

## Ⅱ. ライフステージ別の施策

### 1. 乳幼児期【0歳～5歳】

#### (1) 目標

実現したい人物像	むし歯がなく、正しい生活習慣を身につけた親子
大目標	乳幼児期の歯と口腔の健やかな発達と楽しい育児を支援します。
小目標	① むし歯予防対策を推進します。 ② 食育などの対策を推進します。 ③ 保護者への正しい知識の習得を支援します。(かかりつけ歯科医を持つ事や正しい歯みがきの方法、歯ブラシの事故予防等)

#### (2) 数値目標

指標	現状値／出典		8年度 (中間目標値)	11年度 (計画最終年度)
むし歯のない子の割合(3歳児)	95.9%	令和5年版豊島区の保健衛生	97.0%	98.0%
4本以上のむし歯を持つ子の割合(3歳児)	1.2%	地域保健・健康増進報告(令和4年度)	1.0%	0%
かかりつけ歯科医を持つ子の割合(3歳児)	34.6%	3歳児健診問診票(令和4年度)	40.0%	50.0%
甘味飲料をほぼ毎日飲む子の割合(1歳6か月児)	10.7%	歯科保健事業報告(令和4年度)	9.0%	8.0%

#### (3) 乳幼児期【0歳～5歳】の特徴

- ・保護者へのむし歯予防の啓発が、子のむし歯予防につながります。
- ・食習慣や咀嚼(そしゃく)機能を確立する重要な時期です。
- ・乳幼児が自分で歯ブラシを持って、歯みがきを始めることが成長発育を促し、この時期に培った正しい歯みがき習慣が生涯の習慣になります。

## (4) 現状と課題

### ① むし歯の状況

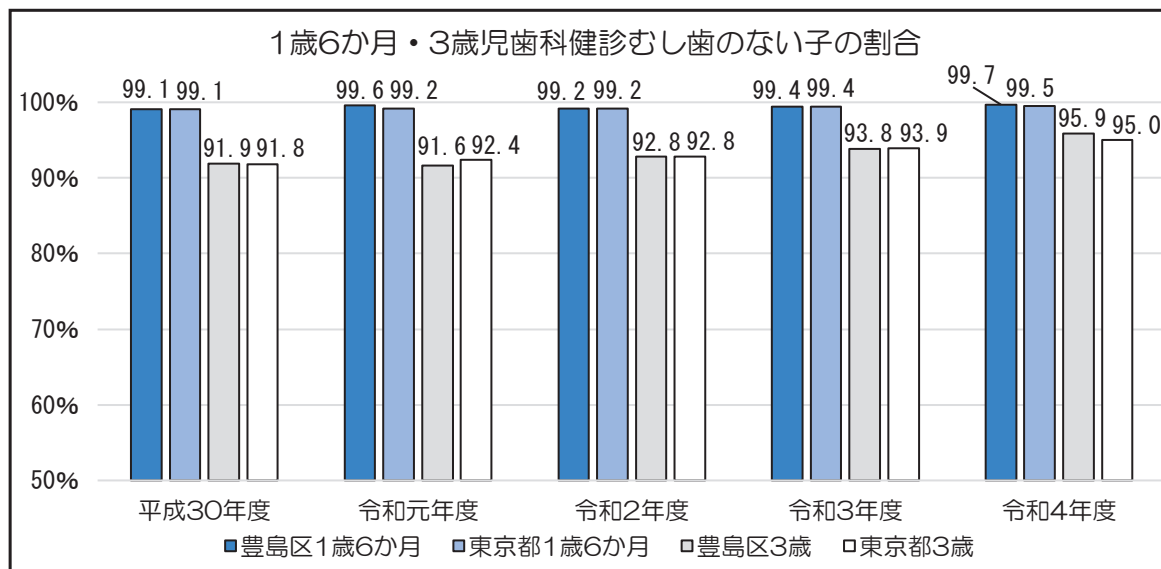
3歳児でむし歯のある子の割合は4.1%（令和4年度）であり、ライフコースの入り口である乳幼児期のむし歯の罹患率は全体としては減少傾向にあります。しかし、3歳児でむし歯のある子の割合4.1%のうち、むし歯を4本以上持つ子の割合は29%です。3歳児健診受診者全体のなかでは1.2%と少数ですが、「口腔崩壊」とも言われるようなむし歯が極端に多い子が存在し、健康格差が生じています。

このむし歯多発傾向者の一部には、「気になる親子<sup>(※1)</sup>」が含まれている可能性があり、デンタルネグレクト<sup>(※2)</sup>が疑われます。また、豊島区で増えてきている外国人の世帯は、生活習慣や言葉の違いから、歯や口腔に関する適切な情報を受け取ることができず、子育てに困っている場合があります。

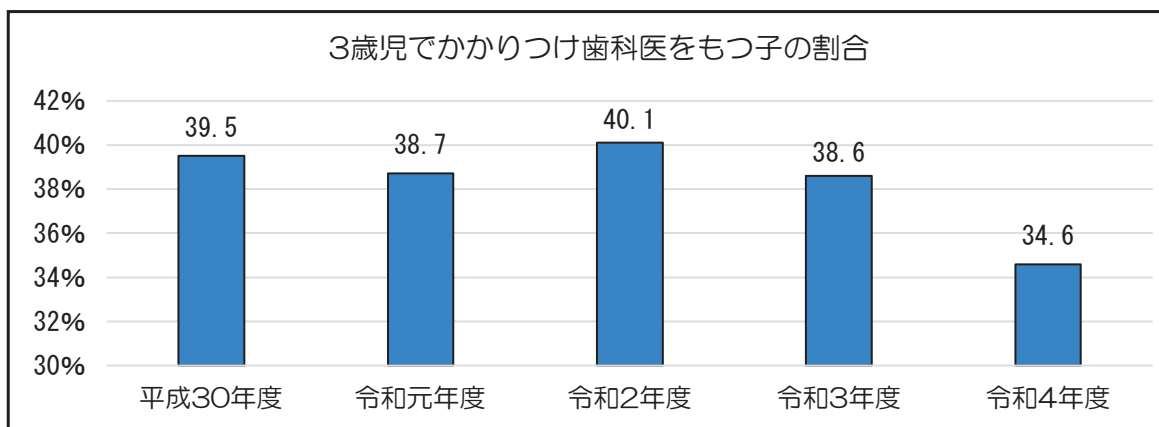
行政やかかりつけ歯科医は、母子健康手帳を、保健指導などを行なう際のコミュニケーションツールの一つとして活用し、健診事業や歯科診療の中で「気になる親子」や育児に困っている外国人世帯に気づいた場合には、関係機関と連携を図りながら適切な子育て支援に結びつける必要があります。

