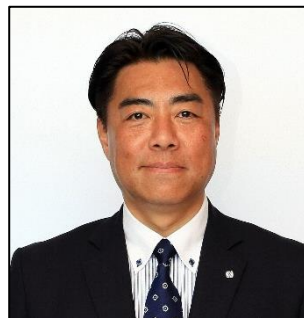


第 2 次沼津市歯科口腔保健計画

令和 3 年 3 月

沼津市

はじめに



生涯を通じて健やかで心豊かな生活を過ごすことは、誰もが願うことです。

中でも、歯と口腔の健康は全身の健康の原点であり、食べる喜び、話す楽しみなど豊かな人生を送るための基本であるとともに、生活習慣病や認知症の予防など全身の健康につながり、生涯にわたって心身の健康を保つうえで重要な要素の一つとなっております。また、近年では、歯と口腔機能の衰え（オーラルフレイル）を予防することにより、介護予防や他者との関わりといった社会参加を維持向上するためにも重要とされております。

本市では、平成25年10月に「沼津市民の歯と口の健康づくり条例」を制定しました。平成27年3月には「沼津市歯科口腔保健計画」を策定し、生涯を通じたむし歯・歯周病予防を実施し健康で質の高い生活を送ることを目標に、様々な施策に取り組んでまいりました。

近年の歯科口腔保健を取り巻く状況は、小児のむし歯が減少した一方、成人の歯肉炎・歯周炎を有する者の割合が改善しておらず、本市も同様の状況であります。また、国では令和元年5月に定めた「健康寿命延伸プラン」の疾病予防・重症化予防において、歯周病等の対策の強化を掲げており、歯科口腔保健施策の一層の推進が必要とされております。

これらを踏まえ、このたび令和3年度から5年間を計画期間とする「第2次沼津市歯科口腔保健計画」を策定いたしました。本計画では、「生涯を通じた歯と口腔の健康づくり推進による健康寿命の延伸・生活の質の向上」を基本理念とし、引き続き、市民・地域・関係団体の皆様と連携し、取組を推進してまいります。

終わりに、本計画の策定にあたり、ご尽力いただきました沼津市民健康増進会議及び沼津市民の歯と口の健康づくり会議の委員の皆様をはじめ、多くの貴重なご意見をいただきました市民の皆様にご心からお礼申し上げますとともに、計画推進に対して一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

令和3年3月

沼津市長 頼重 秀一

目次

第1章 計画の策定にあたって	1
1 計画策定の趣旨	1
2 計画の位置づけ	2
3 計画の期間	2
第2章 統計資料から見る沼津市の現状	3
1 人口	3
2 歯科口腔保健に関する現状	4
3 市民の歯と口の健康実態や意識	11
4 評価指標の達成状況	17
第3章 計画の基本的な考え方	18
1 基本理念	18
2 基本方針	18
3 計画の体系	20
第4章 施策の展開	21
1 妊娠期、乳幼児期、学童・思春期	22
2 青年・壮年期	26
3 高齢期	30
4 特別な配慮を要する者（障害者（児）・要介護者）	33
5 ライフステージ別の取組（市民）	36
6 ライフステージ別の取組（地域・関係団体・行政等）	38
第5章 計画の推進と評価	40
1 計画の推進体制	40
2 計画の進捗管理	41
第6章 参考資料	42
1 沼津市歯科口腔保健計画の策定体制	42
2 沼津市民健康増進会議条例	43
3 沼津市民健康増進会議委員名簿	44
4 沼津市民の歯と口の健康づくり条例	45
5 沼津市民の歯と口の健康づくり会議規程	47
6 沼津市民の歯と口の健康づくり会議名簿	48
7 沼津市歯科口腔保健計画策定委員会設置要綱	49

第1章 計画の策定にあたって

1 計画策定の趣旨

生涯を通じて自分の歯でしっかりと噛んで味わい、コミュニケーションを楽しむためには、歯と口腔の健康は欠かすことができません。近年では、歯と口腔の健康を維持向上させることは、生活習慣病予防などの全身の健康につながるだけでなく、オーラルフレイル（咀嚼・嚥下機能などの口腔機能の衰え）を予防することにより、介護予防や心の健康、他者との関わりといった社会参加を維持向上するためにも重要とされています。

国では、平成元年から、生涯自分の歯で食べるために「80歳になっても20本の歯を保つこと」を目標とした「8020（ハチマルニイマル）運動」を推進しています。さらに、歯科疾患の予防などによる口腔の健康保持の推進に関する施策を総合的に推進する「歯科口腔保健の推進に関する法律（平成23年8月）」の施行、及び、「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項（平成24年7月）」の制定がされました。

また、これに先立ち県では、「静岡県民の歯や口の健康づくり条例（平成21年12月）」が施行され、県は市町等との連携体制を構築し、県民の歯と口の健康づくりを図ることとなっています。そして、生涯にわたる県民の歯や口の健康づくりに関する施策の総合的かつ計画的な推進を図るため、歯や口の健康づくりに関する基本的な計画を定めるものとして、「静岡県歯科保健計画（平成23年3月）」を、その後、「第3次ふじのくに健康増進計画（平成26年～令和4年）」にあわせ、「第2次静岡県歯科保健計画（平成26年～令和4年）」を策定しました。

