や誤嚥性肺炎などの感染症防止に取り組めます。 ■口腔ケアの実施については、かかりつけ歯科医を持ち、定期的な受診と早期治療を行います。 ■口腔機能を高めるための運動やマッサージ等を積極的に行います。
関係機関	（保健・医療・福祉・教育に関係する者） ■かかりつけ歯科医として歯科健診や早期治療、口腔ケアの普及啓発を積極的に取り組むとともに、従事者の資質の向上に努めます。（歯科医師会、歯科衛生士会） ■在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業等に対して医師と歯科医師間の連携をとり、円滑な対応が図れるように努めます。（医師会、歯科医師会） ■生活習慣病の予防を目的に、口腔ケアに積極的に取り組めます。（医師会、歯科医師会、歯科衛生士会） ■定期的な歯科健診や予防処置の機会を設けるなど、歯の健康づくりに積極的に取り組むように努めます。（障がい者施設、介護施設） ■効果的な口腔ケアを実践するために、専門家の助言を積極的に求めます。（障がい者施設、介護施設） ■家族や介護者に対して予防や早期治療の重要性を普及・啓発します。（歯科医師会、歯科衛生士会、障がい者施設、介護施設） ■要介護者等の口腔機能向上のサービスを積極的に取り組むとともに、職員の口腔ケアに関する研修を受ける機会を積極的に増やすよう努めます。（障がい者施設、介護施設） ■歯科治療を行う歯科医療機関は、要介護者や障がい者への理解や配慮を行うように努めます。（歯科医師会、歯科衛生士会）
行政	■地域や家庭、施設において健康情報などの積極的な提供に努め、歯や口の健康づくりの重要性の啓発に努めます。 ■歯科医師会や関係機関、県と連携し、適切な歯科保健医療の環境整備に努めます。 ■施設に対して口腔ケアの情報提供や重要性を周知し、歯科保健サービスの向上を促します。 ■在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業を普及啓発します。

＜指標と目標値＞

指 標	現状値（平成 29 年度）	目標値
障がい者施設での定期的な歯科健診を実施している割合	33.3%	100%
介護施設での定期的な歯科健診を実施している割合	41.2%	50%
口腔ケアについて指導を受けたことがある施設の割合	障がい者施設 66.7% 介護施設 82.4%	障がい者施設 100.0% 介護施設 100.0%

* アンケート調査の回答を得た施設数・・・障がい者施設3か所、介護施設17か所



鹿沼歯科医師会と市の共催
～市民公開講座～

7. 働く人・事業所

目標

働いている人達自らが歯や口腔機能の維持・向上を図り、いつまでも健康で働ける環境づくりに努めます。

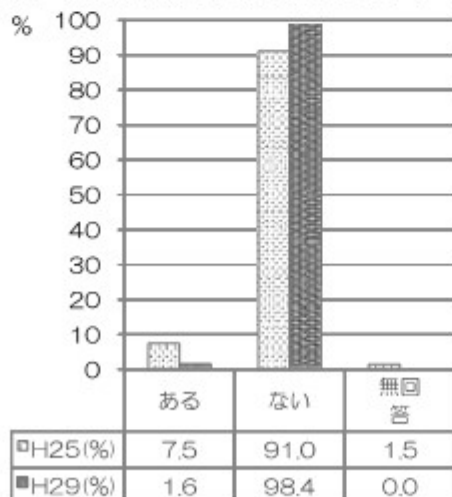
方向性

- ◎働いている人達が、歯や口腔機能の状態に関心を持ち、良好な健康状態が保てるよう働きかけます。
- ◎歯科健診を受けられるような環境作りに努めます。

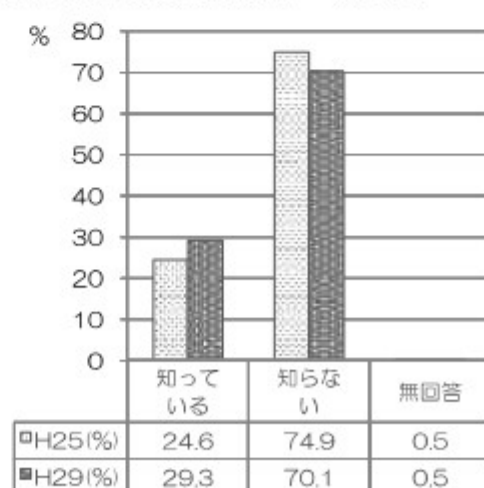
＜事業所に見られる特徴＞

- ・鹿沼市の事業所総数は、平成 26 年経済センサス基礎調査によると 4,966 事業所（第 1 次産業 31、第 2 次産業 1,522、第 3 次産業 3,413）。従業者数 46,830 人でした。（第 1 次産業 346 人、第 2 次産業 17,614 人、第 3 次産業 28,870 人）
- ・事業所の規模は、4,966 事業所中 9 人以下が 3,899 (78.5%)、10～29 人が 766 (15.4%)、30 人以上が 290 (5.8%)、派遣のみ 11 (0.2%) と 9 人以下の事業所が大半を占めています。
- ・仕事で忙しいと、歯の痛みや歯肉の問題がなければ、自分の口に関心が向きにくいため、予防目的の歯科健診に対する意識が低くなります。また食事時間が不規則になったり、外食が増えるため糖尿病や歯周病等の生活習慣病のリスクが高まります。
- ・口腔ケアについて関心がないと口腔リテラシーが低下し、むし歯や歯周病等を放置する傾向があります。

