

# 歯と口腔の 健康づくり推進計画

## 第5章

### 関連する主なSDGs



- I. 計画の位置づけと計画期間 ..... p182
- II. ライフステージ別の施策 ..... p187
  - 1. 乳幼児期
  - 2. 学齢期
  - 3. 成人期（ヤング世代、ミドル世代）
  - 4. 高齢期（シニア世代）
- III. 支援が必要な人の施策 ..... p202
  - 1. 妊産婦
  - 2. 障害者、要介護者等
- IV. 地域歯科医療を支えるための施策 ..... p208
  - 1. 地域歯科医療体制の推進

## I. 計画の位置づけと計画期間

人生100年時代に本格的に突入する中で、近年、歯と口腔の健康については、従来の単なるむし歯の予防という考え方から、食物の咀嚼（そしゃく）や嚥下機能のほか、食事や会話を楽しむなど、生活の質（QOL）の確保や生活習慣病予防など全身の健康に大きく関与する事項として捉える考え方によって変わってきています。まさに、歯と口腔の健康は、生涯を通じて、健康で質の高い自立した生活を送るための基本であり、また、健康寿命を延伸する上でも重要な役割を果たすものとなっています。

国は平成23年8月に「歯科口腔保健の推進に関する法律」を施行し、平成25年度より「歯科口腔保健推進に関する基本的事項（第1次）」を開始、歯科疾患の予防等による口腔の健康の保持推進に関し、基本理念を定めるとともに国及び地方公共団体の責務を明らかにしています。

また、区は平成24年12月に、「豊島区歯と口腔の健康づくり推進条例」を制定し、平成26年3月に、区民一人ひとりが主体となって、歯と口腔の健康を保ち、いつまでも元気でいきいきと豊かに暮らせるよう、ライフステージ別に具体的な施策の方向性と目標を示した「豊島区歯と口腔の健康づくり推進計画」を策定しました。平成29年度に健康プランを見直すにあたり、本計画を同時に改定して計画内容の整合性を図りました。今回、本計画を改定するにあたり、様々なライフステージごとの特性を踏まえつつ、胎児期から高齢期に至るまでの人の生涯を経時的にとらえた健康づくり「ライフコースアプローチ」の視点を踏まえた、誰一人取り残さない切れ目のない歯と口腔の健康の健康づくりを展開できるように取り組んでいきます。

### 1. 基本理念、目指すべき人物像、目標について

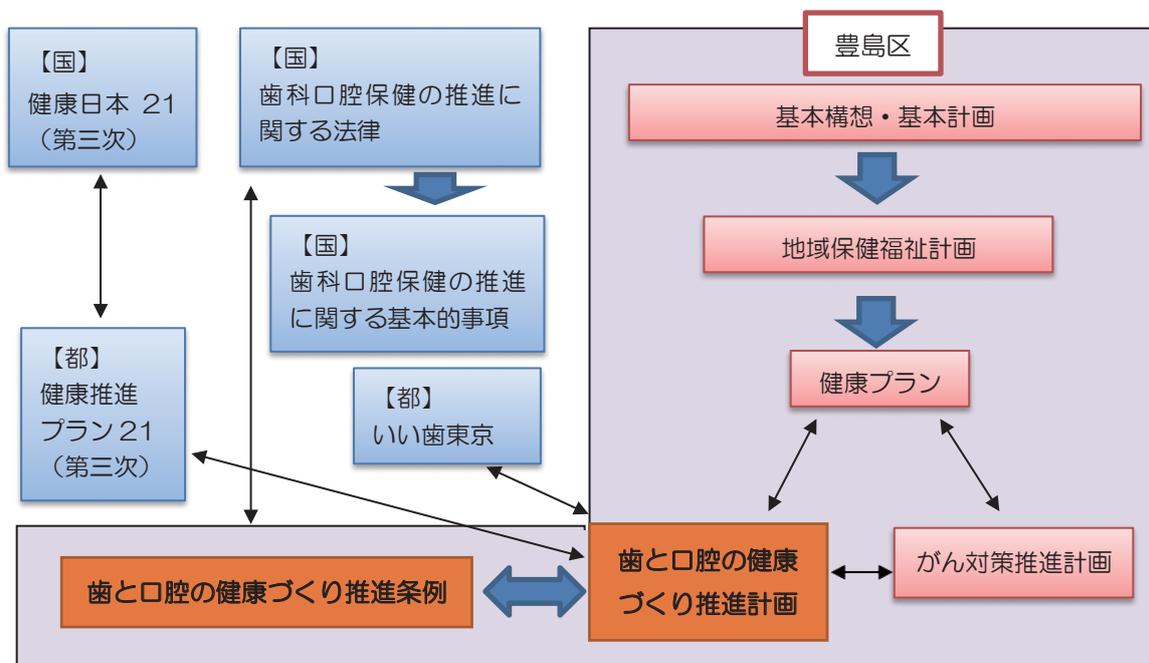
歯と口腔の健康づくりを推進するための基本理念、目指すべき人物像、目標を提示します。また、ライフステージ別などの各項目においても目指すべき人物像と目標を提示します。

基本理念	<ul style="list-style-type: none"><li>区民一人ひとりが日常生活において自覚と意欲を持って、自ら歯と口腔の健康づくりに取り組みます。</li><li>すべての区民が生涯を通じて区内のどこにいても、最適な健康教育、歯科健診、予防対策、口腔ケア等の歯と口腔の保健医療福祉サービスを受けることができるよう環境整備を進めます。</li></ul>
目指すべき人物像	生涯にわたり自分の歯で食事を楽しみ、健康にいきいきと暮らせるように、歯にとってよい生活習慣を身につけ健全な口腔機能を維持する人
目標	ライフステージに応じた歯の自己管理法を身につけている人を増やします。

## 2. 計画の位置づけ

本計画は「豊島区歯と口腔の健康づくり推進条例」第8条に基づく実施計画であると同時に、区の基本計画の健康分野、地域保健福祉計画の保健・医療分野を補完する「豊島区健康プラン」の健康づくり分野の補完計画です。

また、国が定める「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」、「健康日本21（第三次）」及び東京都の「いい歯東京」等と整合性をとっています。



## 3. 計画期間

令和6年度から令和11年度までの6年間とし、計画期間の中間年度である令和8年度に中間表を行います。また、国や東京都の歯と口腔に関する方針の大幅な転換等、必要が生じた場合は計画の見直しを行いません。

\*ライフステージの年齢区分について

本計画では歯と口腔の特徴や変化等の課題に合わせてライフステージごとに年齢を分けています。一方、健康プランでは栄養と食生活等の課題に合わせて年齢を分けているため、本計画と健康プランの課題の違いから、年齢層の区分が異なっています。

### ◆歯と口腔の健康づくり推進計画

ライフステージ		年齢層
乳幼児期		0～5歳
学齢期		6～17歳
成人期	ヤング世代	18～39歳
	ミドル世代	40～64歳
高齢期（シニア世代）		65歳以上

### ◆健康プラン

ライフステージ	年齢層
乳幼児期	0～5歳
児童・生徒期	6～15歳
学生世代	16～22歳
ヤング世代	23～39歳
ミドル世代	40～64歳
シニア世代	65歳以上

