

## 5 歯・口腔の健康

### 【県民実践目標】

歯や口の健康が全身の健康につながることを意識し、定期的な歯科健診や口腔のケアを受ける等、歯・口腔の健康づくりに取り組みます。

### (1) 現状と課題

○小児のむし歯数は減少し、全ての歯が健康な人が増加しています。

- ・乳歯及び永久歯のむし歯数は減少し、むし歯のない人の割合は増加しています。
- ・平成27年の12歳児一人平均むし歯数は0.46本、むし歯有病者率は19.9%です。一人平均むし歯数は全国一少ない状況ですが、市町村ごとにみると地域差がみられます。
- ・3歳児の約9割弱、12歳児の約8割が全くむし歯のない一方で、むし歯を多く持つ子どもがいる状況にあります。

○8020<sup>\*11</sup>達成者は増加傾向です。

- ・80歳で20本以上の歯を保つ人の割合は40%程度の状況です。一人平均現在歯数の状況から、経年的にみても残存歯数が増加しており、今後、本県では、歯を多く有する高齢者が増えることが推測されます。

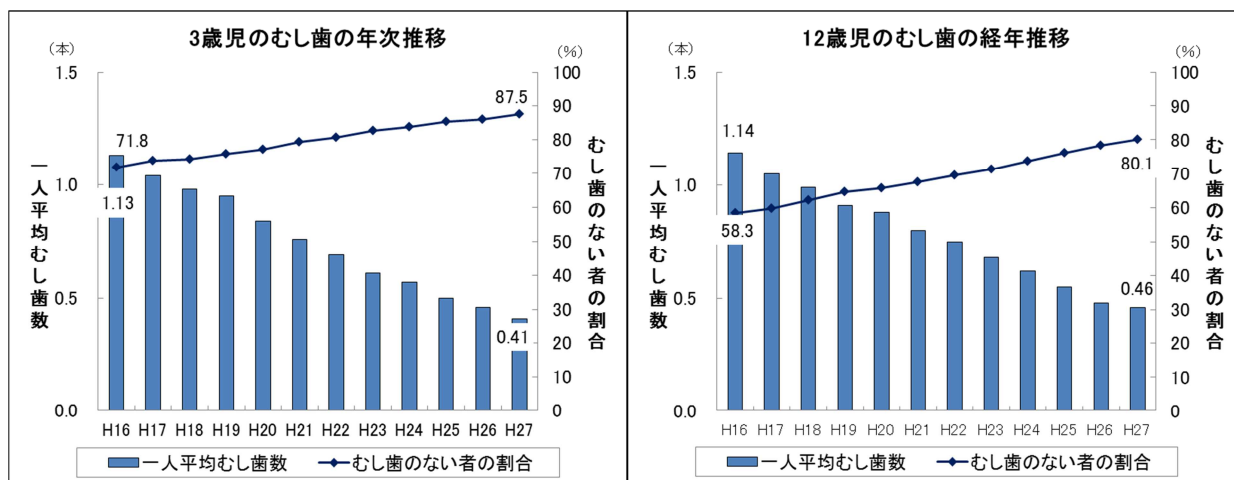
○成人期の取組が不十分です。

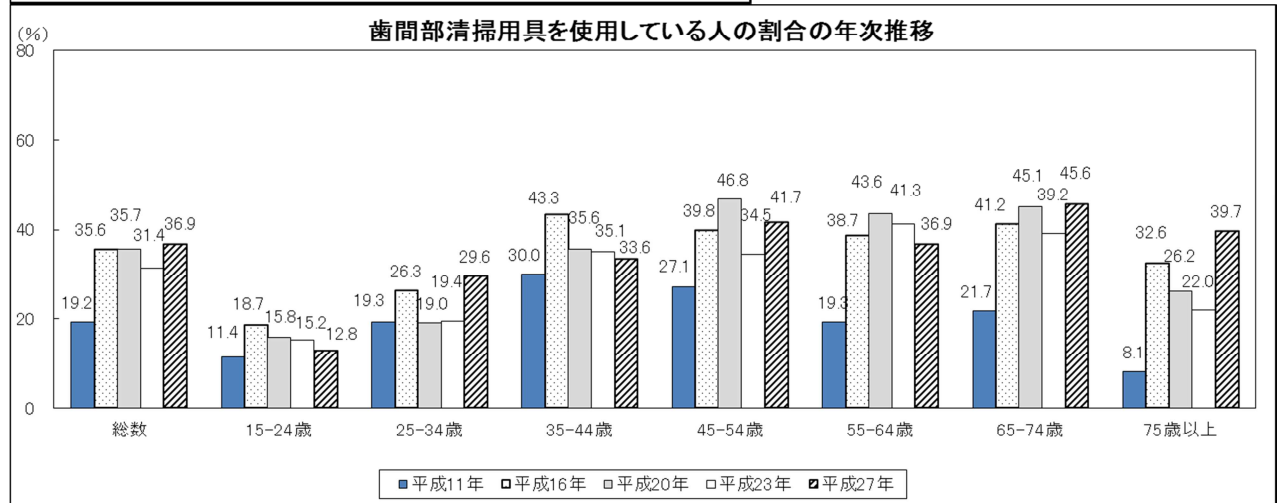
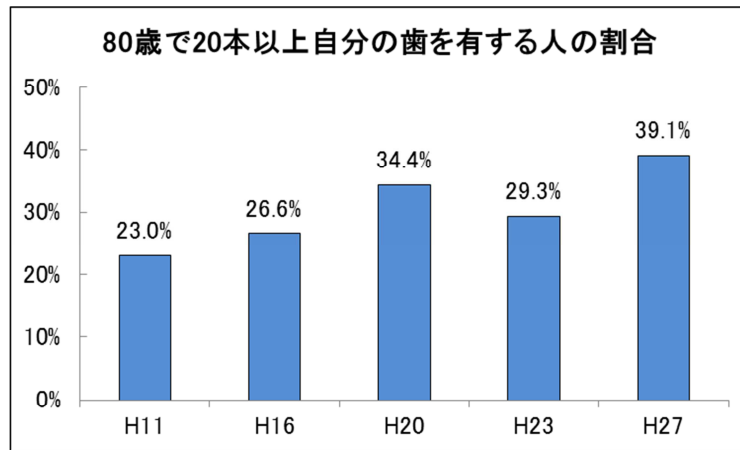
- ・法的に裏付けのない成人期の取組が遅れており、個人の努力に依存するところが大きく、結果として高齢期に歯が失われてしまうことが課題となっています。

○歯と口のケアのために歯科受診をする人の割合は低い状況です。

- ・過去1年間に定期的に歯科健康診査を受診した人の割合は、45.1%と半数以下の状況であり、市町村や企業等により、取組に地域差がみられます。
- ・定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている人の割合は約2割と、まだまだ少ない状況です。