●過去 1 年間の従業員の歯科健診の実施（図 8-1）

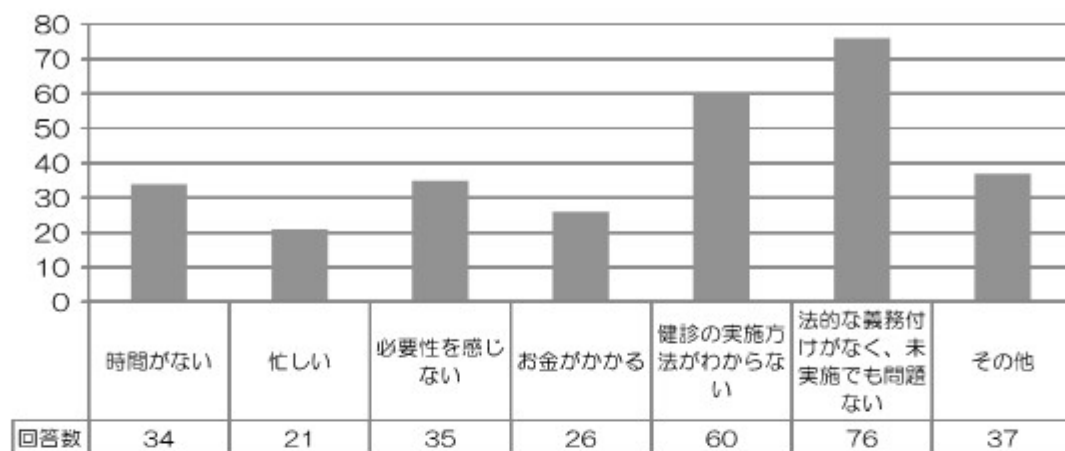


●事業主の歯周病検診認知度（図 8-2）



（歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より）

●事業者が健診を行わない理由(複数回答) (図8-3)



(歯と口腔の健康づくりアンケート調査結果より)

<現状>

- ① 過去 1 年間に歯科健診を行った事業所は、回答を得た 184 事業所中 3 事業所 (1.6%) であり、実施率はとても低くなっています。
(37 頁・図 8-1 より)
- ② 市で実施している歯周病検診を知らない事業所が 129 事業所 (70.1%) と高い状況です。
(37 頁・図 8-2 より)
- ③ 健診を行わない理由は、「忙しい」「お金がかかる」などの時間的や経済的な課題による理由よりも「法的義務もなく実施しなくてもいい」や「どういふ方法で健診を行ったらいいのかわからない」「必要性を感じない」などの情報不足や知識不足による理由が高い状況です。
(図 8-3 より)

<課題>

- ① 歯科健診を行う事業所数を増やす必要があります。
- ② 市の歯周病検診や健診方法を知らない事業所が多く、周知不足や実施する側の認識不足が見られます。

<現在ある健康資源>

- | | |
|--------------------|-------------|
| ・かかりつけ歯科医 | ・かかりつけ医 |
| ・歯周病検診 | ・出前講座 |
| ・職域健診 | ・健康づくりのつどい |
| ・市民健康フォーラム | ・市民公開講座 |
| ・安全衛生管理者、産業医、衛生委員会 | ・健康相談 |
| ・健康教育 | ・地域産業保健センター |
| ・40歳未満の健康診査 | ・歯と口のいきいき健診 |

<取り組み>

市民	（従業員・家庭・地域を含みます） ■歯や口腔の健康づくりの重要性を理解し関心を持つよう努めます。 ■予防を目的に歯科健診を受けるように努めます。
関係機関	（保健・医療・福祉・教育に関係する者） ■事業者が歯と口腔の健康づくりに関心がもてるよう情報提供に努めます。 （歯科医師会、歯科衛生士会、医師会、事業所、商工会議所、商工会、地域産業保健センター） ■事業者に対し歯科健診の積極的な受診を勧めます。 （歯科医師会、歯科衛生士会、医師会、事業所、商工会議所、商工会、地域産業保健センター）
行政	■事業者及び従業員（市民）に対し歯科健診の重要性を呼びかけ、歯と口腔の健康に対する意識の高揚を図ります。 ■事業者に対し、健診方法を含め、歯科検診・健診や歯と口腔の健康づくりに関する情報提供を積極的に行います。 ■事業所の衛生管理者に対して、歯科保健の情報提供に努めます。
事業所	■歯科健診の重要性を認識し、従業員の健診などを受ける機会の確保に努めます。 ■従業員の歯と口腔の健康づくりの取り組みの支援に努めます。

<指標と目標値>

指 標	現状値（平成 29 年度）	目標値
過去 1 年間に歯科健康診査を実施した事業所の割合	1.6%	5%



広報（特集）にて
～歯の大切さを啓発～

第3章 計画の推進体制

1. 計画の推進体制

市民一人ひとりが、健康づくりに取り組むために、学校や家庭、地域・職域などの関係機関が一体となって市民の歯と口腔の健康づくりを支援する環境整備が大切です。

計画の効率的・継続的な推進のため、「鹿沼市健康づくり推進協議会」や関係機関及び行政は、一層の連携・協働を図りながら、取り組みを推進します。

市民自らが、主体的に実践するためには、市民一人ひとりが必要な情報を得ることが大切です。そのために、計画書を各関係機関に配布し、市の広報やホームページに掲載します。また気軽に市民が閲覧できるよう、市役所や市内14カ所のコミュニティセンターに計画書を掲示し、その他講演会や各種保健事業など様々な情報提供の手段を活用し、幅広く計画の周知を進めていきます。

市民参加による計画推進を基本とし、鹿沼歯科医師会、鹿沼歯科衛生士会ならびに鹿沼市食生活改善推進員等を中心とする各地区活動の充実とともに、関係機関の役割を明確にし、情報の共有化や協力体制の構築により連携を図りながら推進します。

2. 評価・見直し

計画の推進及び目標達成のための定期的な進行管理を行います。

計画の進行管理体制としては、「鹿沼市健康づくり推進協議会」において、報告し、計画の具体的な推進や評価方法などの検討を行います。

3. 第2期 鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画 数値目標一覧 (表1)