## 4. ライフステージに応じた歯と口腔の健康づくり一覧

ライフステージ	乳幼児期			学齢期																																								
年齢	0歳～5歳			6歳～17歳																																								
特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>●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る</li> <li>●食習慣や咀嚼（そしゃく）機能が確立</li> <li>●この時期の歯みがき習慣が生涯の習慣となる</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>●小学生は乳歯と永久歯の交換時期で、むし歯になりやすい</li> <li>●中学生は、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</li> <li>●高校生は、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るが、未処置歯のむし歯のある者の数が多い等生活習慣がおそろそかになりやすい</li> </ul>																																								
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			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																																								
目標	<p><b>【大目標】</b> 乳幼児期の歯と口腔の健やかな発達と楽しい育児の支援</p> <p><b>【小目標】</b> (1) むし歯予防対策の推進 (2) 食育等の対策の推進 (3) 保護者へ正しい知識の習得の支援（かかりつけ歯科医を持つ事や正しい歯みがきの方法・歯ブラシによる事故予防等）</p>			<p><b>【大目標】</b> 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</p> <p><b>【小目標】</b> (1) むし歯予防対策の推進 (2) 歯周病の予防対策の推進 (3) 口腔衛生や正常な歯列咬合の確立や口腔清掃、食育活動の支援</p>																																								
主な数値目標	<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">むし歯のない子の割合（3歳）</td> <td>現状値</td> <td>R8</td> <td>R11</td> </tr> <tr> <td>95.9%</td> <td>97.0%</td> <td>98.0%</td> </tr> </table>			むし歯のない子の割合（3歳）	現状値	R8	R11	95.9%	97.0%	98.0%	<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">むし歯のない人の割合（12歳）</td> <td>現状値</td> <td>R8</td> <td>R11</td> </tr> <tr> <td>78.5%</td> <td>83.0%</td> <td>85.0%</td> </tr> </table>			むし歯のない人の割合（12歳）	現状値	R8	R11	78.5%	83.0%	85.0%																								
むし歯のない子の割合（3歳）	現状値	R8	R11																																									
	95.9%	97.0%	98.0%																																									
むし歯のない人の割合（12歳）	現状値	R8	R11																																									
	78.5%	83.0%	85.0%																																									
取り組むべき施策及び実施事業	<table border="1"> <tr> <td>乳児健診歯科集団指導</td> <td>1歳6か月児歯科健診</td> <td>3歳児歯科健診 園児歯科健診</td> </tr> <tr> <td colspan="2">乳幼児育児相談</td> <td>就学時健康診断</td> </tr> <tr> <td colspan="2">離乳食講習会</td> <td>幼稚園歯科講話</td> </tr> <tr> <td>1歳児歯科健診</td> <td colspan="2">こども歯科健診</td> </tr> <tr> <td colspan="3">歯科巡回指導</td> </tr> <tr> <td colspan="3">卒園までむし歯ゼロ作戦</td> </tr> </table>			乳児健診歯科集団指導	1歳6か月児歯科健診	3歳児歯科健診 園児歯科健診	乳幼児育児相談		就学時健康診断	離乳食講習会		幼稚園歯科講話	1歳児歯科健診	こども歯科健診		歯科巡回指導			卒園までむし歯ゼロ作戦			<table border="1"> <tr> <td colspan="3">学校歯科健診</td> </tr> <tr> <td colspan="3">教育プログラム</td> </tr> <tr> <td>歯みがきの意味の理解と習慣化</td> <td colspan="2">歯みがきをすることと健康な体の関係の理解</td> </tr> <tr> <td>歯みがきに関する技能等の習得</td> <td colspan="2">位相差顕微鏡を利用した歯科保健指導</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">食育との関連・その他</td> <td colspan="2">給食後の歯みがきの実施</td> </tr> <tr> <td colspan="2">歯科衛生士による歯みがき指導</td> </tr> <tr> <td colspan="3">歯と口腔の健康づくりに関する食育指導</td> </tr> </table>			学校歯科健診			教育プログラム			歯みがきの意味の理解と習慣化	歯みがきをすることと健康な体の関係の理解		歯みがきに関する技能等の習得	位相差顕微鏡を利用した歯科保健指導		食育との関連・その他	給食後の歯みがきの実施		歯科衛生士による歯みがき指導		歯と口腔の健康づくりに関する食育指導		
乳児健診歯科集団指導	1歳6か月児歯科健診	3歳児歯科健診 園児歯科健診																																										
乳幼児育児相談		就学時健康診断																																										
離乳食講習会		幼稚園歯科講話																																										
1歳児歯科健診	こども歯科健診																																											
歯科巡回指導																																												
卒園までむし歯ゼロ作戦																																												
学校歯科健診																																												
教育プログラム																																												
歯みがきの意味の理解と習慣化	歯みがきをすることと健康な体の関係の理解																																											
歯みがきに関する技能等の習得	位相差顕微鏡を利用した歯科保健指導																																											
食育との関連・その他	給食後の歯みがきの実施																																											
	歯科衛生士による歯みがき指導																																											
歯と口腔の健康づくりに関する食育指導																																												
	障害者 歯科診療																																											
	在宅歯科 相談窓口																																											

成人期（ヤング世代） 18歳～39歳	成人期（ミドル世代） 40歳～64歳	高齢期（シニア世代） 65歳以上
<ul style="list-style-type: none"> <li>●多忙による通院困難</li> <li>●歯と口腔に関する健康意識が低い傾向にある</li> <li>●生活習慣が歯と口腔の健康に大きく影響</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●歯と歯の間が開き、食べ物が歯間に詰まりやすい</li> <li>●口臭を気にする人が増加</li> <li>●歯周病・喪失歯が増加</li> <li>●生活習慣病の発症期</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●歯の喪失が急増</li> <li>●咀嚼（そしゃく）、嚥下（えんげ）機能の低下（オーラルフレイル）が進みサルコペニアやロコモティブシンドロームの要因となる場合がある</li> <li>●内科疾患（がん・糖尿病等）の合併症の増加</li> </ul>
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		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
<b>【大目標】</b> 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		<b>【大目標】</b> 定期的に検（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
<b>【小目標】</b> (1) 歯周病及び歯の喪失の予防対策 (2) 歯と口腔に関する健康意識の向上 (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		<b>【小目標】</b> (1) 口腔清掃、義歯の手入れに関する知識の習得の啓発 (2) かかりつけ歯科医を持つ人の割合が増えるように普及啓発
歯周炎を有する人の割合（40歳代）	現状値 R8 R11 49.6% 47.0% 45.0%	80歳で20本以上の歯を持つ人の割合 現状値 R8 R11 77.1% 78.5% 80.0%
歯周病検診		高齢者歯科健診
歯科講演		
歯科教室	口腔ケア講座	
	健口セミナー	
骨太健診・生活習慣病予防健診・保健指導	8020表彰式	
	在宅高齢者等歯科訪問診療	
妊産婦歯科健診	訪問歯科衛生指導	
障害者 歯科診療		
在宅歯科 相談窓口		

## 5. 計画の推進体制

歯と口腔の健康づくりは、行政や関係者からの働きかけだけで実現できるものではなく、区民一人ひとりが歯と口腔の健康に関する意識を高め、自主的な取り組みへとつなげていくことが大切です。

区では、本計画に掲げた具体的施策、数値目標の達成を目指して個人、家庭、関係者及び行政が連携、協力し、ライフステージに応じたさまざまな施策に、一体的に取り組むとともに、生活習慣に関する正しい知識の普及を通じて、区民自らの取り組みを促進することにより、区民の歯と口腔の健康づくりを推進します。

### (1) 区の役割

区は国、東京都、医療関係団体等との連携を図りつつ、本計画に基づき、口腔ケアの提供体制の整備や人材育成、歯と口腔に関する情報提供及び普及啓発など、総合的に取り組みます。

### (2) 区民の役割

区民は歯と口腔に関する正しい知識を持ち、毎日適切なセルフケアを行なうよう努力します。また、「かかりつけ歯科医」を持ち、定期的な歯科健診を受け、年齢を重ねても健康で丈夫な歯を維持できるようにします。

### (3) 関係機関等の役割

区が実施する歯と口腔の健康づくりに関する施策に協力するとともに、区民が歯と口腔に関する正しい知識を持つことができるように指導や情報提供を行ないます。また、研修等を行ない、歯科保健関係者の資質の向上を図ります。