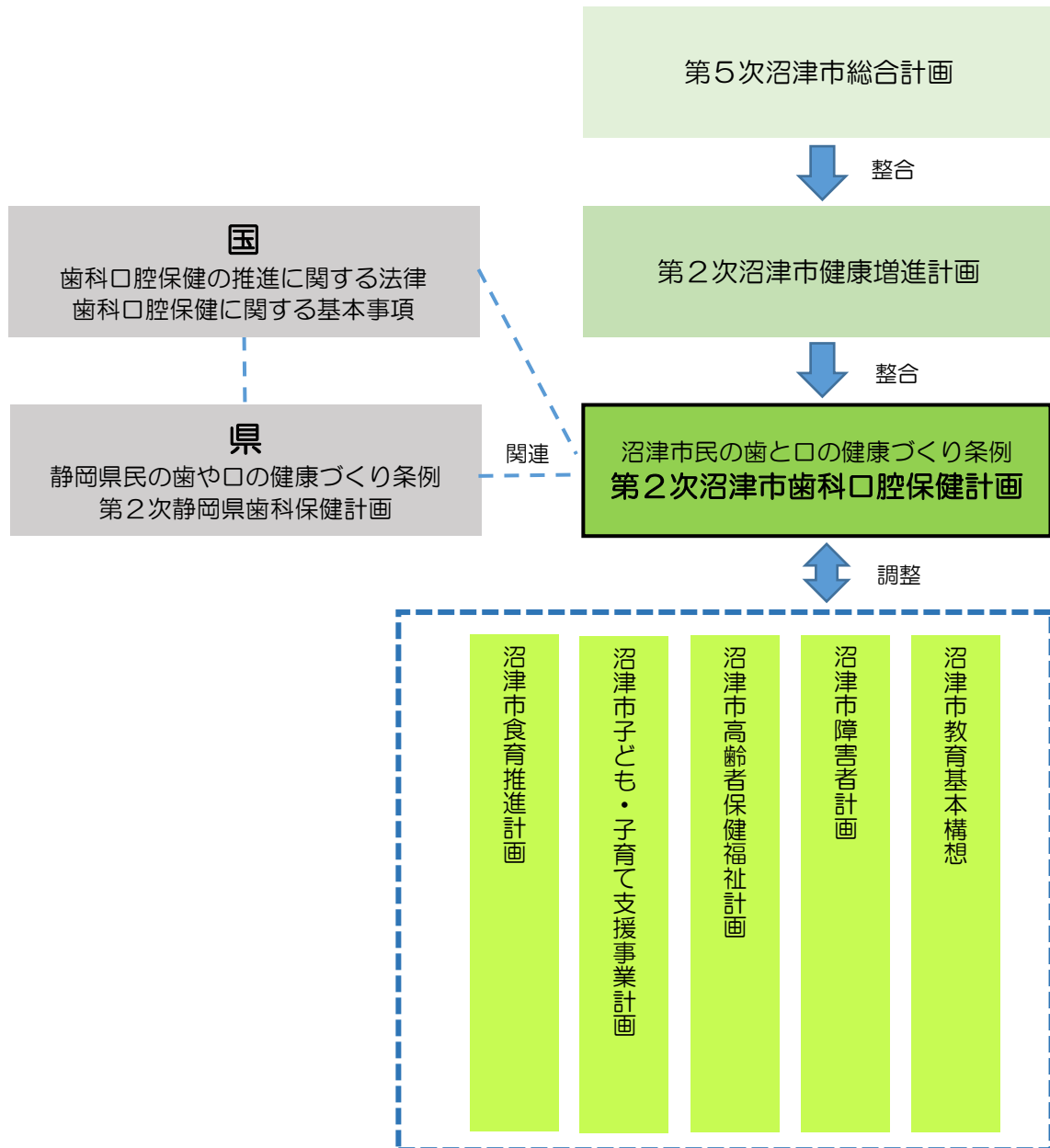
本市では、平成23年3月に策定した「沼津市健康増進計画」において「～生涯健康！笑顔で暮らせるまち ぬまづ～」を基本理念とし、健康領域の一つとして「歯・口の健康」を推進しました。その後、「沼津市民の歯と口の健康づくり条例（平成25年10月）」の施行及び「沼津市歯科口腔保健計画（平成27年度～令和2年度）」を策定し、生涯を通じたむし歯・歯周病予防を実施し健康で質の高い生活を送ることを目標に、歯科口腔保健の向上に取り組んできました。

その結果、乳幼児期から学童期においてう蝕（以下「むし歯」という）有病者率の減少などが見られた一方で、歯周炎を有する人の若年化や、定期的な歯科検診の必要性の認識不足等、新たな課題の発生も認められます。