(※1) 気になる親子：現在のところ明らかな虐待又は疑いの所見はないが、親子の様子で気になる点がある状態。【医療機関のための子育て支援ハンドブック「気になる親子に出会ったら」(東京都福祉保健局)】

(※2) デンタルネグレクト：保護者による適切な歯科的管理や必要な治療がされていないため、多数のむし歯や歯周病等の歯科疾患が放置されている状態。



「東京都の歯科保健【事業概要】」より

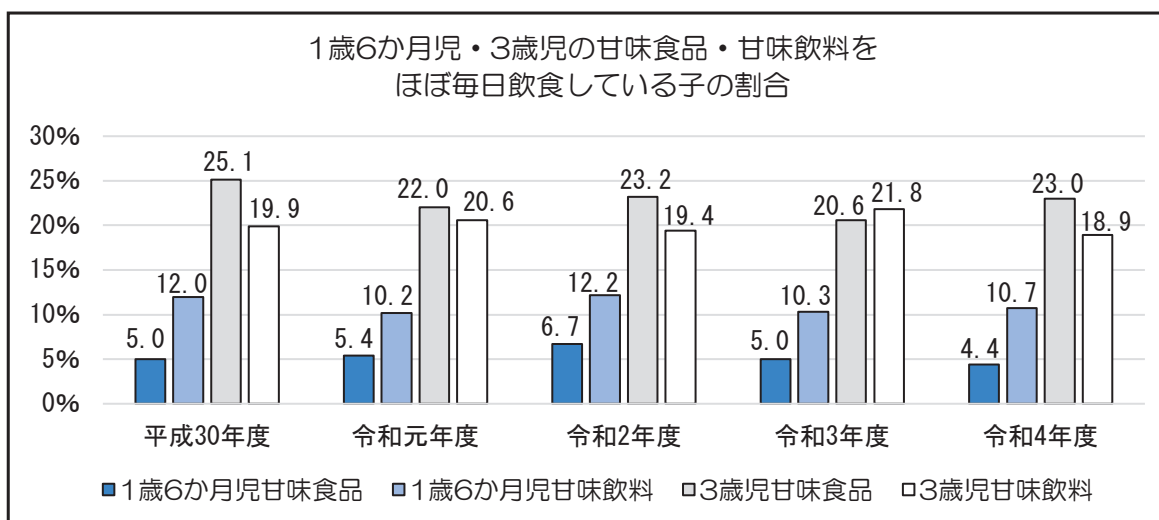


「3歳児歯科健診問診票」より

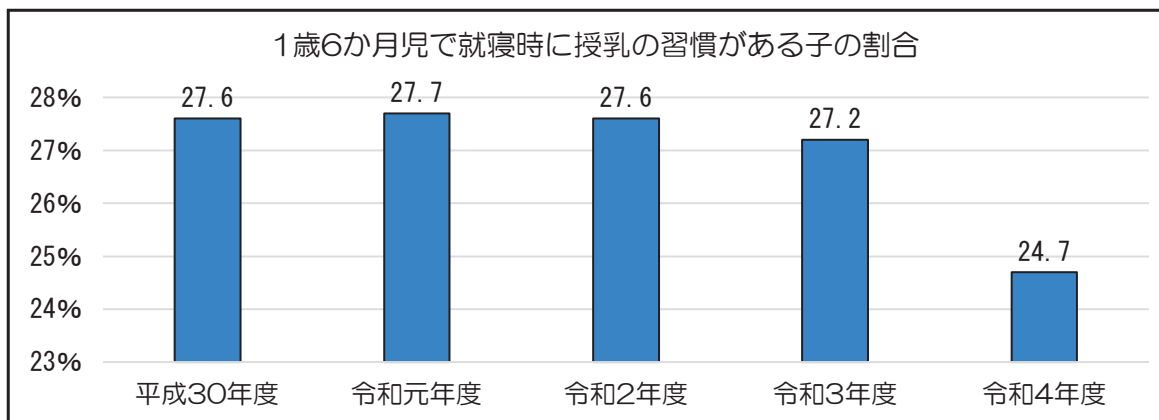
## ② 食習慣の状況

1歳6か月健診時及び3歳児健診時のアンケートによると、甘味食品や甘味飲料をほぼ毎日とる子の割合は1歳6か月から3歳の間に多くなる傾向にあります。

この間に、むし歯り患率が増えるのも、この甘味飲食の習慣が影響しています。また、1歳6か月児の就寝時の授乳習慣は毎年約3割で、甘味飲食習慣と、就寝時の授乳習慣が相互に影響し、むし歯になってしまうことを、保護者に伝える必要があります。



「1歳6か月健診問診票」「3歳児健診問診票」より



「1歳6か月健診問診票」より

## (5) 目標達成に向けた取り組み

### 重点 ① 健診事業等でのむし歯予防へ向けた取り組み（健康推進課／長崎健康相談所）

乳幼児期のむし歯減少に向けた取り組みを引きつづき継続し、健康格差の縮小に向け、乳児健診、1歳6か月健診、3歳児健診、こども歯科健診、1歳児歯科健診などで、乳幼児に対する歯科健診および保護者に対する歯科保健指導を行ないます。こども歯科健診では、歯科医師の指示により、希望者には予防処置（フッ化物塗布）を行ないます。また、保育園や地域の区民ひろば等において、むし歯予防の啓発、歯みがき指導を行ないます。さらに、フッ化物配合歯磨剤<sup>(※)</sup>等の家庭での正しい使用方法の普及に努めます。各健診事業を通じて、かかりつけ歯科医を持つことを推進していきます。

(※) フッ化物配合歯磨剤：歯みがきをするときに、フッ化物の配合された歯磨剤を使用することでむし歯を防ぐという効能・効果がある。(参考：「すすめよう！！フッ化物応用」東京都福祉保健局)