## 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

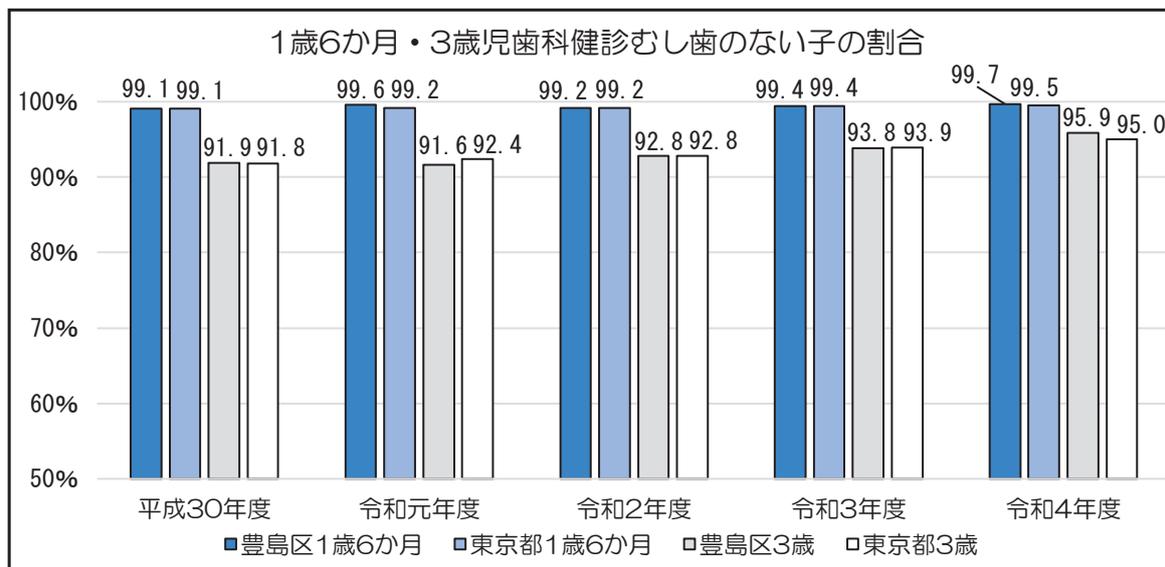
3歳児でむし歯のある子の割合は4.1%（令和4年度）であり、ライフコースの入り口である乳幼児期のむし歯の罹患率は全体としては減少傾向にあります。しかし、3歳児でむし歯のある子の割合4.1%のうち、むし歯を4本以上持つ子の割合は29%です。3歳児健診受診者全体のなかでは1.2%と少数ですが、「口腔崩壊」とも言われるようなむし歯が極端に多い子が存在し、健康格差が生じています。

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。

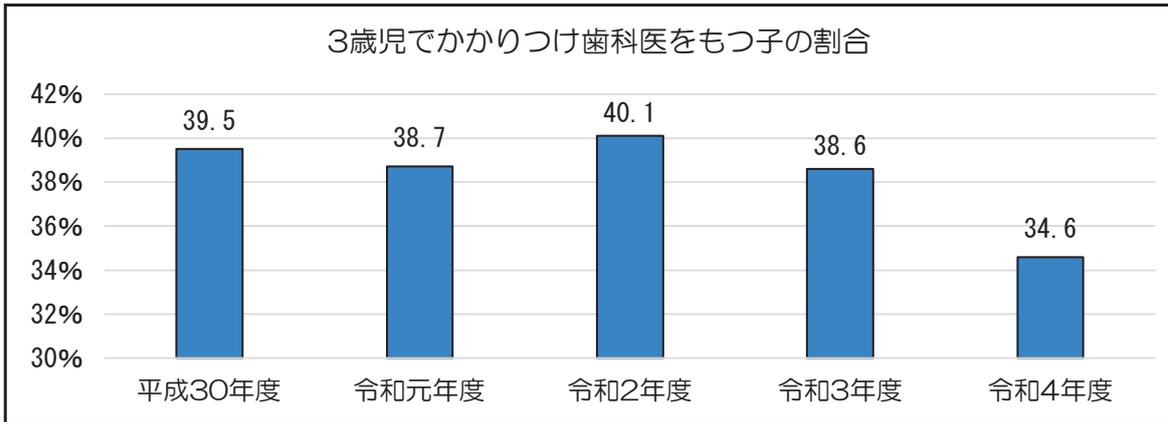
行政やかかりつけ歯科医は、母子健康手帳を、保健指導などを行なう際のコミュニケーションツールの一つとして活用し、健診事業や歯科診療の中で「気になる親子」や育児に困っている外国人世帯に気づいた場合には、関係機関と連携を図りながら適切な子育て支援に結びつける必要があります。