歯や口腔の健康づくりの推進

ライフステージ	目標項目	具体的指標	H25市の現状値 (2013)	H25市の現状値 (2017)	2023 市の目標値	2023 国の目標値	2022 県の目標値	備考
妊娠期		歯科健診を受診する妊婦の割合	9.6% (H24)	7.4%	15%			妊婦届出数とマタニティ歯科健診受診者
乳幼児期	健全な歯・ 口腔の育成	むし歯のない児の割合(3歳児)	79.2% (H24)	85.6%	90%	95% (77.1%)	90.0% (83%)	3歳児健診結果
		むし歯のない児の割合(5歳児)	43.5% (H24)	58.0%	70%			保育園歯科検診結果一覧
学齢期	口腔状態の向上	小学生でむし歯の処置完了している児の割合	66.0% (H24)	58.5%	70%			鹿沼市内小中学生全員の歯科治療状況
		中学生でむし歯の処置完了している人の割合	36.0% (H24)	48.5%	60%			鹿沼市内小中学生全員の歯科治療状況
		中学生・高校生における歯肉に炎症所見のある人の割合	26.0%	19.2% (H30)	15%	15% (26%)		中学校・高等学校歯科検診結果
成人期 (19歳～64歳)	健全な口腔状態の維持	40歳で進行した歯周炎を有する人の割合	60.4% (H24)	71.6%	65%	25% (37.3%)		歯周病検診結果 (ポケット4mm以上)
		40歳で未処置歯を有する人の割合	48.6% (H24)	35.8%	33%	10% (40.3%)		歯周病検診結果
		40歳で喪失歯のない人の割合	77.8% (H24)	83.0%	85%	75% (54.1%)		歯周病検診結果
		歯科健診を受診する人の割合	28.1%	29.2%	35%		65%以上 20～64歳 (46.6%) 20～80歳以上 (49.9%)	アンケート調査結果 「過去1年間に歯科検診や歯科ドックを受けた割合」
高齢期 (65歳以上)	歯の喪失防止	60歳で進行した歯周炎を有する人の割合	61.3% (H24)	66.7%	55%	45% (54.7%)		歯周病検診結果 (ポケット4mm以上)
		60歳で未処置歯を有する人の割合	33.1% (H24)	40.0%	30%	10% (37.6%)		歯周病検診結果
		60歳で24歯以上自分の歯を有する人の割合	62.7%	61.4%	65%	70% (60.2%)	70%以上 (52.2%)	アンケート調査結果
		80歳で20歯以上自分の歯を有する人の割合	34.1%	42.9%	50%	50% (25%)	50%以上 (34.8%)	アンケート調査結果
要介護者・ 障がい者	定期的な歯科健診・ 歯科医療の推進	障がい者入所施設での定期的な歯科健診を実施している割合	33.3%	33.3%	100%		90%以上 (63.6%)	アンケート調査結果
		介護施設での定期的な歯科健診を実施している割合	38.1%	42.1%	50%		80%以上 (20.7%)	アンケート調査結果
		口腔ケアについて指導を受けたことがある施設の割合 要介護者	66.7%	66.7%	100%			アンケート調査結果
		介護施設	86.7%	82.4%	100%			アンケート調査結果
働く人・事業所	歯科口腔保健の 推進体制の整備	過去1年間に歯科健康診査を実施した事業所の割合	7.5%	1.6%	5%			アンケート調査結果

国・県の（ ）は現状値

参考資料



＜歯と口腔の健康づくり基本計画＞ アンケート調査概要

1 調査の目的

歯と口腔の健康づくりのための基本計画や施策に反映するために、鹿沼市民の歯科保健の現状や意向を把握し、併せて意識啓発を図る。

2 実施主体

鹿沼市 保健福祉部 健康課

3 調査対象

- ・ 鹿沼市に居住する幼児の保護者（3歳児・5歳児）
- ・ 市内の小学5年生・中学1年生、市内の高校1年生
- ・ 20歳～80歳までの市民（無作為抽出）
- ・ 市内の事業所
- ・ 障がい者入所施設
- ・ 介護施設

4 調査期間

平成30年3月（市民）

3月（施設・事業所）

4月～5月（小・中学校・高校）

4月～5月（幼稚園・保育園の5歳児）

4月～6月（3歳児）

5 調査方法

- ・ 別紙調査用紙によるアンケート方式（無記名）但し、住所は記入。
- ・ 幼児の保護者（3歳児は、健診で回収、5歳児は保育園・幼稚園で回収）
- ・ 小・中・高校生は、学校で回収。
- ・ 市民は、返信用封筒を同封にて郵送し、返送。（第3期健康増進計画の生活習慣等アンケートの中に歯科の項目を入れた調査票）
- ・ 施設は、返信用封筒同封にて郵送し、返送。
- ・ 事業所は、鹿沼商工会議所、栗野商工会、鹿沼工業団地管理組合に依頼し、ラベル作成。返信用封筒を同封にて郵送し、返送。

6 調査内容

- ① 本人の状況（基本情報）
- ② 歯みがきや歯周病について
- ③ かかりつけ歯科医師の有無
- ④ 歯や口の健康についての意識
- ⑤ 歯の本数
- ⑥ 歯科保健知識の理解

7 調査対象者

アンケート 調査区分	調査数	回収数	回収率 (%)	備 考
幼児(3歳児)	250	117	46.8%	3歳児健診時にて調査
幼児(5歳児)	764	558	73.0%	幼稚園・保育園依頼
小学5年生	908	672	74.0%	学校依頼
中学1年生	846	760	89.8%	//
高校1年生	880	807	91.7%	//
20～80歳	2,023	731	36.1%	ランダム抽出郵送
事業所	351	184	52.4%	鹿沼商工会議所、栗野商工会 鹿沼工業団地管理組合依頼
障がい者入所 施設	3	3	100%	施設に依頼
介護施設	26	17	65.4%	特別養護老人ホーム、老人保健 施設、地域密着型施設に依頼
計	6,051	3,849	63.6%	

