

概要版

第3期

かぬま笑顔とお口の歯つらつ計画

鹿沼市歯と口腔の健康づくり基本計画

計画期間 令和8(2026)年度～令和17(2035)年度



絵 令和6年度よい歯のコンクール 最優秀賞作品 菊沢東小学校 熊倉 悠太さん

生涯にわたる歯と口の健康の保持増進

～いつまでも自分の歯で食事や会話を楽しむ～

生涯にわたって健康で質の高い生活を営むためには、歯・口腔の健康が不可欠です。
健康寿命の延伸や健康格差の縮小を目指し、歯と口腔の健康づくりを推進します。

令和8(2026)3月
鹿沼市



1 乳幼児から高齢者まで生涯を通じたライフステージごとの切れ目のない支援

現状・課題

取組の方向性

主な事業

主な指標

R6年度 ⇒ R17年度

妊娠期 胎児期



- ・ホルモン分泌の変化でむし歯や歯周病になりやすいです。
- ・つわり等で歯みがきが不十分になりやすいです。
- ・胎児の歯の芽がつくられる時期です。

歯周病とむし歯の予防

- ・マタニティ歯科健診を実施します。
- ・歯周病の予防や早期発見・早期治療に努めます。

- ・マタニティ歯科健診
- ・妊娠届出時の歯科保健指導
- ・プレパパ・プレママデビュー塾

歯科健診を受診する妊婦の割合

25.3% ⇒ 30.0%

乳幼児期 0～5歳



- ・乳歯が生えはじめ、3歳ごろに生えそろういます。
- ・さまざまな食品を摂取するようになり、むし歯になりやすい時期です。
- ・はみがき(仕上げみがき)の習慣が大切な時期です。

むし歯予防・むし歯予防啓発

- ・歯科健診や口腔ケアを実施し、むし歯予防に努めます。
- ・歯みがき習慣の重要性の啓発
- ・望ましい食習慣の習得

- ・乳児健診での栄養指導
- ・幼児健診での歯科健診
- ・2歳児教室
- ・年長児への6歳臼歯むし歯予防啓発

むし歯のない児の割合

3歳 94.1% ⇒ 95.0%

5歳 68.4% ⇒ 70.0%

学齢期 6～18歳



- ・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、口腔ケアが重要です。
- ・むし歯罹患率は小学生が44.4%
- ・むし歯罹患率は中学生が35.7%

むし歯予防・歯肉炎の予防啓発

- ・健全な口腔状態に対する意識の向上に努めます。
- ・むし歯や歯肉炎予防の普及啓発
- ・規則正しい食生活や、よく噛んで食べることの普及啓発

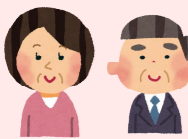
- ・"楽しく学ぶ"「親子歯と口の健康教室」
- ・学校における歯科健診

むし歯の処置完了している児の割合

小学生 70.1% ⇒ 75.0%

中学生 63.3% ⇒ 65.0%

成人期 19～64歳



- ・痛みなどがなく、歯や口腔の健康管理に関心が向きにくい時期です。
- ・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い時期です。
- ・口腔内の健康が全身の健康に関わってくる時期です。

歯周病、オーラルフレイルの予防

- ・歯周病検診の対象を拡大します。
20歳・30歳
- ・20～74歳を対象とした歯と口のいきいき健診を実施します。
- ・歯と口の健康が全身の健康に与える影響についての普及啓発

- ・歯周病検診
- ・歯と口のいきいき健診
- ・市民公開講座
- ・歯間清掃についての普及啓発
- ・オーラルフレイルの普及啓発

未処置歯を有する人の割合

20歳以上 34.6% ⇒ 25.0%

進行した歯周炎を有する人の割合

40歳 39.3% ⇒ 35.0%

歯間部清掃器具を使っている人の割合

63.0% ⇒ 70.0%

咀嚼良好者の割合

50歳以上 65.5% ⇒ 80.0%

歯科健診を受診する人の割合

53.3% ⇒ 65.0%

高齢期 65歳以上



- ・歯の喪失や摂食嚥下機能の低下など歯と口腔機能の衰えがみられます。
- ・歯周病は糖尿病や心臓疾患などの生活習慣病と相互に関連しているため全身管理が必要となります。