(※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

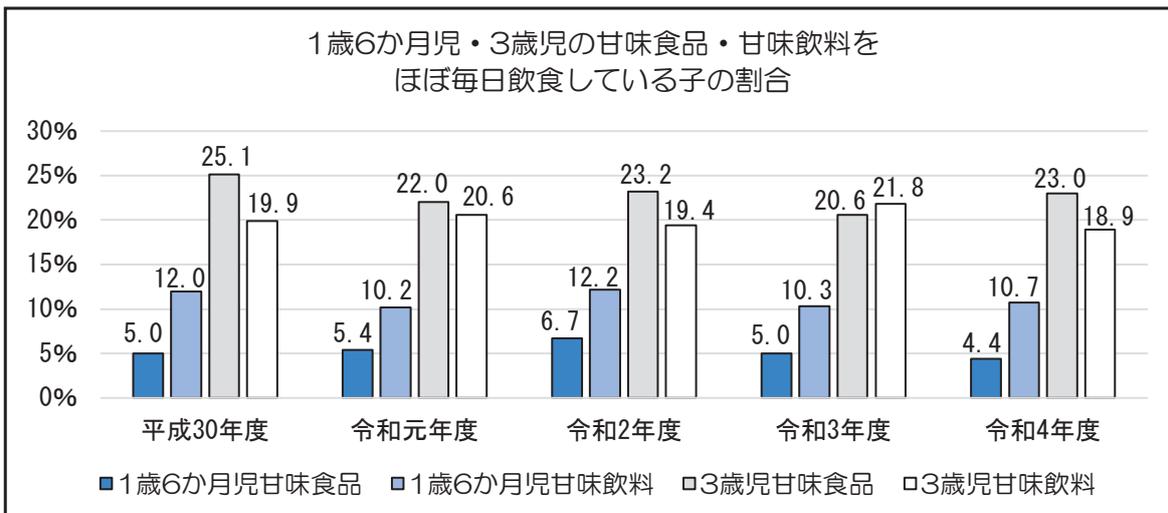


「3歳児歯科健診問診票」より

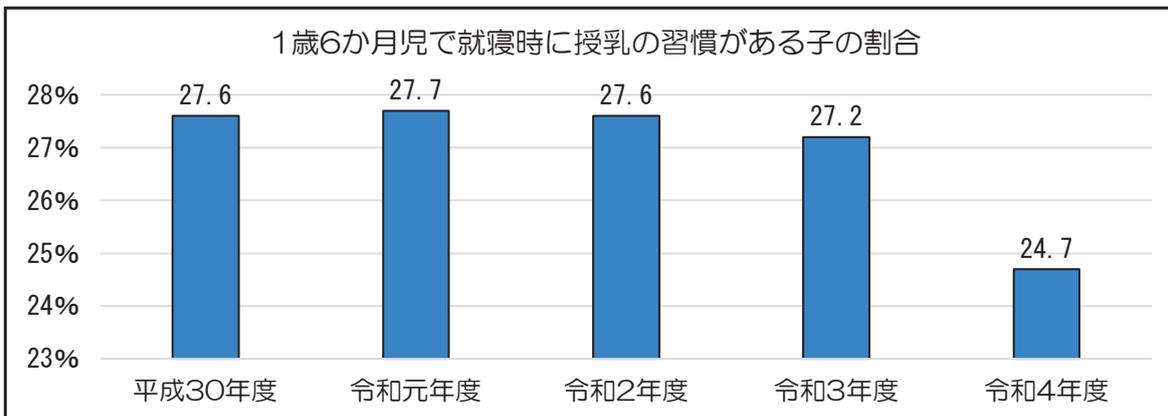
## ② 食習慣の状況

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%

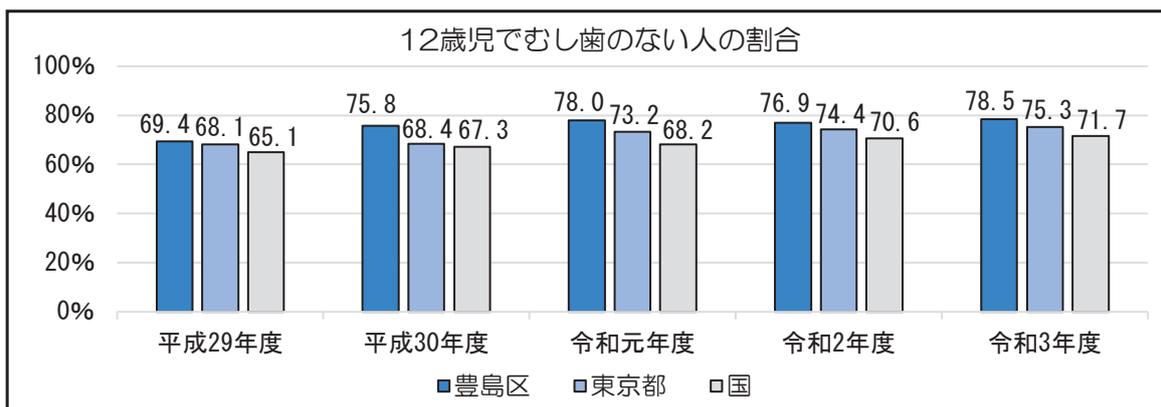
### (3) 学齢期【6歳～17歳】の特徴

- 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。

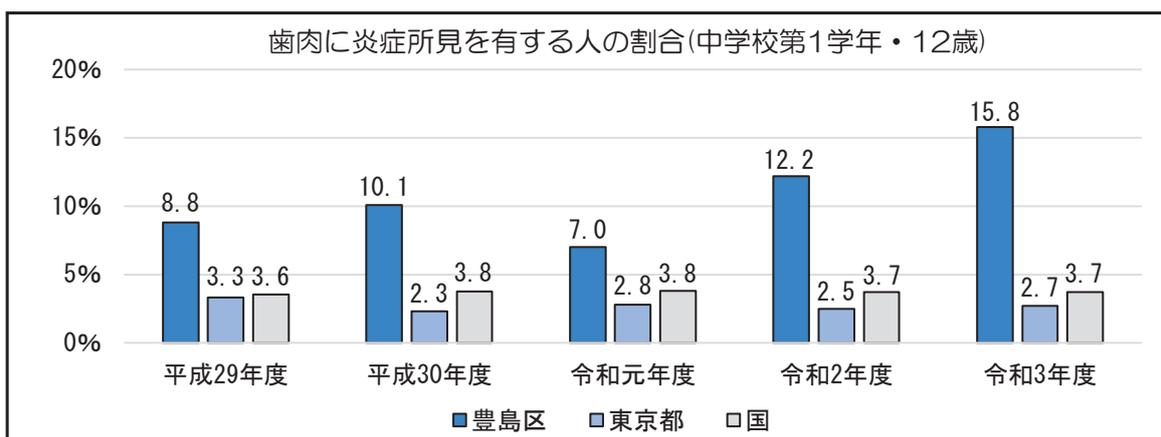


「学校保健統計調査」(文部科学省)、「東京都の学校保健統計書(定期健康診断疾病異常調査)」より

## 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 歯周病及び歯の喪失の予防対策を行ないます。</li> <li>② 歯と口腔に関する健康意識の向上に努めます。</li> <li>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。</li> </ul>

#### (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

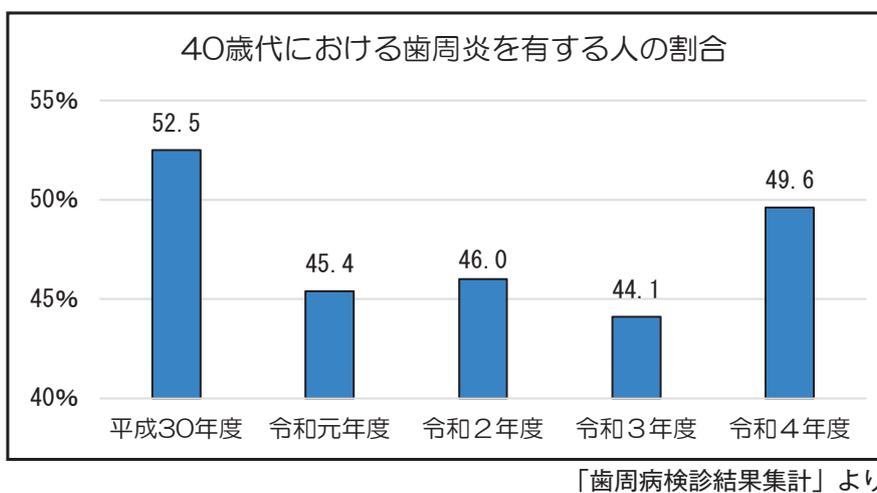
なる人が多くなります。

#### (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。

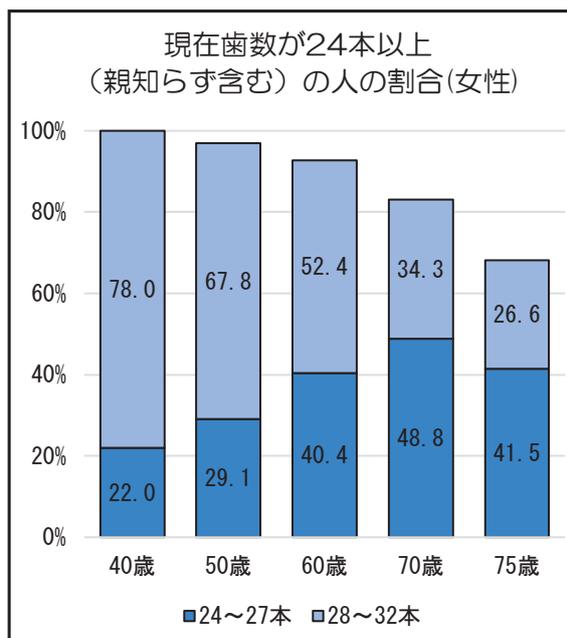
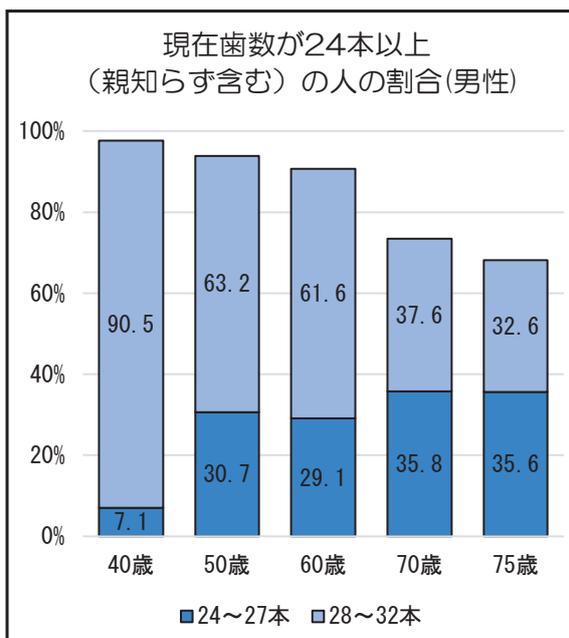
重症化を防ぐためには定期的な歯科検診と自宅での適切なセルフケアが重要です。受診率向上に向け、検診の受診勧奨策を検討するとともに、忙しい方でも受診可能な検診システムを構築する必要があります。