保護者の方にお尋ねします。

問1 あなたの性別についてお尋ねします。

1.男性	2	1.7%
2.女性	112	95.7%
無回答	3	2.6%

問3 あなたとお子さんの関係についてお尋ねします。

1.父親	1	0.9%
2.母親	114	97.4%
3.祖父	0	0.0%
4.祖母	0	0.0%
無回答	2	1.7%

問5 お子さんと同居している家族構成についてお尋ねします。

1.父	106	90.6%
2.母	115	98.3%
3.兄弟	49	41.9%
4.姉妹	35	29.9%
5.祖父	26	22.2%
6.祖母	31	26.5%
7.曾祖父	2	1.7%
8.曾祖母	8	6.8%
9.その他	8	6.8%

問6 お子さんの父親は仕事をしていますか。

1.している	108	92.3%
2.していない	0	0.0%
無回答	9	7.7%

問7 お子さんの母親は仕事をしていますか。

1.している	82	70.1%
2.していない	32	27.4%
無回答	3	2.6%

問8 お子さんはかかりつけの歯科医を決めていますか。

1.はい	44	37.6%
2.いいえ	71	60.7%
無回答	2	1.7%

問9 お子さんはどのようなときに歯科医院に行きますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. 歯が痛くなったとき	22	18.8%
2. 痛みが我慢できなくなったとき	8	6.8%
3. 歯ぐきに異常を感じたとき	13	11.1%
4. 歯石をとるとき	4	3.4%
5. フッ素塗布のとき	36	30.8%
6. 定期健診に行くとき	30	25.6%
7. 健診後の治療のため	10	8.5%
8. その他	9	7.7%
9. 行かない	29	24.8%
無回答	13	11.1%

問10 お子さんの定期健診の頻度はどのくらいですか。

幼稚園・保育園等の健診も含みます。(ひとつだけ○)

1.毎月	8	6.8%
2.4回/年	19	16.2%
3.2回/年	39	33.3%
4.1回/年	27	23.1%
5.その他(自由回答)	16	13.7%
無回答	8	6.8%

問11 お子さんは、過去1年間に、以下のことを受けたことはありますか。

(あてはまるものすべてに○)

1. むし歯などの治療	7	6.0%
2. 歯石除去・歯面の清掃	2	1.7%
3. 歯みがきの指導	18	15.4%
4. 歯周病治療	0	0.0%
5. 矯正治療	0	0.0%
6. フッ素塗布	32	27.4%
無回答	75	64.1%

問12 お子さんは歯科医院でフッ素塗布をしたことがありますか。
(どちらかに○)

1.ある	36	30.8%
2.ない	77	65.8%
無回答	4	3.4%

問13 問12で「1」と答えた方にお聞きします。
受診の頻度を教えてください。(ひとつだけ○)

1.毎月	4	11.1%
2.4回/年	16	44.4%
3.2回/年	8	22.2%
4.1回/年	2	5.6%
5.その他(自由回答)	5	13.9%
無回答	1	2.8%

問14 問12で「2」と答えた方にお聞きします。
フッ素塗布をしない理由を教えてください。(ひとつだけ○)

1. 自宅でフッ素塗布を行っているため	13	16.9%
2. フッ素塗布の効果が分からないため	11	14.3%
3. 実施が面倒なため	6	7.8%
4. むし歯ができてから治療しようと思っているため	6	7.8%
5. その他フッ素塗布のとき	37	48.1%
無回答	4	5.2%

問15 フッ素イオン導入事業「楽しく学ぶ「親子はと口の健康教室」」参加したことはありますか。または、参加しようと思いませんか。(ひとつだけ○)

1. 参加した(参加しようと思う)	22	18.8%
2. 参加していない(参加しないと思う)	79	67.5%
3. わからない	13	11.1%
無回答	3	2.6%

問16 問15で「1」と答えた方にお聞きします。
参加の理由を教えてください。(あてはまるものすべてに○)

1. フッ素イオン導入が出来るから	16	72.7%
2. 集団で決まった日に実施されるから	5	22.7%
3. ワンコイン(500円)で参加できるから	9	40.9%
4. 歯科相談が受けられるから	4	18.2%
5. 予防が大切であると思っているから	16	72.7%
6. 講話やブラッシング指導があるから	7	31.8%
7. その他	1	4.5%
無回答	4	18.2%

問17 問15で「1」と答えた方にお聞きします。
すでに参加している場合、改善してほしい点がありましたか。
(あてはまるものすべてに○)

1. 無料で実施してほしい	9	40.9%
2. 好きな時間に受けられるようにしてほしい	1	4.5%
3. 所要時間が長い	2	9.1%
4. 親子で一緒に回れるようにしてほしい	3	13.6%
5. 参加していないのでわからない	7	31.8%
6. その他	0	0.0%
無回答	10	45.5%

問18 問15で「2」と答えた方にお聞きします。
教室に参加しなかった理由、または参加しないと思う理由を教えてください。
(あてはまるものすべてに○)

1. 集団ではなく、個別で実施してほしい	5	6.3%
2. 日程が決まっているため都合がつかない	18	22.8%
3. 個人的に歯科医院でフッ素塗布している	14	17.7%
4. 待ち時間が長い	5	6.3%
5. 興味がない	4	5.1%
6. 知らなかった	41	51.9%
7. その他	3	3.8%
無回答	7	8.9%