事業名（担当課）	事業内容
1歳児歯科健診 （健康推進課）	1歳児に対し、個別に通知して歯科健診・歯みがき指導、保健師・栄養士による育児ミニ講座を行なう。
こども歯科健診 （健康推進課／長崎健康相談所）	2歳児、2歳半児、3歳半～4歳未満児に対し、歯科健診、歯みがき指導・予防処置を行なう。2歳児には個別に通知する。

### ② 食育へ向けた取り組み（健康推進課／長崎健康相談所）

乳児健診や離乳食講習会、歯科巡回指導等の事業で、食習慣や口腔発達、咀嚼機能についての情報提供を行ないます。

### ③ 保育園・幼稚園でのむし歯予防へ向けた取り組み（保育課／学務課）

保育園での歯科健診について、歯科医師会や関係部署と連携を取りながら行ないます。また、令和5年度まで区立保育園2園で実施してきた「卒業までむし歯ゼロ作戦」事業を令和6年度以降実施方法の見直しを図りながら継続して行ないます。子どもだけでなく保護者も対象とした歯と口腔の健康づくりに関する指導等を行うことで園児の歯と口腔の健やかな発達と楽しい育児の支援を図ります。

区立幼稚園では、歯科健診をおこない、区独自に実施している歯みがき指導と創意工夫した歯科講話を行ないます。

事業名（担当課）	事業内容
卒園までむし歯ゼロ作戦 （保育課）	子どもや保護者を対象に、歯と口腔の健康づくりに関する指導を行なう。

## 2. 学齢期【6歳～17歳】

### (1) 目標

実現したい人物像	自主的に歯や口腔の健康管理を行ない、生涯にわたる健康の基盤を自ら形成できる人
大目標	歯と口腔の健康づくりを通じて、自律的に健康問題を解決し、行動できる児童・生徒を育成します。
小目標	① むし歯予防対策の推進 むし歯予防のための対策を推進します。 ② 歯周病の予防対策の推進 歯肉炎予防のための対策を推進します。 ③ 口腔衛生や正常な歯列咬合の確立に係る教育の実施 口腔清掃や食育活動の支援を行ないます。

### (2) 数値目標

指標	現状値／出典		8年度 (中間目標値)	11年度 (計画最終年度)
12歳児でむし歯のない人の割合	78.5%	令和3年度 学校保健統計調査	83.0%	85.0%
12歳児で歯肉に炎症所見を有する人の割合	15.8%	令和3年度 学校保健統計調査	13.0%	10.0%

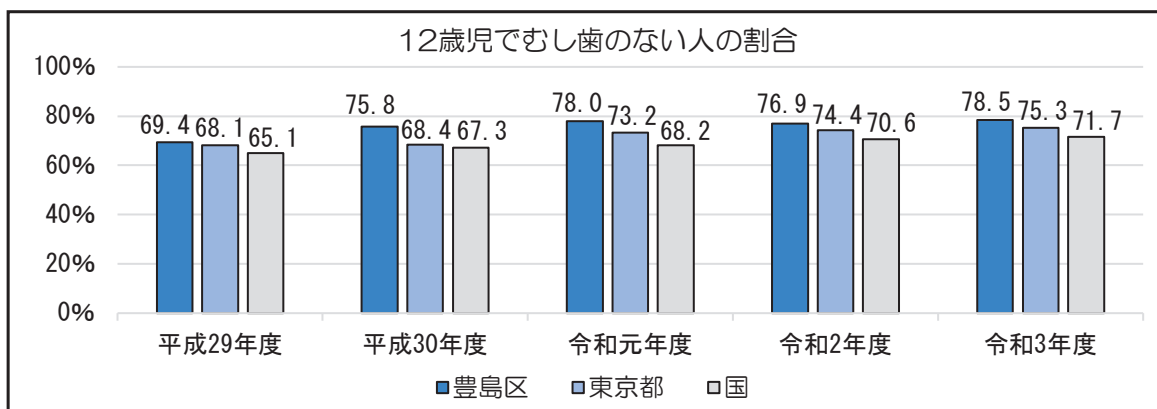
### (3) 学齢期【6歳～17歳】の特徴

- 小学生は乳歯と永久歯が交換し顎の発育や歯列咬合の完成する大切な時期であり、生えはじめの永久歯がむし歯になりやすい時期です。
- 12歳ごろ、第二大臼歯が生え始め、14歳ごろ親知らず以外の永久歯列がほぼ完成し、歯の隣接面にむし歯・歯肉炎が多発する時期です。
- 16歳から17歳は、他律的な健康づくりから、自律的な健康づくりに移行する時期となります。しかし、未処置のむし歯がある者の数が多い等、生活習慣がおろそかになる時期です。