##### 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。

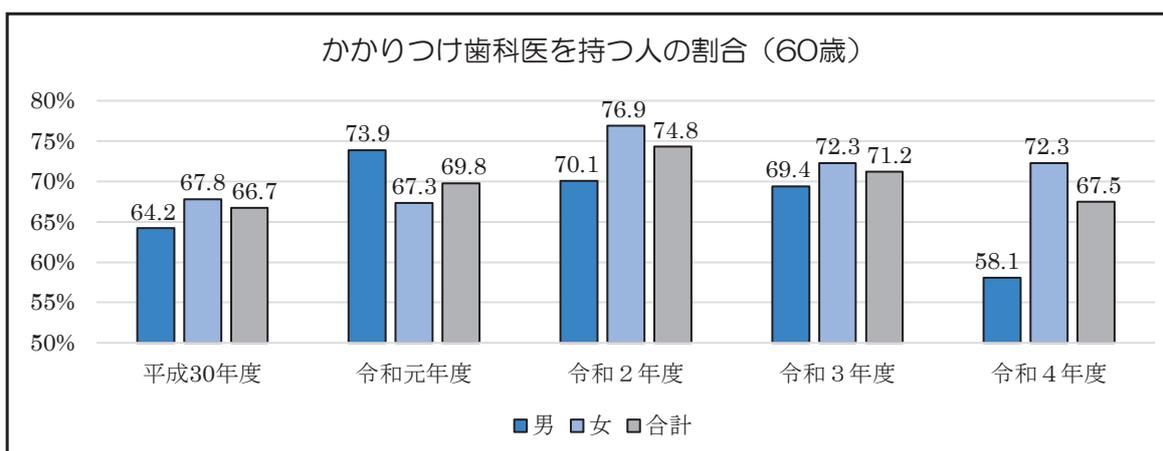


「歯周病検診結果集計 (令和4年度)」より

### 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。

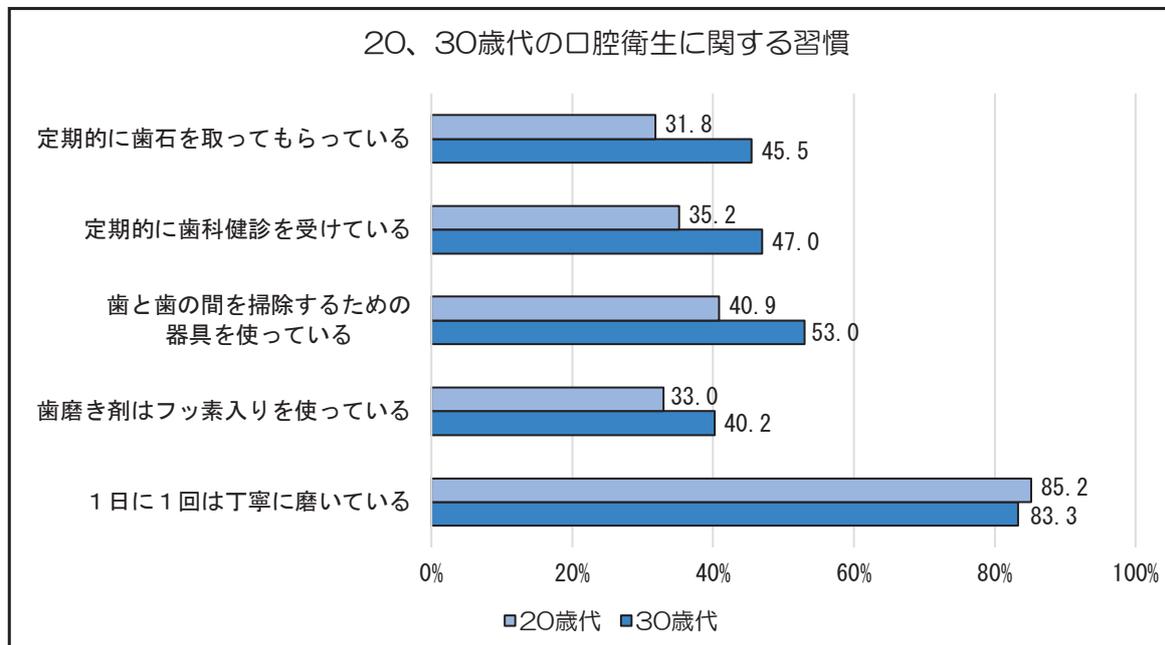


「歯周病検診 問診票集計結果 (平成30～令和4年度の平均)」より

### 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%

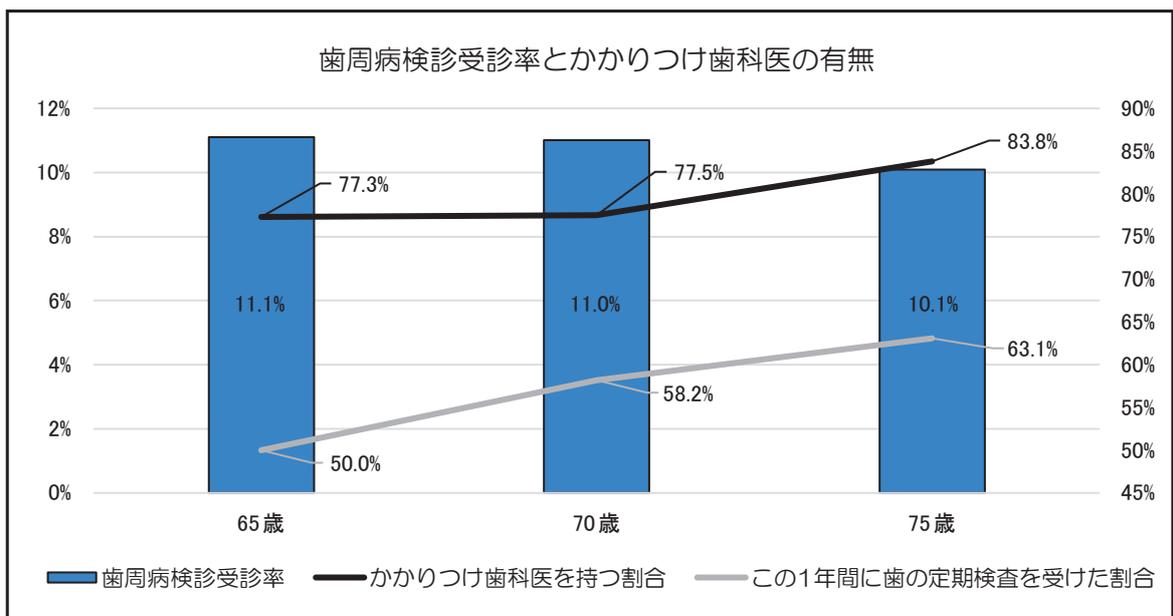
### (3) 高齢期（シニア世代）の特徴

- ・ 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。

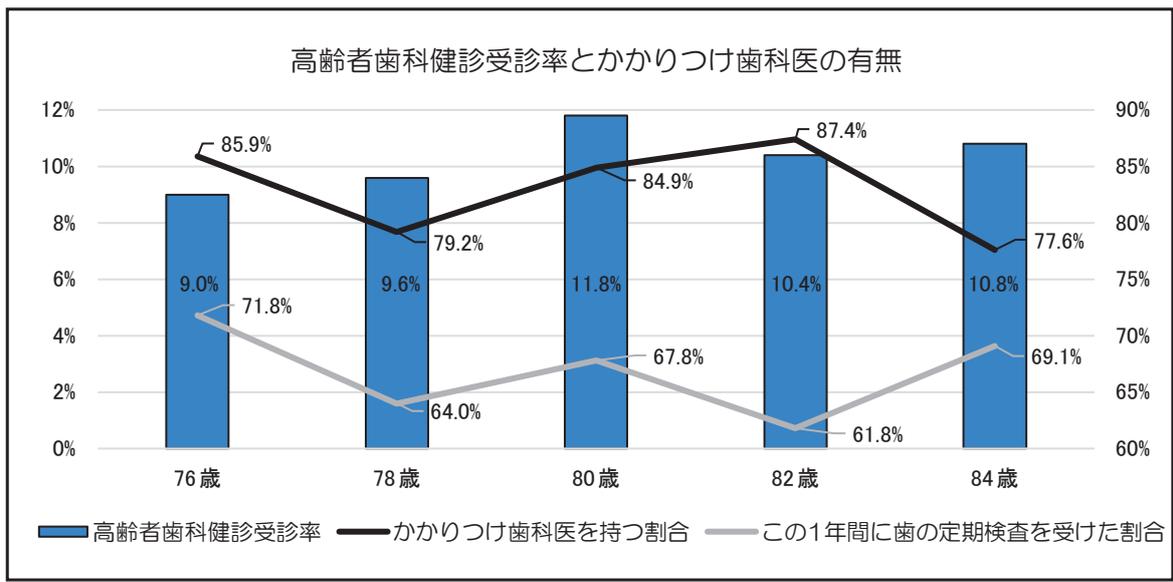
### (4) 現状と課題

#### 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

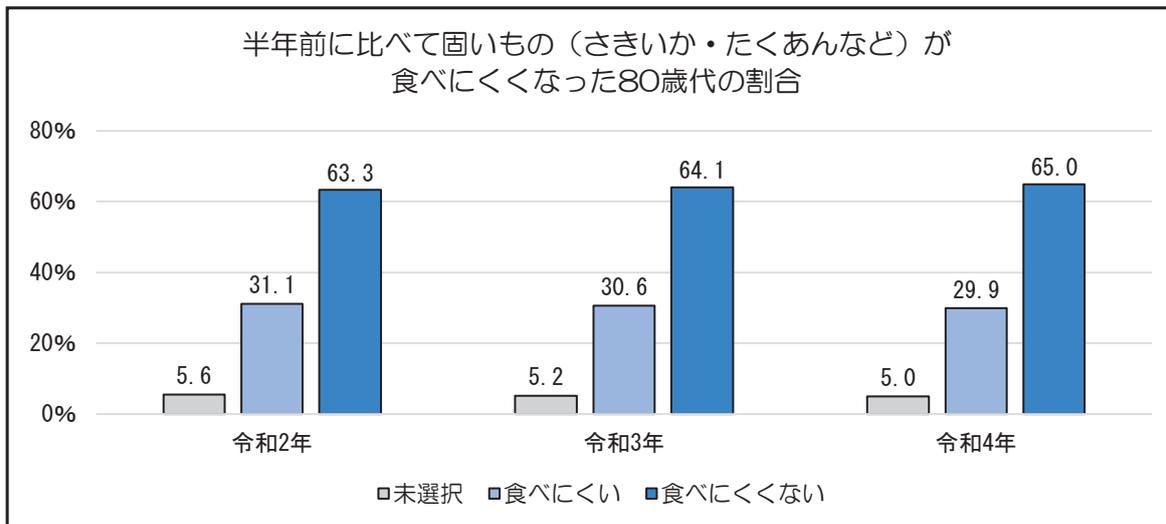
② 口腔機能の状況

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。

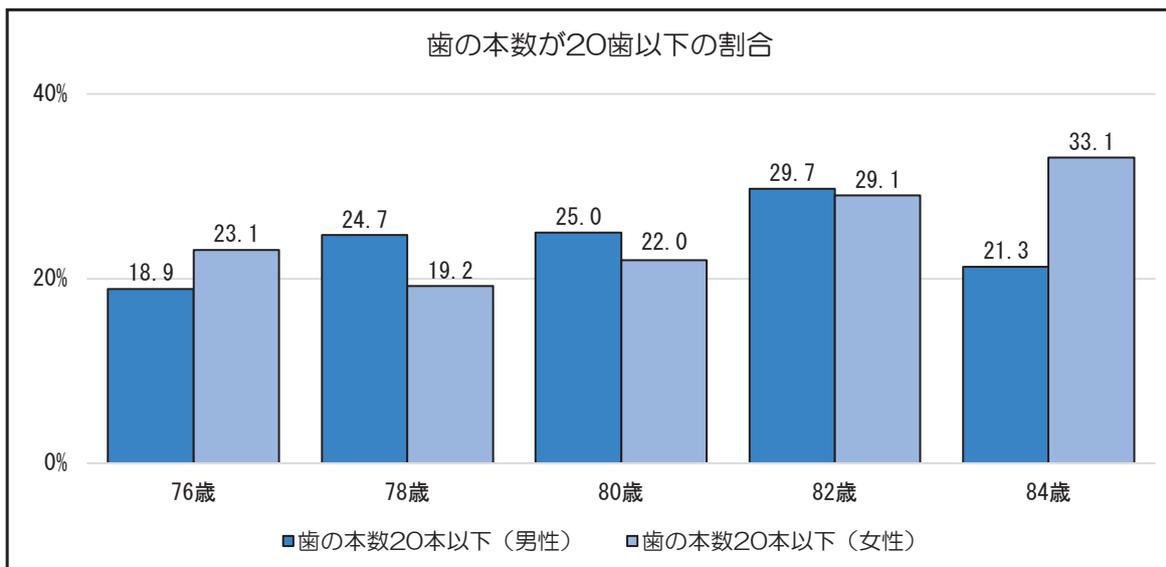