問19 お子さんの口の中（歯と歯ぐき）で気になることがありますか。
（あてはまるものすべてに○）

1. 治療中のむし歯がある	4	3.4%
2. 治療していないむし歯がある	5	4.3%
3. 歯周病がある	0	0.0%
4. 歯肉から出血したり、うすいたりする	1	0.9%
5. 歯並びに問題がある	16	13.7%
6. 入れ歯が合わない	0	0.0%
7. あごの関節が痛い（口を開けると音がしたり痛い）	0	0.0%
8. 口臭が気になる	12	10.3%
9. かみ合わせが悪い	10	8.5%
10. 歯と歯の間に食べ物がつまる	13	11.1%
11. 歯のぐらつきがある	0	0.0%
12. 歯の色が気になる	10	8.5%
13. 知覚過敏	0	0.0%
14. 特にあてはまるものはない	29	24.8%
15. その他	4	3.4%
16. 心配なし	27	23.1%
無回答	11	9.4%

問20 お子さんは1日のうちで歯を磨くのはいつですか。
（あてはまるものすべてに○）

1.起床後	6	5.1%
2.朝食後	59	50.4%
3.昼食後	55	47.0%
4.夕食後	27	23.1%
5.就寝前	90	76.9%
6.みがいていない	0	0.0%
7.その他	1	0.9%
無回答	3	2.6%

問21 お子さんの歯みがきの後、仕上げみがきをしていますか。
（ひとつだけ○）

1.いつもしている	104	88.9%
2.時々している	9	7.7%
3.していない	1	0.9%
無回答	3	2.6%

問22 お子さんの口の中（歯と歯ぐき）の健康で気を付けていることがありますか。
（あてはまるものすべてに○）

1. 歯や歯ぐき、口の中を自分で観察する	39	33.3%
2. 1日1回は5分以上みがくようにしている	7	6.0%
3. 歯や歯ぐきの鏡目をみがくようにしている	49	41.9%
4. 歯磨きを毎食後する	29	24.8%
5. 定期検診に行く	19	16.2%
6. 間食を含めた規則正しい食生活をする	12	10.3%
7. フッ化物入り歯磨き剤を使用する	56	47.9%
8. フッ化物（フッ素）塗布や洗口をする	14	12.0%
9. 食事はよくかむようにしている	8	6.8%
10. 間食を含めた規則正しい食生活をする	18	15.4%
11. 甘いお菓子や飲み物を控える	19	16.2%
12. バランスの良い食事をする	28	23.9%
13. 口の体操や唾液腺マッサージをしている	0	0.0%
14. 定期検診に行く	24	20.5%
15. その他	0	0.0%
16. ない	3	2.6%
無回答	8	6.8%

問23 お子さんは、おやつは、どのようなものを食べますか。
（夕食後に食べるものも含みます）（あてはまるものすべてに○）

1. チョコ、クッキー、アイスなどの甘い菓子	96	82.1%
2. ポテトチップスなどのスナック菓子	59	50.4%
3. せんべい	75	64.1%
4. ヨーグルト	71	60.7%
5. 果物	76	65.0%
6. 牛乳	74	63.2%
7. お茶類や水	79	67.5%
8. ジュース類や炭酸飲料	64	54.7%
9. その他	3	2.6%
10. 食べない	0	0.0%
無回答	3	2.6%

問24 あなたは、次の中で知っていることはありますか。
それはどのようなことですか。（あてはまるものすべてに○）

1. むし歯は細菌が原因でおきる	83	70.9%
2. フッ素はむし歯予防に効果がある	85	72.6%
3. タバコを吸うと歯周病になりやすい	43	36.8%
4. むし歯や歯周病は、全身の病気と関係がある	61	52.1%
5. 6024運動	16	13.7%
6. 8020運動	38	32.5%
7. 口腔ケアを行うことで健康寿命を伸ばすことができる	40	34.2%
8. 歯や口唇の機能が維持されると、認知症や嚥下などの予防につながる	31	26.5%
9. その他	1	0.9%
無回答	8	6.8%

問25 大人のむし歯菌が、食べ物の口移しなどでお子さんにうつることを知っていますか。（どちらかに○）

1. 知っている	113	96.6%
2. 知らない	1	0.9%
無回答	3	2.6%

問26 お子さんの歯や歯ぐきに関する講演や講座を受けてみたいですか。（どちらかに○）

1. 受けてみたい	62	53.0%
2. 受けなくてよい	51	43.6%
無回答	4	3.4%

第2期鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画策定経過

月 日	会議等	主な内容
平成25年 4月1日	鹿沼市歯と口腔の健康づくり推進条例施行	
平成26年 3月	鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画(第1期)策定	
平成29年 11月～12月		第2期計画の進め方等検討、 課題の把握
平成30年 1月	アンケート調査の内容検討	
平成30年 2月	アンケート調査票の作成	
3月～5月	アンケート調査実施・回収	
6月29日	第1回 健康づくり推進協議会	第2期計画の推進状況の説明
6月～8月	アンケート集計	
9月～10月	第2期計画素案作成・検討	
11月13日	第2回 健康づくり推進協議会	第2期計画案の提示・意見聴取
平成30年12月25日～ 平成31年1月26日	パブリックコメント	
2月15日	第3回 健康づくり推進協議会	第2期計画書最終案の検討・承認
2月22日	保健福祉審議会	第2期計画書策定報告
3月	第2期鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画の公表	

鹿沼市健康づくり推進協議会設置要綱

(設置)

第1条 市民の生涯を通した健康の実現を目指し、市民一人ひとりの主体的な健康づくり活動を関係機関、関係団体、行政等が協働して支援し、市民に密着した総合的な健康づくり対策事業を推進していく鹿沼市健康づくり推進協議会（以下「協議会」という。）を設置する。