- ・歯間部清掃器具を使用している人の割合は経年的にみると横ばい傾向であり、年齢別にみると10～20歳代の使用率が低い状況です。

### (2) 主要データ [県民健康・栄養実態調査、小児う蝕実態調査]





### (3) 評価指標項目と目標値

#### ○歯の喪失防止

評価指標項目	値の推移			基準値	現状値	目標値	長期目標値
80歳で20本以上自分の歯を有する人の割合	(H11)	(H16)	(H20)	(H23)	(H27)	(H32)	(H34)
	23.0%	26.6%	34.4%	29.3%	39.1%	40%	40%

#### ○学齢期のう蝕の防止

評価指標項目	値の推移			基準値	現状値	目標値	長期目標値
むし歯のない12歳児の割合	—	(H12)	(H18)	(H23)	(H27)	(H32)	(H34)
	—	41.0%	62.1%	71.2%	80.1%	81%	81%
フッ化物洗口を行っている児童・生徒の割合	(H11)	(H16)	(H18)	(H23)	(H27)	(H32)	(H34)
	28.0%	32.0%	34.4%	41.0%	55.0%	56%	60%

#### ○歯や口腔のセルフケアを行う人の増加

評価指標項目	値の推移			基準値	現状値	目標値	長期目標値
過去1年間に歯科健診を受診した人の割合(20歳以上)	—	—	—	(H24)	(H27)	(H32)	(H34)
	—	—	—	42.0%	45.1%	52%	55%
定期的に歯石除去や歯面清掃を受けている人の割合(15歳以上)	(H11)	(H16)	(H20)	(H23)	(H27)	(H32)	(H34)
	4.2%	8.3%	13.0%	12.8%	19.5%	22%	25%
歯間部清掃用具(デンタルフロスや歯間ブラシ等)を使用している人の割合(15歳以上)	(H11)	(H16)	(H20)	(H23)	(H27)	(H32)	(H34)
	19.0%	35.6%	35.7%	31.4%	36.9%	42%	45%