### (4) 現状と課題

#### ① むし歯予防

児童・生徒の健全な育成のために、むし歯予防が重要です。12歳児でのむし歯のない人の割合は78.5%（令和3年度）であり、全国平均（71.7%）を上回る状況です。

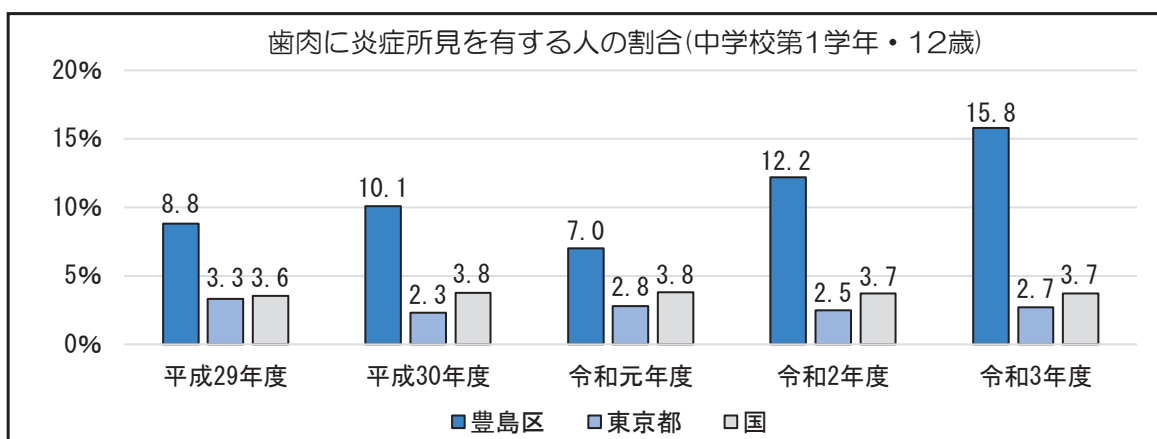


「学校保健統計調査」(文部科学省)、「東京都の学校保健統計書(定期健康診断疾病異常調査)」より

## ② 歯周病の予防

歯肉炎予防は学齢期の口腔保健の向上を図るうえで重要な課題であるとともに、成人期以降の歯周病対策にもつながる大きな健康課題です。

12歳児における歯肉に炎症所見を有する人の割合は、15.8%(令和3年度)となっており、全国平均(3.7%)を大きく上回る状況にあります。



「学校保健統計調査」(文部科学省)、「東京都の学校保健統計書(定期健康診断疾病異常調査)」より

## ③ 口腔衛生に係る教育の実施、口腔清掃や食育活動の支援の状況

近年、児童・生徒の状況をみると、咀嚼や口腔機能の未発達、口腔内疾病の増加、食育の重要性などが指摘されており、その指導や対策について一層の充実が求められています。

口腔清掃としては、それぞれの時期に合わせた歯ブラシの選択・配布、歯科衛生士による歯みがき指導により、歯みがきに関する技術等の習得や隣接面の清掃用具としてのデンタルフロスの使用法の習得をめざしています。また、歯科保健講話や歯科保健指導では、学童の理解力に応じて位相差顕微鏡や顎模型(がくもけい)を使用した指導や唾液の話や咀嚼力判定ガム等を活用した咀嚼の能力検査などを取り入れ、口腔機能向上と正常な発育を通じた積極的な健康づくりの啓発を行なっています。

食育指導としては、咀嚼や唾液と健康な体の関係を理解してもらうため、かみかみ給食を実施しています。

また、豊島区児童相談所が令和4年度から開設したことに伴い、児童相談所で一時保護している児童に対して、月に一度（原則第3木曜日）歯科医師会に依頼し、歯科健診を実施しています。

#### ④ 16歳から17歳へ向けた歯と口腔の健康に関する課題

義務教育を終え、自分自身で定期歯科健診や歯と口腔に関する情報を獲得し、自律的な健康づくりへ移行していく時期です。自分の歯や口に合った歯みがき方法や清掃補助道具（フロスなど）の選び方、歯列不正に対して矯正歯科へ相談するなど、正しい情報を得られているかどうか課題となっています。

### (5) 目標達成に向けた取り組み

#### 重点 ① 歯と口腔の健康づくりに関する教育プログラム<sup>(※1)</sup>の実施（学務課／指導課）

##### i) 歯みがきの意味の理解と習慣化

歯科保健講話の実施（学務課／指導課）

##### ii) 歯みがきに関する技術等の習得

歯みがき指導の実施（学務課／指導課）、給食後の歯みがきの実施（学務課）、う歯未処置歯<sup>(※2)</sup>の無い児童・園児へのよい歯のバッジの配付（学務課）、歯科健診後の未受診者への受診勧奨（学務課）

##### iii) 食育との関連

よく噛むことを体験できる噛みごたえのある食材を使った「かみかみメニュー給食」の実施（学務課）、教員と学校栄養職員による食育の授業（指導課）

事業名（担当課）	事業内容
歯みがき指導の実施（学務課）	歯科衛生士による歯みがき指導を行なう。また学年に応じた講話（むし歯や歯肉炎の話等）により歯みがきの大切さを確認する。
歯科保健講話の実施（学務課）	学校歯科医によるむし歯予防等の啓発となる講話を位相差顕微鏡や顎模型を活用し実施する。

(※1) 歯と口腔の健康づくりに関する教育プログラム：「歯みがきの意味の理解と習慣化」「歯みがきに関する技術の習得」「食育との関連」を三本柱としたプログラム。

(※2) う歯未処置歯の無い児童・園児：むし歯がない児童・園児と、むし歯を治した児童・園児も含む。

#### ② 16歳から17歳へ向けた歯と口腔の健康づくりの取り組み（健康推進課）

若い世代へ向けた歯と口腔の健康づくりに関する情報をホームページ等で発信していきます。

### 3. 成人期（ヤング世代、ミドル世代）

#### (1) 目標

実現したい人物像	正しい生活習慣を身につけ歯と口腔の健康を保持できる人
大目標	セルフケアと専門的口腔ケアを啓発し、歯の喪失予防を支援します。
小目標	① 歯周病及び歯の喪失の予防対策を行ないます。 ② 歯と口腔に関する健康意識の向上に努めます。 ③ 歯周病と生活習慣病の関係（禁煙・糖尿病等）についての普及啓発を実施します。

#### (2) 数値目標

指 標	現状値／出典		8年度 (中間目標値)	11年度 (計画最終年度)
40歳代における歯周炎を有する人の割合	49.6%	令和4年度歯周病検診結果集計	47.0%	45.0%
60歳で24本以上の自分の歯を持つ人の割合	92.1%	令和4年度歯周病検診結果集計	93.5%	95.0%
60歳でかかりつけ歯科医を持つ人の割合	67.5%	令和4年度歯周病検診問診票集計	72.0%	77.0%

#### (3) 成人期の特徴

##### ① 18歳～39歳

- ・仕事や家事などで多忙な時期のため、通院が困難になります。
- ・歯と口腔に関する健康意識が低い傾向にあります。
- ・喫煙や歯みがき習慣などの生活習慣が歯と口腔の健康に大きく影響します。

##### ② 40歳～64歳

- ・歯周ポケットが深くなり、年齢とともに喪失歯が増えます。
- ・年齢とともに歯周病が増加しやすくなります。
- ・年齢を重ねることで歯肉が痩せて歯の隙間が広がり、食べ物が歯と歯の間に詰まりやすくなります。
- ・口臭を気にする人が増えます。
- ・生活習慣病（糖尿病・高血圧症疾患・脳血管疾患・心疾患など）が予備群から発症期に