(協議事項)

第2条 協議会は、次に掲げる事項を協議する。

- (1) 総合的な保健計画の策定に関すること。
- (2) 健康づくり対策事業の普及啓発に関すること。
- (3) 健康づくり対策事業の支援体制に関すること。
- (4) その他、健康づくり対策事業の推進に関すること。

(委員等)

第3条 協議会の委員は、別表に掲げる者のうちから市長が委嘱し、又は任命する。

- 2 委員の定数は、20人以内とする。
- 3 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。
- 4 協議会に、会長1人、副会長2人を置き、互選により定める。

(会議の招集等)

第4条 協議会の会議は会長が招集し、会議の議長となる。

- 2 会長に事故があるときは、副会長がその職務を代理する。

(部会)

第5条 協議会は、必要があるときは、部会を設置することができる。

(庶務)

第6条 協議会の庶務は、保健福祉部健康課において処理する。

(補則)

第7条 この要綱に定めるもののほか、協議会の運営に関し必要な事項は、会長が協議会に諮って定める。

附 則

(施行期日)

- 1 この要綱は、平成23年4月1日から施行する。

(任期の特例)

- 2 この要綱の施行後、最初に委嘱される委員の任期は、第3条第3項の規定にかかわらず、平成24年3月31日までとする。

附 則

(施行期日)

この要綱は、平成24年4月1日から施行する。

この要綱は、平成26年4月1日から施行する。

別表（第3条関係）

区 分	所 属
保健医療関係団体	上都賀郡市医師会
	鹿沼歯科医師会
	鹿沼薬剤師会
	鹿沼歯科衛生士会
	上都賀地域産業保健センター
教育関係団体	学校保健会
	鹿沼市養護教諭会
	鹿沼地区幼稚園連合会
市民団体	子育て支援団体
福祉関係団体	鹿沼市特別養護老人ホーム連絡協議会
	鹿沼市民間保育園連盟
地域の代表	鹿沼市議会
	鹿沼市自治会連合会
	鹿沼市民生委員児童委員協議会連合会
	鹿沼市食生活改善推進員会
	鹿沼商工会議所
	鹿沼市体育協会
行政機関	栃木県西健康福祉センター
	鹿沼市保健福祉部
その他	その他市長が必要と認める機関、学識経験者

鹿沼市健康づくり推進協議会委員名簿

2018年10月1日

現在

任期：2018年4月1日～2020年3月31日

区 分	所 属	氏名
保健医療関係団体	上都賀郡市医師会	奥山明彦
	鹿沼歯科医師会	相馬英人
	鹿沼薬剤師会	下妻和彦
	鹿沼歯科衛生士会	保坂弥生子
	上都賀地域産業保健センター	黒川敏明
教育関係団体	学校保健会	渡邊恵美子
	鹿沼市養護教諭会	星野陽子
	鹿沼地区幼稚園連合会	島洋一
市民団体	鹿沼ファミリー劇場	川崎さとみ
福祉関係職員	鹿沼市特別養護老人ホーム連絡協議会	横川恵
	鹿沼市民間保育園連盟	関口直美
地域の代表	鹿沼市議会	市田登
	鹿沼市自治会連合会	鈴木節也
	鹿沼市民生委員児童委員協議会連合会	神山壽子
	鹿沼市食生活改善推進員会	渡辺洋子
	鹿沼商工会議所	入江史朗
	鹿沼市体育協会	枝村重利
行政機関	栃木県西健康福祉センター	一色ミユキ
	鹿沼市保健福祉部	早川綾子

○鹿沼市歯と口腔の健康づくり推進条例

平成25年3月21日

条例第14号

(目的)

第1条 この条例は、歯科口腔保健の推進に関する法律（平成23年法律第95号）に基づき、本市が行う歯と口腔の健康づくりに関し、基本理念を定め、市等の役割を明らかにするとともに、歯と口腔の健康づくりに関する施策の基本となる事項を定めることにより、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、もって市民の健康増進と健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活することができる期間をいう。）の延伸に寄与することを目的とする。

(基本理念)

第2条 歯と口腔の健康づくりは、市民自らが歯と口腔の健康づくりに努めるとともに、全ての市民が、その発達段階、年齢階層、心身の状況等に応じて、良質かつ適切な歯と口腔の保健医療サービスを受けることのできる環境の整備が図られることを基本として行われなければならない。

(市の役割)

第3条 市は、前条の基本理念（以下「基本理念」という。）に基づき、歯と口腔の健康づくりに関する施策を総合的に策定し、及び実施しなければならない。

(健康、医療等に携わる者の役割)

第4条 健康、医療、福祉又は教育に係る業務に携わる者であって、歯と口腔の健康づくりに関する業務を行うものは、基本理念に基づき、それぞれの業務において、歯と口腔の健康づくりの推進に努めるとともに、その推進に当たっては、相互に連携を図りながら協力するよう努めるものとする。

(市民の役割)

第5条 市民は、基本理念に基づき、歯と口腔の健康づくりについての関心を高め、理解を深めるよう努めるとともに、生涯にわたって自らの歯と口腔の健康づくりに積極的に取り組むよう努めるものとする。

(事業者の役割)

第6条 事業者は、基本理念に基づき、当該事業所において雇用する従業員の歯科検診等を受ける機会の確保を図ることその他当該従業員の歯と口腔の健康づくりの取組の支援に努めるものとする。

(基本的施策の実施)

第7条 市は、歯と口腔の健康づくりを推進するための基本的施策として、次に掲げる事項を実施するものとする。

- (1) 乳幼児期及び学齢期におけるむし歯の予防対策等を推進すること。
- (2) 成人期における歯周疾患の予防対策等を推進すること。
- (3) 高齢期における口腔機能の維持及び向上策等を推進すること。
- (4) 障害者、介護を必要とする者等に対する適切な歯と口腔の健康づくりを推進すること。
- (5) 歯と口腔の健康づくりに関する情報の収集及び普及啓発を推進すること。
- (6) 前各号に掲げるもののほか、歯と口腔の健康づくりを推進するために必要な事項（基本計画）