長寿健康診査質問票より「半年前に比べて固いもの（さきいか・たくあんなど）が食べにくくなったと答える80歳代の方は、毎年約3割おり、噛む機能の低下がみられます。

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。

## Ⅲ. 支援が必要な人の施策

### 1. 妊産婦

#### (1) 目標

実現したい人物像	妊婦自身と子の歯と口腔の健康管理ができる人
大目標	妊産婦と子の歯と口腔の健康づくりを支援します。
小目標	① 妊産婦のむし歯及び歯周病予防対策を行ないます。 ② 妊産婦歯科保健指導を推進します。

#### (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)
妊産婦歯科健診受診率	41.0%	令和5年版 豊島区の 保健衛生	43.0%	45.0%

#### (3) 妊産婦の特徴

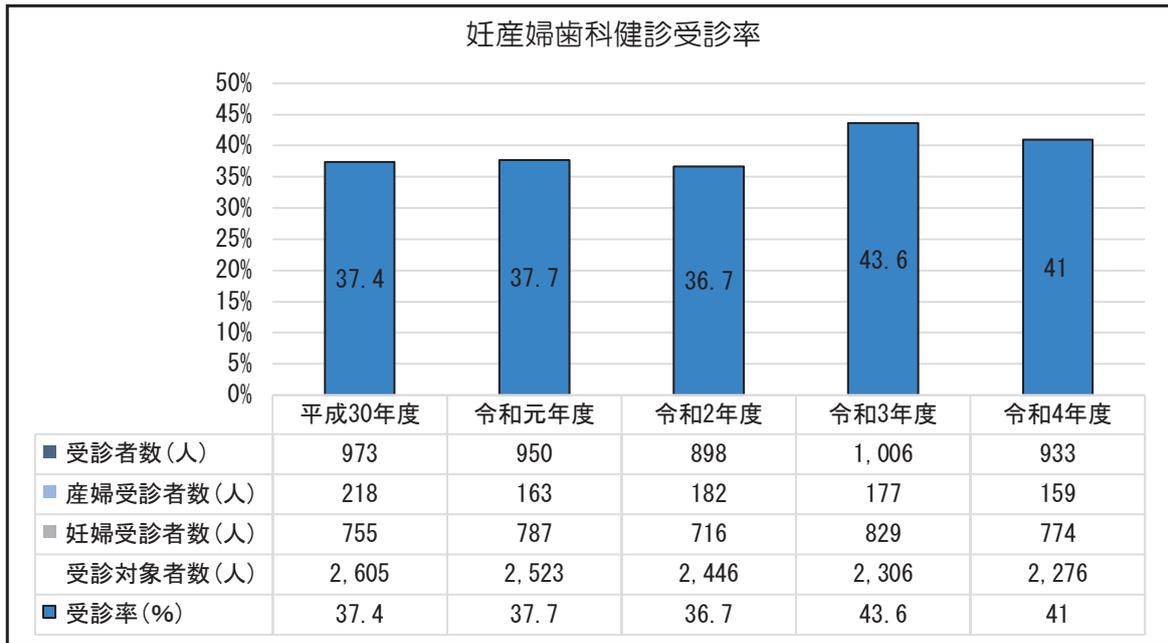
- ・妊娠中はホルモンバランスが崩れ、歯肉が腫れたり、食事が不規則になりがちで、十分な口腔ケアが難しくなり、口腔細菌が増殖しやすくなります。
- ・妊娠中に歯周病になると早産や低体重児出産の危険性が高いと言われています。
- ・産婦は、育児に追われ自身の口腔ケアは後回しになりがちです。

#### (4) 現状と課題

##### ① 妊産婦むし歯・歯周病の状況

###### i) 妊産婦歯科健康診査 受診率

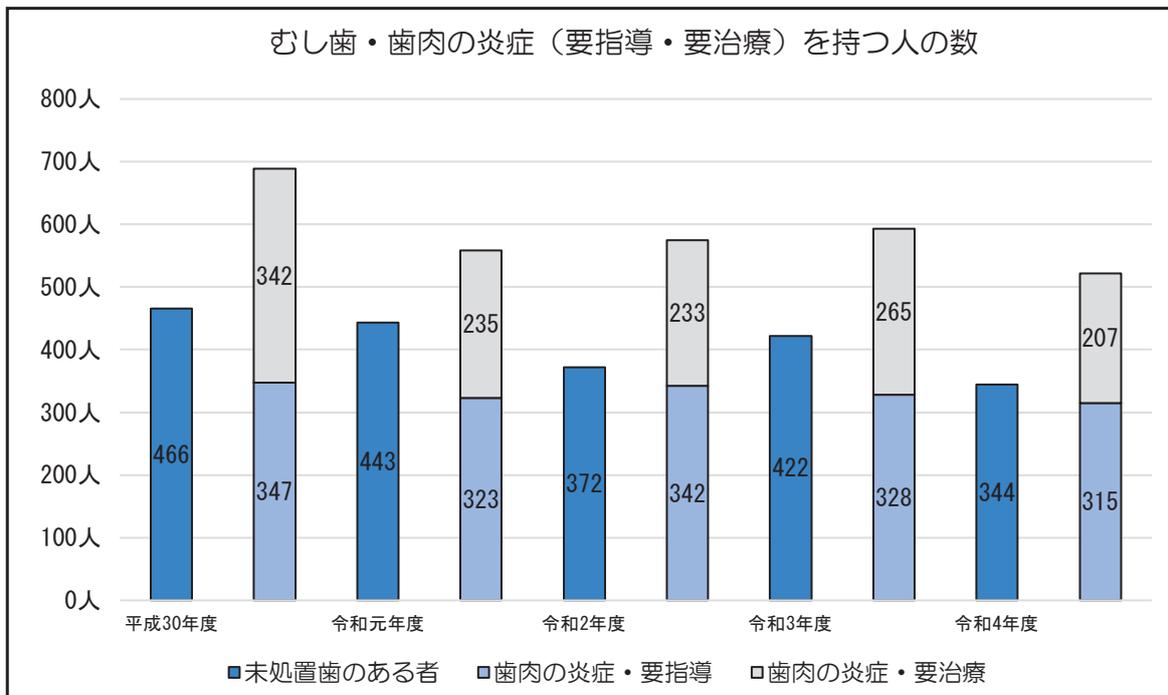
平成27年度から、妊娠中、もしくは産後1回歯科健診を受けられるように、東京都豊島区歯科医師会（以下、歯科医師会）に委託し歯科健診を実施しています。