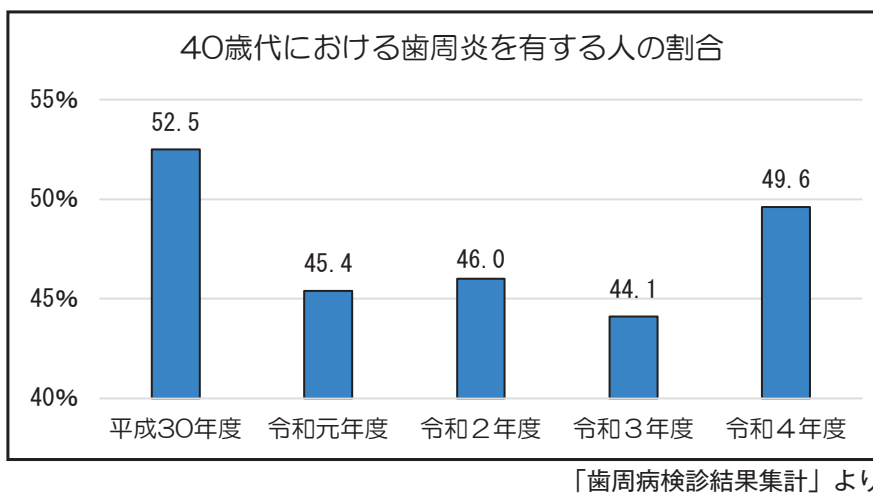
なる人が多くなります。

#### (4) 現状と課題

##### ① 40歳代における歯周炎を有する人の割合

歯周病検診の結果より、40歳代の約半数が歯周炎にかかっていることがわかります。この年代では、自覚症状のあるような口腔のトラブルが少なく、食べる時にも支障をきたすことが少ないため、口腔への意識が低い状況にあります。

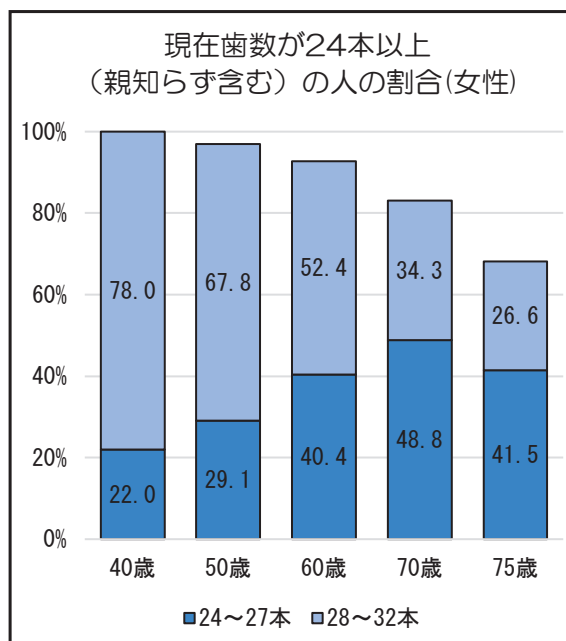
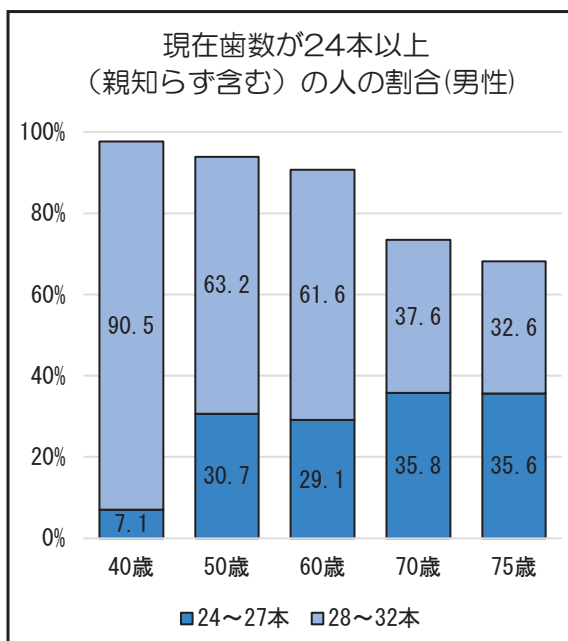
重症化を防ぐためには定期的な歯科検診と自宅での適切なセルフケアが重要です。受診率向上に向け、検診の受診勧奨策を検討するとともに、忙しい方でも受診可能な検診システムを構築する必要があります。



##### ② 現在歯数

成人の歯は全部で32本（「親知らず」含む）あり、20本あれば口腔の状況にほぼ満足できるといわれています。歯を失うと、おいしく食べることができない、正常な発音ができないなど、生活機能に影響を与えます。

男女とも、年齢に比例して現在歯の本数は減少しており、特に60歳を境に28本の歯を持つ人の割合は急激に減少しています。噛む機能が低下しないよう、正しい口腔ケアを身につけることが大切です。

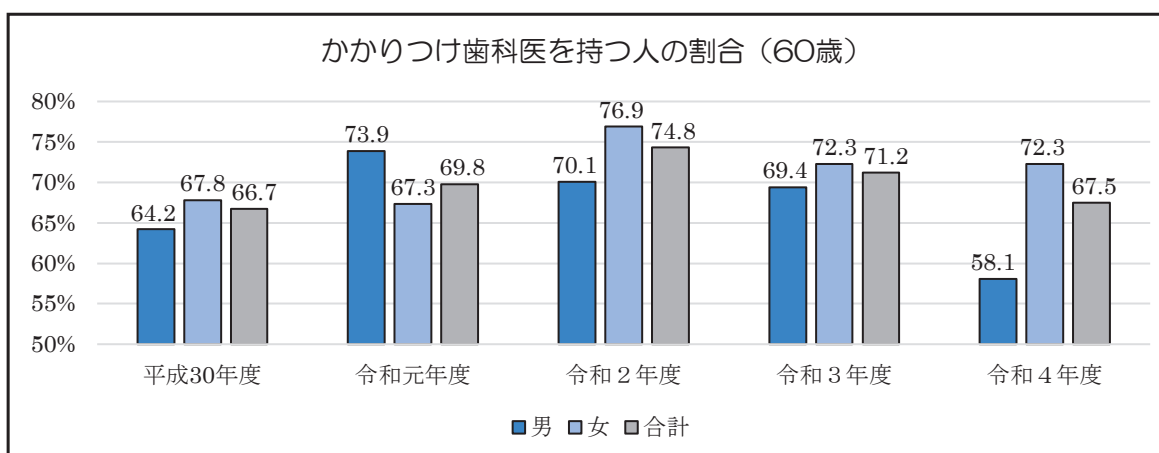


「歯周病検診結果集計 (令和4年度)」より

### ③ かかりつけ歯科医を持つ人の割合

歯周病検診票問診票集計結果での、かかりつけ歯科医を持つ60歳の割合は、女性は令和2年度以降7割を超えています。男性は令和元年度をピークに減少傾向にあります。

かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯の清掃や検診を受ける人の割合を増やすことが課題になっています。専門家を招いた講演会の実施、歯周病検診の案内に工夫を凝らす等、対策が必要です。