第8条 市長は、前条に規定する基本的施策を総合的かつ計画的に推進するため、歯と口腔の健康づくりに関する基本的な計画（以下「基本計画」という。）を定めるものとする。

2 基本計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

- (1) 歯と口腔の健康づくりに関する基本的な方針
- (2) 歯と口腔の健康づくりに関する目標
- (3) 歯と口腔の健康づくりに関し、市が総合的かつ計画的に講ずるべき施策
- (4) 前3号に掲げるもののほか、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するために必要な事項

3 市長は、基本計画を定めようとするときは、あらかじめ、歯科保健医療に関して知識経験を有する者の意見を聴くとともに、広く市民等の意見を求めるものとする。

4 市長は、基本計画を定めたときは、速やかに、これを公表しなければならない。

5 市長は、歯と口腔の健康づくりに関する施策の進捗状況等を踏まえ、必要に応じて基本計画を見直すものとする。

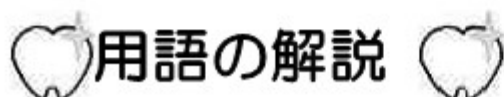
6 第3項及び第4項の規定は、基本計画の変更について準用する。

（委任）

第9条 この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この条例は、平成25年4月1日から施行する。



注 1 8020運動

「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。20本以上の歯があれば、ほとんどの食べ物を噛むことができます。

また、充実した食生活や楽しい会話を実現し、生活の質（QOL^{注35}）が向上し、高齢期において満足度の高い生活の実現や健康寿命の延伸につながります。

注 2 オーラルフレイル

食べこぼしやむせがある、噛めない食物が増える、口の中が乾燥するなど、口腔機能の衰えであり、適切な対応により機能回復が可能な状態をいいます。

注 3 生活習慣病

不適切な食生活、運動不足、ストレス過剰や喫煙、過度の飲酒などの生活習慣が発症原因に深く関与していると考えられる病気のこと。糖尿病、脂質異常症、高血圧症、高尿酸血症、動脈硬化、がん等に加えて歯周病も含まれます。

注 4 口腔機能

噛む（咀嚼機能）、食べる（摂食機能）、飲み込む（嚥下機能）、唾液の分泌、唇の動き、舌の動き、発音（発声機能）など口が担う機能の総称を指します。

注 5 口腔ケア

狭い意味では、口腔衛生の改善のためのケアで、つまり歯、舌、粘膜、入れ歯等の口腔清掃をさします。さらに摂食・咀嚼・嚥下訓練まで含まれる場合があります。口腔ケアは誤嚥性肺炎の予防、口腔疾患の予防、QOLの向上を目的として行われます。

注 6 歯胚

歯と歯周組織のもととなる細胞の集まりのことを言います。

注 7 マタニティ歯科教室

妊娠中から歯科保健の重要性の意識づけを図るため、妊婦を対象に歯科健診・個別相談・ブラッシング指導を実施しています。

注 8 プレパパ・プレママデビュー塾

子どもの発達と育児についてイメージを膨らませ、父親観・母親観について考える

機会とし、子どもが健やかに育つための養育環境が整えられるよう妊婦とその家族を対象に助産師の講話を実施しています。

注 9 健康づくりのつどい

健康課と関係団体等が協力して、各種体験や展示等実施し市民の健康づくりの機会や保健事業のPRの場として毎年1回開催しています。

注 10 子育て交流のつどい

子どもの人間性や社会性を育てる基盤としての家庭の在り方や生きる姿勢・子どものしつけ等について、親の子育てに関する知見を広め、望ましい家庭教育の在り方について研修する機会。家庭教育学級生や一般市民を対象に毎年1回行われています。

注 11 市民健康フォーラム

上都賀郡市医師会と市の共催で毎年1回、市民の方に講演会を開催しています。

注 12 市民公開講座

鹿沼歯科医師会と市の共催で毎年1回、市民の方に講座を開催しています。

注 13 子育て親育ち講座（スマイルクラブ）

市内の幼稚園・保育園に通う園児の保護者を対象に、乳幼児の成長発達に関わる認識を深め、親の子育てに関わる諸問題の解消のために行われる学習の機会です。

注 14 出前講座

市民の方が主催する学習会などに、要望に応じて市職員が出向いて業務の説明や講演を行うものです。

注 15 楽しく学ぶ「親子歯と口の健康教室」

市内の小学1・2年生と年長児の親子を対象に歯科検診とフッ素イオン導入、歯口清掃方法や食生活などの健康教育や相談を行う教室のことです。年1回6月に開催しています。

注16 子育てサロン

子育て中の親子を対象に、地域住民のボランティアなどにより、気軽に・無理なく・楽しく・自由に集い、子育ての相談や情報交換などを通して子育てを楽しみ、仲間づくりを行うふれあい活動の場です。

注 17 歯肉炎

細菌による炎症が歯ぐきにだけおきている状態で、歯肉が赤くはれてブヨブヨにな

るためブラッシングや硬いものをかじったときに出血するようになります。歯肉炎は歯周炎の前段階で、歯肉炎を放置すると歯周炎（歯槽膿漏）に進行する危険性があります。歯肉炎の段階ならば、正しいブラッシングによる歯垢の除去が効果的です。

注 18 栄養教諭

主に小中学校で食に関する指導（学校における食育）の推進の中核となり、児童生徒が日常生活における食事についての正しい理解と望ましい食習慣を身につけるための指導者としての役割を担っています。