「豊島区の保健衛生」より

## ii) 妊産婦のむし歯・歯周病り患

妊産婦のむし歯り患率は、92.2%で、そのうち、むし歯未処置歯を持つ人の数は344人で、全体の40%（令和4年度）です。歯周病の症状で、歯肉が腫れている人は全体522人（60.7%）、指導が必要な人が315人、治療が必要な人は207人（令和4年度）です。むし歯のある人や歯肉の腫れている人に対し、適切な歯科治療・保健指導が必要です。



「豊島区の保健衛生」より

## (5) 目標達成に向けた取り組み

### 重点 ① 妊産婦へ自身と子の口腔ケアへ向けた啓発（健康推進課／長崎健康相談所）

#### i) 妊産婦歯科健診の実施

妊産婦自身と子の口腔衛生を保つために、かかりつけ歯科医を持つきっかけづくりとして、妊産婦歯科健診を実施します。

#### ii) 歯科疾患の予防

母子健康手帳発行時に配布する「母と子の母子保健バック」の中に、妊娠中の歯科衛生に関するチラシ等を入れて、歯科疾患予防の啓発を行ないます。母親学級やパパママ準備教室で歯と口の健康について情報提供を行ないます。

乳児健診2日目で、保護者に向けて、乳児の口腔ケア及び自身の口腔ケアなど歯科疾患に対する予防の啓発を行ないます。

事業名（担当課）	事業内容
妊産婦歯科健康診査 （健康推進課）	妊娠中、もしくは、産後一年以内に1回、歯科健診及び歯科保健指導を実施。
パパママ準備教室 ・母親学級 （健康推進課／長崎健康相談所）	パパママ準備教室や母親学級などで歯と口の健康に関する情報提供を行なう。

## 2. 障害者、要介護者等

### (1) 目標

実現したい人物像	むし歯・歯周病予防のための歯みがき方法や義歯の手入れ等の口腔ケアの習慣が身についている人
大目標	障害者や要介護者が十分な歯科診療を受けられる環境を作ります。
小目標	① 適切な歯と口腔の健康づくりを行ないます。 ② 訪問歯科衛生指導を推進します。 障害者等歯科治療、在宅高齢者等歯科訪問診療を推進します。

### (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)
高齢者歯科健診受診率	10.2%	令和4年度高齢者歯科健診	10.6%	11.0%
在宅高齢者等歯科訪問診療件数(延人数)	3,729人	令和5年版豊島区の保健衛生	3,750人	3,770人
訪問歯科衛生指導件数(延人数)	7,080人	令和5年版豊島区の保健衛生	7,400人	7,700人

### (3) 現状と課題

#### ① 障害者、要介護者の歯と口腔の健康づくり

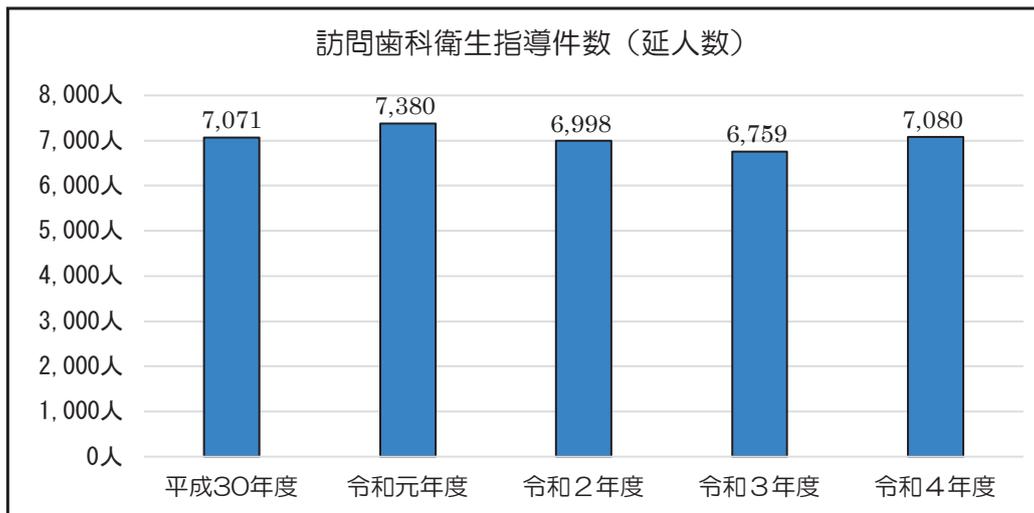
高齢者の増加に伴い、治療の必要があっても歯科診療所に通院できない患者の需要に応えるために、平成2年度から歯科医師会に委託し、在宅高齢者等歯科訪問診療を行なっています。また、平成11年度に障害者等歯科診療・休日応急歯科訪問診療を行なうための豊島区口腔保健センター「あぜりあ歯科診療所」を開設し、障害者等歯科診療や訪問診療を行なうようになりました。昨今、高齢者人口の伸びによる長寿化とともに、在宅医療の需要がさらに大きいものとなっています。

令和3年度から歯科医師会に委託し、76、78、80、82、84歳の区民を対象に、口腔機能評価に着目した高齢者歯科健診を実施し、さらに令和5年度からは要支援・要介護認定を受けた高齢者に対し訪問での健診も実施しています。

#### ② 訪問歯科衛生指導等の推進

現在、「あぜりあ歯科診療所」の歯科衛生士が在宅の要介護高齢者宅を訪問し、義歯の手入れ方法、歯周病予防の歯みがき方法などの専門的な指導を行なっています。過去5年間の

訪問歯科衛生指導件数（延人数）は7,000件前後で推移しています。

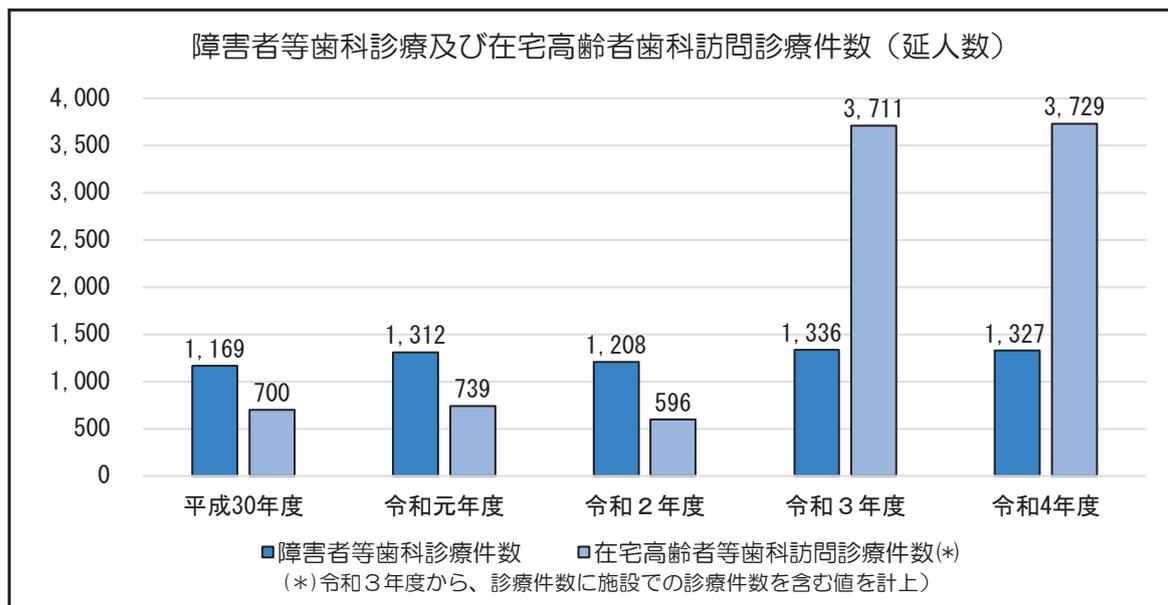


「豊島区の保健衛生（令和5年版）」より

### ③ 障害者等歯科診療、在宅高齢者等歯科訪問診療の推進

区における障害者等歯科診療及び在宅高齢者等歯科訪問診療は、一般の歯科診療所では十分に治療することが困難な障害者及び通院での治療が困難な要介護高齢者に対する歯科診療等を実施しています。