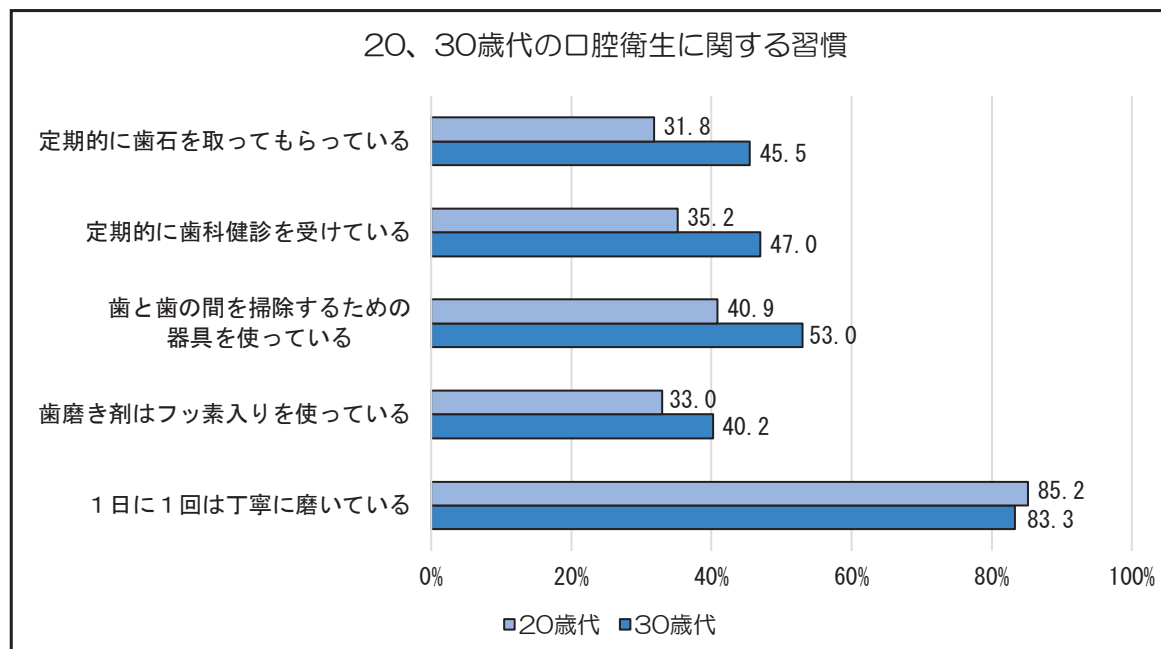


「歯周病検診 問診票集計結果 (平成30～令和4年度の平均)」より

### ④ 口腔衛生に関する習慣について

豊島区健康に関する意識調査での口腔衛生に関する習慣をみると、1日1回は丁寧に歯をみがく習慣はあるものの、定期的に歯石を取る、歯科検診を受ける、歯間清掃用具を使うな

ど、歯の手入れに関する意識は低い傾向にあります。特に20歳代は、30歳代と比べると、歯の手入れに関する意識が著しく低いのが現状です。現在、20歳～39歳に対し生活習慣病予防健診等での情報提供（チラシの配布）を行なっています。今後は健康教室等のアンケートの実績をもとに実態を把握し、課題抽出を行なう必要があります。



「豊島区健康に関する意識調査（令和4年）」より

## (5) 目標達成に向けた取り組み

### 重点 ① 歯周病予防（地域保健課／健康推進課）

歯周病検診（25歳、35歳、40歳～75歳の5歳刻み）、生活習慣病予防健診（20歳～39歳）、女性の骨太健診（20歳～39歳）、歯科教室で、歯周病予防の啓発を行ないます。歯周病検診については若年層への歯周病対策推進のため、令和6年度から対象年齢を拡大します。また喫煙と歯周病が密接に関係していることから、受動喫煙でも口腔に影響があることを伝えていきます。

事業名（担当課）	事業内容
歯周病検診（地域保健課）	25、35、40、45、50、55、60、65、70、75歳時に歯周病検診を実施する。
歯科講演会（地域保健課）	生活習慣病予防の一環として、歯周病予防と歯周病検診の受診率向上のための講演会を実施する。

## 4. 高齢期（シニア世代）

### (1) 目標

実現したい人物像	歯周病が全身の健康へ影響することを理解し、定期的にかかりつけ歯科医にかかるなど、歯と口腔の健康づくりに積極的に取り組める人
大目標	定期的に健診を受診できる機会を提供し、口腔ケアの重要性について、普及啓発します。
小目標	① 口腔清掃、義歯の手入れに関する知識の習得を啓発します。 ② かかりつけ歯科医を持つ人の割合が増えるよう普及啓発を行ないます。

### (2) 数値目標

指 標	現状値／出典		8年度 (中間目標値)	11年度 (計画最終年度)
70歳でかかりつけ歯科医を持つ人の割合	77.5%	令和4年度 歯周病検診 問診票集計	81.0%	85.0%
80歳で20本以上の自分の歯を持つ人の割合	77.1%	令和4年度 高齢者歯科健診 結果集計	78.5%	80.0%
80歳代で咀嚼良好者の割合	65.0%	令和4年度 長寿健診質問票 集計	68.0%	70.0%