注19 家庭教育学級

家庭において子どもを正しく理解し、健やかに成長していくことを願って、親が家庭教育に関わる知識・技能を身に着けつるために1年間計画的・継続的に学習する場として、市内すべての小中学校や希望する団体で開設されています。

注 20 歯周炎

歯肉炎が進行し、クッションの役割をしている歯根膜や歯を支えている歯槽骨に炎症が及んだ状態で、かつては歯槽膿漏と言われていました。歯肉は化膿して、血や膿が出るようになり、口臭がひどく歯がぐらぐらしてきます。歯と歯ぐきの溝が深くなり、歯を支えている歯槽骨や歯根膜を溶かし始め、放っておくと最後には歯が抜け落ちてしまいます。

注 21 歯周病検診

健康増進法に基づく歯周病や口腔がんの早期発見・早期治療を目的とした健康増進事業です。鹿沼市では、対象者である40歳、50歳、60歳、70歳の市民に個別通知を発送し、歯科医療機関で歯科検診を実施しています。

注 22 歯と口のいきいき健診

40歳から74歳までを対象に実施し、歯の喪失防止、生活習慣病予防や口腔機能の維持・向上を図り、全身の健康づくりにつなげるために歯科健康診査や保健指導を行う健診です。

注 23 40歳未満の健康診査

若いうちから自分の体の実態を知ること、生活習慣病予防のための生活の見直し（早期介入）を目的とした健康診査。平成26年から歯科健康診査も併せて実施しています。（対象者は、20、25、30、32、34、36、38歳）

注 24 地域産業保健センター

労働者数50人未満の小規模事業所や事業所で働く人を対象に、労働安全衛生法で定められた保健指導などの産業保健サービスを提供しています。

注 25 チャレンジ 15 (いちご) 健康マイレージ

健診の受診や運動などの健康づくりに取り組むことでポイントを貯めて、貯まったポイントで景品が受けとれる事業です。

注 26 歯周疾患・歯周病、進行した歯周炎

歯周病は、歯の周りにある組織（歯周組織という）のいずれか、あるいはすべてに起こる疾患の総称で、歯周疾患とも呼ばれます。初期の歯肉炎から重度の歯周病までを含めた総称です。歯周病は、大きく歯肉炎^{注 17}と歯周炎^{注 20}に大別できます。歯周疾患は、初期には自覚症状がないため気づかないうちに進行することが多く、症状が出たころには、状態が悪化し、歯が抜ける原因となることもあります。

4mm以上の深い歯周ポケット^{注 36}がある歯周炎のことを進行した歯周炎と言います。

注 27 口腔機能低下症

むし歯や歯の喪失など従来の器質的な障害とは異なり、幾つかの口腔機能の低下による複合要因によって現れる疾病です。①口腔不潔②口腔乾燥③咬合力低下④舌口唇運動機能低下⑤低舌圧⑥咀嚼機能低下⑦嚥下機能低下の症状のうち3つが認められれば歯科医師によって診断されます。

注 28 口腔リテラシー

口腔機能管理に対する自己関心度のことです。

注 29 摂食^{せっしょく}

食べ物を認識して口に取り込むことで、飲み込む（嚥下）前の行動をさします。実際に口に食べ物を運ぶ前に食べ物を認識し、硬さや温度などを判断する段階から食べ物を唾液と混ぜ合わせて飲み込みやすい形状にまとめるところまでをいいます。

注 30 誤嚥性肺炎^{ごえん}

口の中の飲食物や唾液、細菌が誤って気道から肺に入り込むことで起きる肺炎のこと。誤嚥は、特に夜間に起こりやすく、誤嚥を起こしても「むせ」等の自覚症状がないことがあり、これを繰り返すと「誤嚥性肺炎」になることがあります。高齢者に特に多く、重症になると命に関わることもあります。

注 31 在宅要介護高齢者等歯科保健推進事業

在宅の65歳以上のおおむね要介護4以上の人を対象に、歯科医師が訪問して簡単な

歯科治療や指導を行う事業です。

注 32 介護予防事業

高齢者が要介護状態になることをできる限り防いだり遅らせるだけでなく、地域で自立してその人らしく生活することができるようにすることを目的に行う事業です。二次予防事業（要介護状態となるおそれの高い高齢者を対象にした事業）と一次予防事業（地域の活動的な高齢者を対象にした事業）があり、介護予防に効果がある6つの項目（運動機能向上 栄養改善 口腔機能向上 閉じこもり予防 認知症予防 うつ予防）を中心に教室や訪問指導、相談などを行います。

注 33 6024運動

「60歳になっても自分の歯を24本以上保とう」という運動です。8020運動をより推進するために行われています。

注 34 口腔機能向上加算

介護保険サービスの中の通所サービスで行われる口腔機能向上サービス（口腔衛生、摂食・嚥下機能に関する）に対する費用額の算定のことです。

注 35 QOL

Quality Of Life（クオリティ オブ ライフ=生活の質）の略です。個々の身辺自立や物理的な豊かさやサービスの量だけでなく、精神面を含めた生活全般の豊かさと自己実現を含めた概念です。

注 36 歯周ポケット

歯肉に炎症が起きると歯肉が腫れてプヨプヨになり、歯と歯ぐきの溝が深くなって袋状の隙間が生じます。この隙間が歯周ポケットといいます。歯肉が健康であれば歯の表面にしっかりと密着しているため、通常この溝の深さは3mm以下になっています。0～3mmは正常、歯肉炎又は軽度、4～6mmは中等度歯周炎、7mm以上は重度の歯周炎と判定します。

第2期 鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画

発行：平成31(2019)年3月

編集：保健福祉部健康課

〒322-8601

鹿沼市今宮町 1688-1

Tel0289-63-8312 FAX0289-63-8313