さらなる障害者等歯科診療及び在宅高齢者等歯科訪問診療の充実、発展のために、個々の歯科診療所での受け入れ態勢の拡大及び関係機関との連携に加え、医師会など他団体との協働により、より区民が安心して在宅歯科医療を受けやすい環境づくりが必要です。



「豊島区の保健衛生（令和5年版）」より

### ④ 摂食嚥下機能障害者への多職種アプローチの推進

加齢や病気により口の中の機能が低下していくと、噛む力や舌の動き、飲み込む力が弱く

なり、低栄養や誤嚥性肺炎を引き起こす要因となります。また、口から食べることが困難になれば経管栄養や中心静脈栄養による点滴でQOLが著しく損なわれます。

そこで多職種が関わり、食形態の変更や栄養面でのサポート、リハビリ訓練等を行なうことで口から食べられることを支援していく体制づくりが必要となります。

#### (4) 目標達成に向けた取り組み

##### 重点 ① 高齢者歯科健診 (地域保健課)

訪問実施による高齢者歯科健診を推進し、これまで健診受診が困難だった要支援・介護認定を受けた高齢者に対する受診機会の拡大を図ります。

##### ② 心身障害者及び要介護高齢者に対する歯科診療 (地域保健課)

一般の歯科診療所では十分に治療することが困難な障害者及び在宅での治療が困難な要介護高齢者に対し、「あぜりあ歯科診療所」において歯科診療等を実施します。

##### ③ 在宅高齢者等歯科訪問診療 (地域保健課)

治療の必要があっても歯科診療所に通院できない患者に対して、在宅高齢者等歯科訪問診療を実施します。

事業名 (担当課)	事業内容
在宅高齢者等歯科訪問診療 (地域保健課)	寝たきりなどの理由で歯科診療所へ通うことが困難な高齢者等に対して歯科訪問診療を実施する。

##### ④ 訪問歯科衛生指導 (地域保健課)

「あぜりあ歯科診療所」の歯科衛生士が介護老人施設や、在宅の要介護高齢者を訪問し、入れ歯の手入れ方法、歯周病予防の歯磨き方法などの専門的な指導を実施します。

事業名 (担当課)	事業内容
訪問歯科衛生指導 (地域保健課)	居宅から介護老人施設まで包括的に訪問歯科診療を展開し、歯科衛生指導を実施する。

##### ⑤ 摂食嚥下機能障害者へのアプローチ (地域保健課)

高齢者で誤嚥性肺炎を繰り返す方や禁食で退院してきてその後の機能評価がされていない方に対し、口腔・嚥下障害部会を中心とした多職種チームによるアプローチを行ないます。そして、多職種向けの講座の開催や、ICTを活用した情報共有の実施を行ないます。

また、障害者(児)等に対する、あぜりあ歯科診療所での摂食外来などの支援を行ないます。

## Ⅳ. 地域歯科医療を支えるための施策

### 1. 地域歯科医療体制の推進

#### (1) 目標

大目標	多職種が歯科診療や口腔ケアの重要性の共通認識を持ち、連携していくことにより、効果的かつ効率的な歯科保健医療を提供します。
小目標	① 歯科保健に関係する職種に対し、口腔ケアの意識を高め、知識と技術の普及啓発を行ないます。 ② 歯科治療や専門的な口腔ケアが必要な方に対し、医科歯科薬科の連携による、適切な歯科治療・口腔ケアの提供体制を整備します。 ③ 歯科保健・医療に関係する人の資質の向上を目指します。

#### (2) 現状と課題

##### ① 地域における歯科治療と口腔ケア

区では豊島区口腔保健センター「あぜりあ歯科診療所」において、一般の歯科診療所では十分な治療を受けることが困難な心身に障害がある方、要介護高齢者で口腔保健センターに通院可能な方への歯科診療と口腔ケア、または、在宅・介護施設・障害者施設等入所者へ歯科診療、口腔ケアを実施しています。

##### ② 多職種連携の推進

区では平成22年度から、豊島区在宅医療連携推進会議を開催しており、歯科医師も含めた多職種連携により、在宅療養患者を支えています。多職種の連携にあたっては、ICTの活用を推進し、歯科保健医療提供体制の構築と強化に取り組んでいます。また、在宅歯科医療に関しては、推進会議の下に口腔・嚥下（えんげ）障害部会を設置し、より専門的に在宅療養患者を支援するための検討を行なっています。（多職種連携の詳細はP.151「2. 在宅医療・介護連携の推進」参照）

##### ③ 豊島区歯科相談窓口

豊島区歯科相談窓口では、通院による歯科診療が困難なため、在宅または入所施設などで訪問歯科診療や訪問口腔ケアなどを希望する区民、医療機関、事業者などから相談を受け付けています。

また、がん患者の周術期における口腔ケア、その他の歯と口腔の健康全般に関する相談も受け付け、関係機関との連絡調整を行っています。

#### ④ 歯科保健に従事する人材確保・人材育成

介護や福祉分野において、歯科保健のニーズが増大し、歯科保健に従事する人材の確保が急務となっています。また近年、歯科保健医療に対するニーズが多様化しており、歯科医療関係者は、新しい知識、技術の習得が必要です。

さらに、歯と口腔の健康づくりを適切に、円滑に行なうために医療関係者（歯科専門職及び医師、薬剤師、保健師、看護師、栄養士等）及び福祉関係者、関係団体、教育関係者が理解を深め意識の向上を図ることが必要です。

豊島区口腔保健センター（あぜりあ歯科診療所）を運営している豊島区歯科医師会では以下のような研修や、国内外からの見学受け入れ等を行なっています。

- ・障害者歯科研修会
- ・救急蘇生研修会
- ・症例検討会
- ・学会参加による情報交換（障害者歯科学会、老年歯科学会等）
- ・歯科衛生士養成専門学校臨地実習（介護施設への訪問実習、障害者歯科診療見学等）
- ・都立病院（大塚・豊島・荏原）からの研修医受け入れ
- ・在宅高齢者等歯科訪問診療実地研修会
- ・豊島区内介護施設、介護事業所職員向け研修会  
「摂食嚥下障害について」「高齢者の口腔ケア」
- ・豊島区在宅医療連携推進会議 交流会  
「認知症の方への食支援について」

### (3) 目標達成に向けた取り組み

#### ① 豊島区歯科医師会との連携

治療における口腔ケアの必要性の普及啓発や抗がん剤の使用や放射線治療によって多発する口内炎等のケアや予防方法の講演会等の実施し、医科歯科薬科連携によるがん患者に対する口腔ケアの必要性を広く区民及び関係機関に対し、普及啓発していきます。

（がん予防・がん対策の推進の詳細はP.34参照）

事業名（担当課）	事業内容
がん患者への口腔ケアの普及啓発（地域保健課）	関係機関と連携し、医師・看護師・介護者等に対し療養中における口腔ケアの意識を高め、知識と技術の普及啓発を行なう。
在宅医療関係者への口腔ケアの普及啓発（地域保健課）	関係機関と連携し、医師・看護師・在宅療養患者本人・介護者等に対し在宅療養患者への口腔ケアの重要性の意識を高め、知識と技術の普及啓発を行なう。