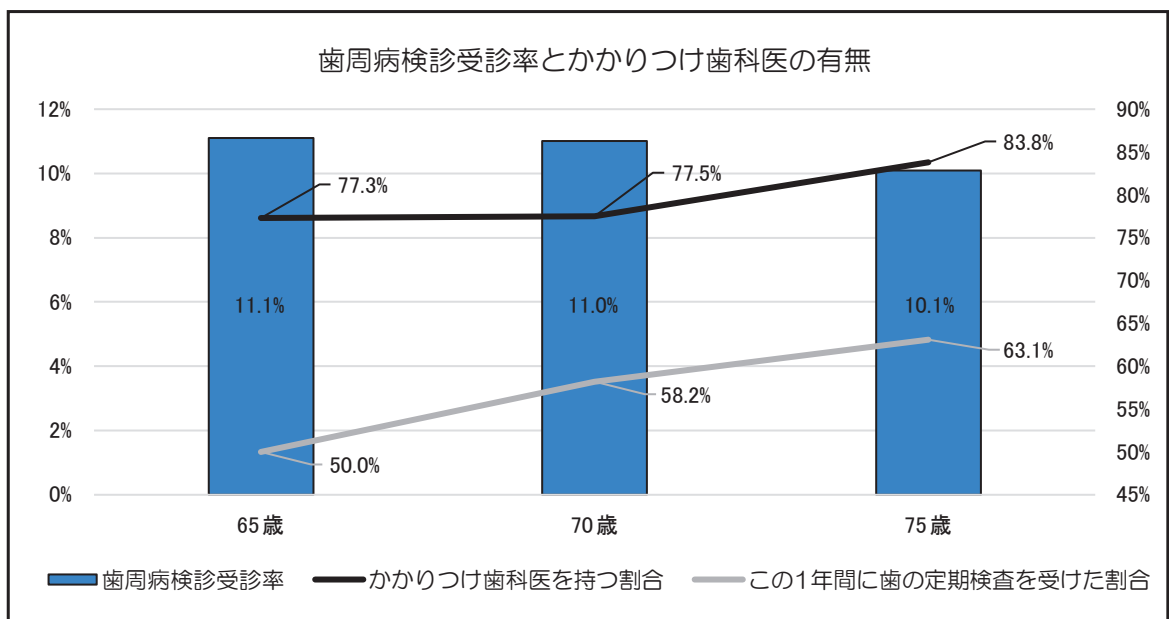
### (3) 高齢期（シニア世代）の特徴

- ・ 歯の喪失が急増し、口腔機能の低下が進み、加齢性筋肉減弱症（サルコペニア）や運動器症候群（ロコモティブシンドローム）の要因となる場合があります。
- ・ 内科疾患（がん・糖尿病等）の合併症が増えます。
- ・ 加齢や薬の副作用により唾液が減ると、むし歯や歯周病が増えて食事や会話に影響することがあります。

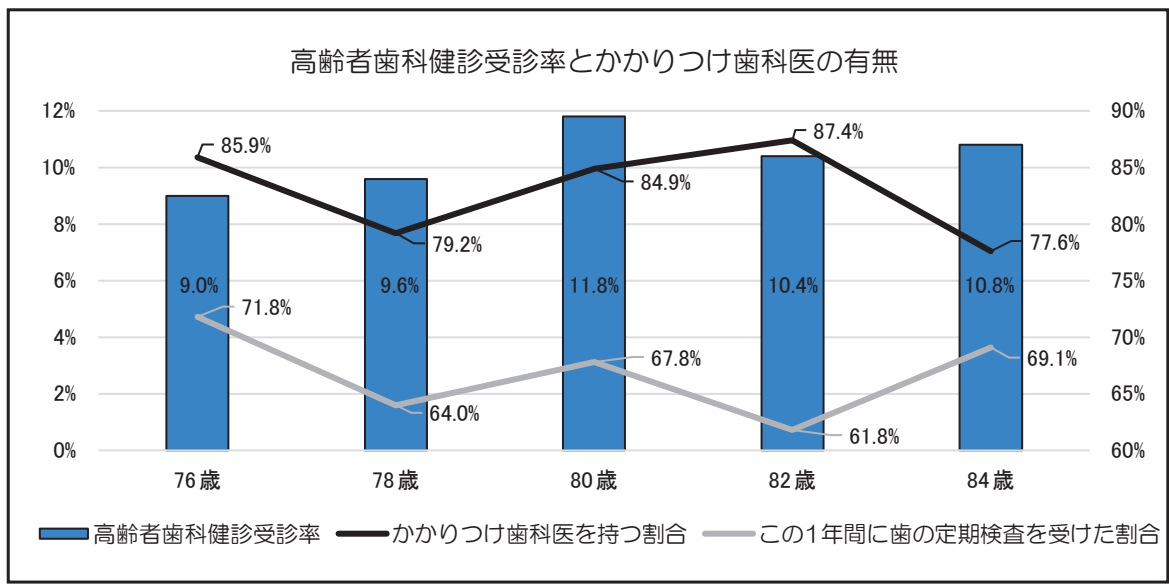
### (4) 現状と課題

#### ① かかりつけ歯科医を持つ人の割合

歯周病検診および高齢者歯科健診の受診率は、どの年齢も横ばいにあり、すでにかかりつけ歯科医を持つ区民が約8割います。しかし、年に1回歯科健診を受診している人は歯周病検診では約6割、高齢者歯科健診では約7割です。年1回以上の定期歯科健診を勧めていく必要があります。