## （４）施策の展開

### ○身近な地域の歯科保健医療サービスの整備

- ・ すべての県民が、学校やかかりつけ歯科診療所等、身近な地域で歯科保健医療サービスを受けやすくなるよう環境を整備します。
- ① むし歯の地域差を縮小するため、市町村等のフッ化物利用を促進
- ② 青少年期から切れ目のない対策のため、中学校や高等学校、大学等における歯科健診・歯科保健指導を充実
- ③ 市町村及び事業所における歯科健診の取組を促進

### ○県民の意識・行動の定着を支援

- ・ 県民一人一人が、歯・口腔の健康は全身の健康につながることを意識し、要介護状態になる前から、望ましい保健行動（定期的な歯科受診等）を習慣化できるよう、県民の主体的な参加・協働を促しながら支援します。
- ① 「にいがた健口文化推進月間<sup>\*12</sup>」を通じた普及啓発の推進
- ② 子どもの頃から望ましい口腔衛生習慣や食習慣の定着を図るため、保育所や学校等における普及啓発を促進
- ③ 歯科医院での定期的なケアを普及するため、早期受診のきっかけとなる歯科健診・歯科保健指導を促進
- ④ 市町村及び地域組織等と連携した住民主体の歯科保健啓発活動の促進

### ○リスクの高い人への支援による格差縮小

- ・ 障害者、要介護者等、歯・口腔に問題が起きやすい人が、生涯にわたり歯・口腔の健康を維持できるよう支援します。
- ① むし歯になりやすい子どもや障害者等のため、学校等におけるフッ化物利用を促進
- ② 生活習慣病予防のため、よく噛んで食べる等の歯科保健指導を充実
- ③ 高齢者の誤嚥性肺炎予防のため、健康ビジネス連峰政策<sup>\*13</sup>により、市町村等における口腔機能向上の取組を促進

---

\*11 8020（ハチマルニイマル）

厚生労働省と（公社）日本歯科医師会が提唱している、「80 歳になっても自分の歯 20 本以上保とう」という運動

\*12 にいがた健口文化推進月間

新潟県歯科保健推進条例第 13 条に定められている月間（11 月 1 日から 11 月 30 日まで）で、歯・口腔の健康づくりの習慣化を図り、これを将来の世代に伝えていくことを目的としている

\*13 健康ビジネス連峰政策

今後、市場の大きな伸びが見込まれる健康・福祉・医療関連での付加価値の高いビジネスが新潟県から多数輩出されるよう推進する産業振興ビジョン

**生活習慣病予防のために  
かむことは「ひとがすぎ」**



よくかんで  
食べるために、  
歯や口のケアを  
しっかり行おう！



**ひ** 肥満を防ぐ

よくかんで食べると、満腹感が得られます。



**と** 糖尿病を防ぐ

よくかむと血糖値が上がりにくく、消費カロリーも増加します。



**が** がんを防ぐ

よくかむことは、唾液の分泌を促し、発がん物質の作用を抑制します。



**す** ストレスを発散

集中力を高め、ストレスを緩和します。「歯ごたえ」って気持ちいいでしょ。

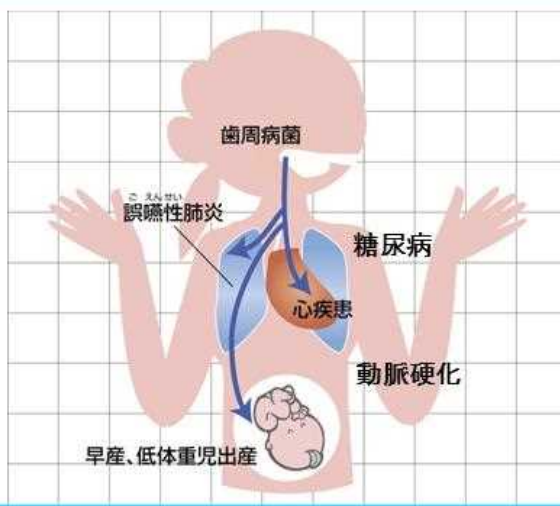


**き** 記憶力アップ

よくかむと、脳が刺激され、あたまたの働きを活性化します。

**目標は一口  
30回！**

## 歯周病と全身の病気は関係しています。



- 県内の中高年の約8割は歯周病に罹っています。
- 歯周病の原因である歯周病菌が全身を巡り、様々な影響を及ぼすことがわかってきました。

歯周病の人は血糖値が下がりにくい

歯周病

糖尿病

糖尿病は歯周病を悪化させる

歯周病の治療と管理を行うと、血糖コントロールがしやすくなります。