オーラルフレイルの予防 歯の喪失予防

- ・オーラルフレイル予防の重要性を周知します。
- ・生涯にわたり自分の歯で食事や会話を楽しむことができるよう口腔機能の維持を支援します。

- ・歯周病検診
- ・歯と口のいきいき健診
- ・オーラルフレイル予防健診
- ・後期高齢者医療歯科健診
- ・市民公開講座

進行した歯周炎を有する人の割合

60歳 39.3% ⇒ 35.0%

24本以上自分の歯を有する人の割合

60歳 87.0% ⇒ 90.0%

20本以上自分の歯を有する人の割合

80歳 28.6% ⇒ 50.0%

全てのライフステージで、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診とメンテナンス(プロフェッショナルケア)を受ける

現状・課題

取組

指標

R6年度 ⇒ R17年度

障がい者
要介護者
在宅療養者



- ・口腔内の清掃が難しいケースもあります。
- ・痛みを訴えることが難しいケースもあり配慮が必要です。

- ・定期的に歯科健診を行う障がい者施設、介護施設の増加を目指します。
- ・口腔ケアを実施する介護者、介助者への研修機会を増やします。

定期的な歯科健診を行う施設の割合

障がい者施設 50.0% ⇒ 90.0%

介護施設 46.9% ⇒ 50.0%

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 100% ⇒ 100%

介護施設 79.2% ⇒ 100%

基本方針

3 歯科口腔保健対策を推進するために必要な社会環境の整備

1. 歯科口腔保健に関する知識の普及啓発、環境整備

かかりつけ歯科医をもち定期的に歯科健診を受けることの重要性を啓発します。
歯科口腔機能維持のためのオーラルフレイル予防についての普及啓発をします。

2. 歯科口腔保健にかかわる多職種連携の推進

歯科専門職の他歯科口腔保健にかかる関係者との連携

3. 歯と口に関する健康格差の縮小

社会経済的要因などで、むし歯や歯周病の状況に生じている健康格差の縮小を目指します。

4. 災害時の歯科保健

災害時において口腔ケアを実施することで口腔衛生状態を保持する重要性を普及啓発します。

オーラルフレイルを予防しよう

オーラルフレイルとは、加齢とともに、滑舌の低下、食べこぼし、むせ、かめないなど口のまわりの機能に衰えが見られる状態です。

予防するために、唾液腺マッサージや舌の運動などお口の体操を日常に取り入れましょう。

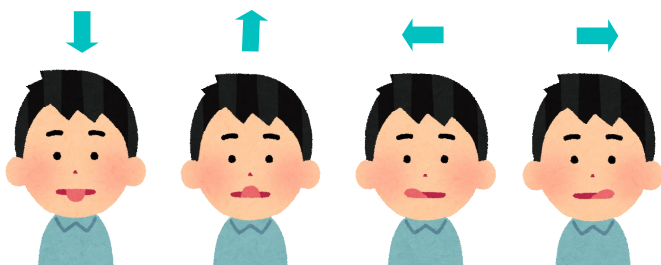
唾液腺のマッサージ

耳の下、顎の下やほおをさすったり揉んだり押ししたりして動かす



舌の体操

口を開いて、舌を出して上下左右に動かします。



災害時の口腔ケア

災害時に口の中を清潔を保つことが大切です。

水がない場合

- ・シュガーレスガムや、マウスウォッシュ(洗口液)でお口のお手入れをする。
- ・ウェットティッシュで歯、入れ歯を拭く。

水がある場合

- ・歯ブラシがないときは、少量の水やお茶でうがいをする。
- ・水不足のときは歯ブラシの汚れをティッシュでふき取り、最後に1回うがいをする。

平時からの備え

非常時持ち出し袋には口腔ケア用品を入れましょう。

- ・歯ブラシ
- ・歯磨き粉
- ・洗口液
- ・口腔用ウェットティッシュ