「歯周病検診結果集計（令和4年度）」より



「高齢者歯科健診結果集計（令和4年度）」より

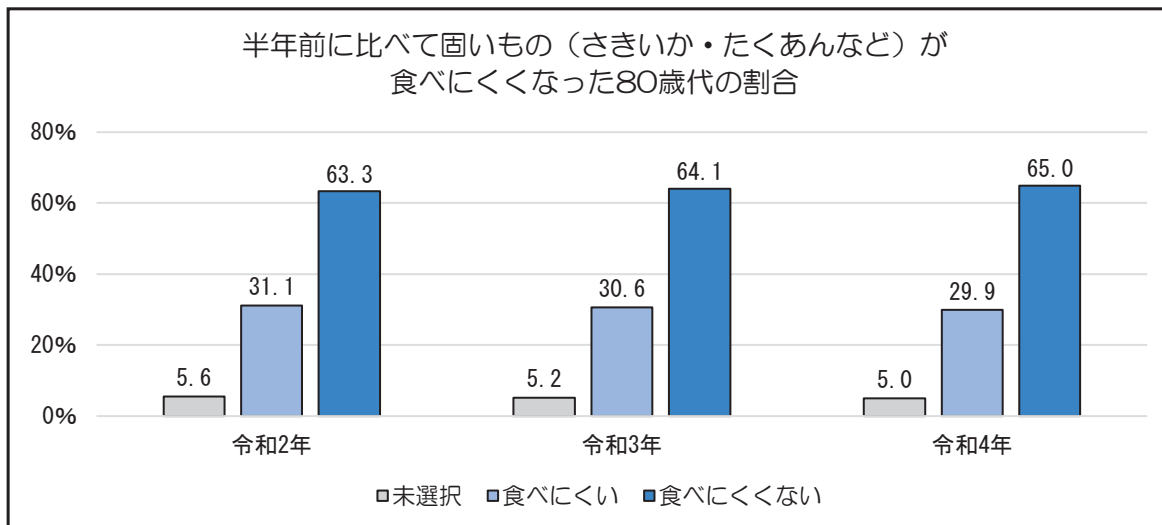
## ② 口腔機能の状況

歯の本数が少なくなり、噛む機能が低下すると、食欲も低下し、栄養が不足するようになります。その結果、筋量や筋力が減少し、免疫、代謝といった機能も低下します。免疫が低下すると高齢者では肺炎などの感染症を繰り返し、寝たきりになることもあります。

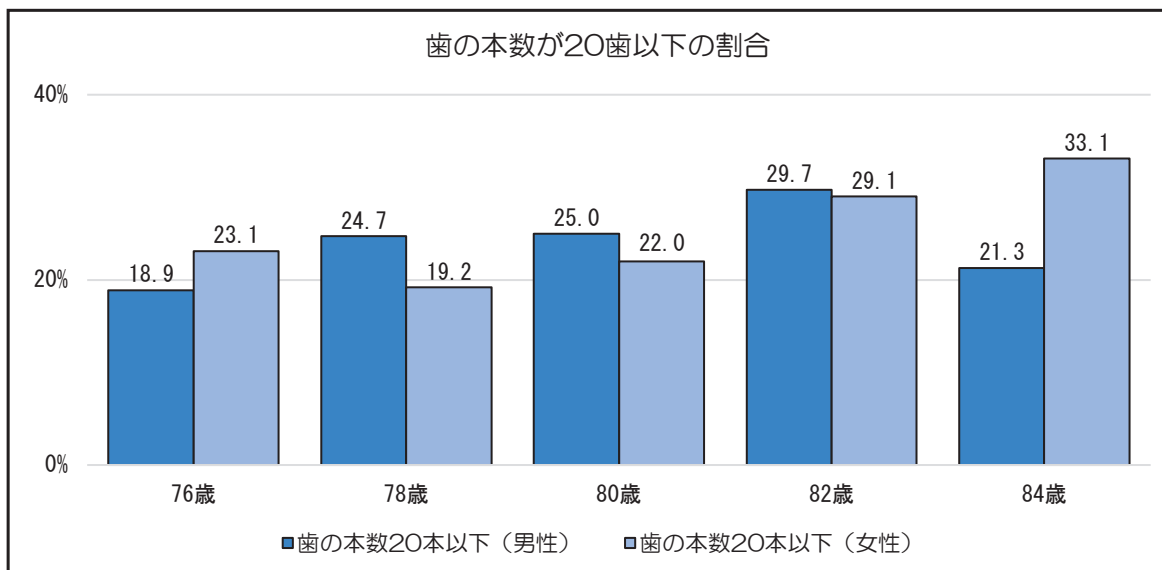
長寿健康診査質問票より「半年前に比べて固いもの（さきいか・たくあんなど）が食べにくくなったと答える80歳代の方は、毎年約3割おり、噛む機能の低下がみられます。

また、高齢者歯科健診の結果より、歯の本数が20本以下の割合は年齢を重ねるごとに増

えていく傾向があります。歯の本数を維持し、噛む機能が低下しないよう、口腔ケアを続け、食べる、話す、笑うといったお口の機能を十分に使うことが大切です。



「長寿健康診査質問票集計」より



「高齢者歯科健診結果集計（令和4年度）」より

### ③ 8020運動

豊島区歯科医師会が中心となり、80歳以上で20本以上自分の歯を持つ元気な人に対して、健康長寿のお手本として表彰をしています。区は、この8020運動を応援し、健康長寿事業を支援します。

### (5) 目標達成に向けた取り組み

#### 重点 ① 歯周病検診および高齢者歯科健診の実施とかかりつけ歯科医を持つ人の増加（地域保健課）

40～75歳の5歳毎の区民には歯周病検診、76～84歳の2歳毎の区民には高齢者歯科

健診（令和3年度開始）を実施します。それぞれ対象者へ個別に受診券を送付し受診勧奨等を行い、合わせてかかりつけ歯科医を持つことの重要性について普及啓発を行ないます。

#### ② 8020運動の推進（地域保健課）

80歳以上で20本以上の自分の歯を持つ人をいつまでも健康でいきいきと生活している健康長寿の手本として表彰します。

#### ③ 口腔講座の実施（高齢者福祉課）

口腔ケア講座や健口セミナーなどを通じて、口腔機能低下予防の普及啓発をし、生涯を通じた口腔機能の獲得・維持・向上の達成を支援します。

事業名（担当課）	事業内容
口腔ケア講座 （高齢者福祉課）	住民主体の「通いの場」で巡回型ミニ講座「口腔ケア講座」を行ない住民自らが実践していくための支援体制を作る。
健口セミナー （口腔機能低下予防）講座 （高齢者福祉課）	高齢者歯科健診受診者の中で、口腔機能低下予防が必要である対象者へ、住民主体の「通いの場」での巡回型口腔講座を行い、口腔機能低下予防の普及啓発と住民自らが実践していくための支援体制を作る。

#### ④ 歯科個別相談の実施（高齢者福祉課）

住民主体の「通いの場」にて巡回型の相談会「まちの相談室」を実施しながら、住民自らの口腔に関する知識の普及啓発を行ないます。

#### ⑤ 口腔機能測定機器の設置（高齢者福祉課）

住民主体の「通いの場」にてパタカ測定器を設置し、住民自ら測定できる場を提供することで、口腔機能維持・向上対策を支援します。



#### ⑥ 介護予防の担い手養成講座（高齢者福祉課）

介護認定を受けていない65歳以上の方を対象に実施している担い手養成講座の中で、口腔に関する知識の普及啓発を行ないます。