これらを踏まえ、本市では市民が生涯にわたって健康で豊かな生活を営むために、むし歯や歯周病を予防するだけでなく、生活習慣病など疾病の予防や介護予防のためにもオーラルフレイル予防対策を推進し、「第2次沼津市歯科口腔保健計画」を策定します。

2 計画の位置づけ

本計画は、「沼津市民の歯と口の健康づくり条例」に基づき定めるもので、「第5次沼津市総合計画」を上位計画とし、本市が目指す健康づくりの基本的な方向性を示す「第2次沼津市健康増進計画」の個別実施計画として、他の計画との整合性を図りながら取組を推進します。



3 計画の期間

本計画の期間は、令和3年度から令和7年度までの5か年とします。

ただし、国・県の行政施策の動向や社会情勢の変化に即し、必要に応じて見直しを行います。

第2章 統計資料から見る沼津市の現状

1 人口

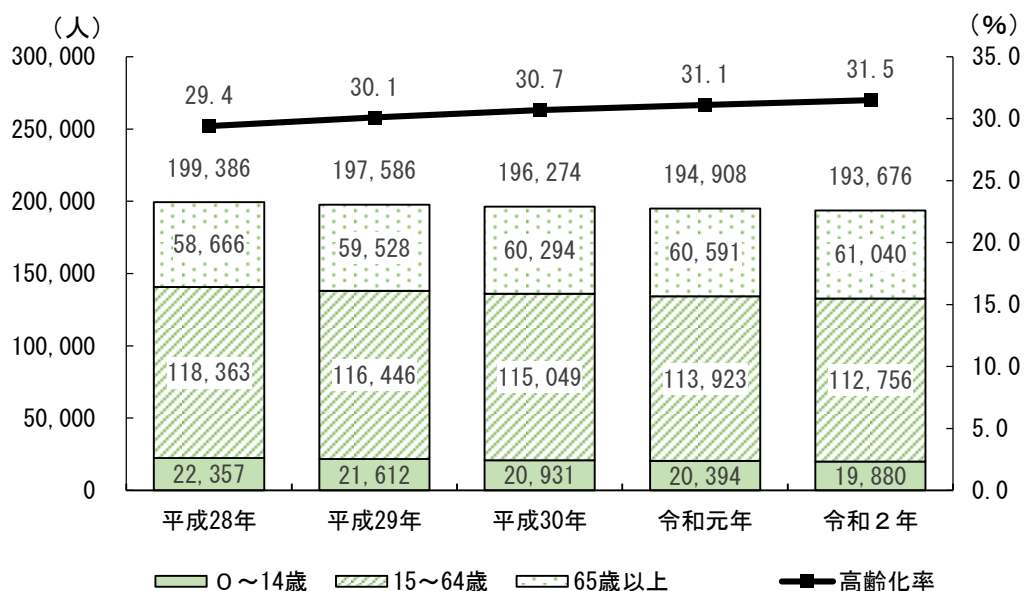
(1) 人口と世帯数の推移

本市の総人口では、令和2年に193,676人となっており、平成28年から減少し続けています。

年齢3区分別人口割合でみると、平成28年から令和2年までに0～14歳、15～64歳は減少、65歳以上は増加し続けており、高齢化が進んでいます。

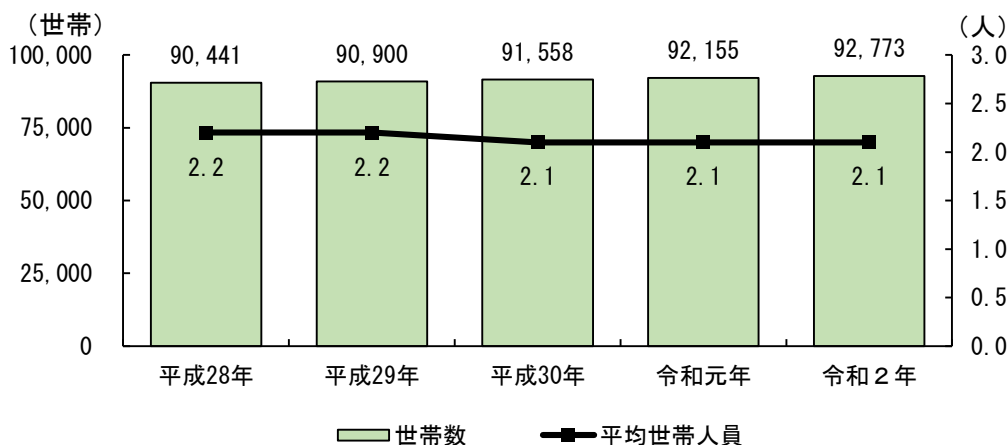
平均世帯人員の推移では、本市は令和2年に2.1人となっており、平成28年と比較してやや減少しています。このことから、単独世帯や核家族が増加していると見込まれます。

【沼津市総人口】



資料：沼津市住民基本台帳（各年10月1日現在）

【世帯数と平均世帯人員の推移】



資料：沼津市住民基本台帳（各年10月1日現在）

2 歯科口腔保健に関する現状

(1) 歯科健診結果

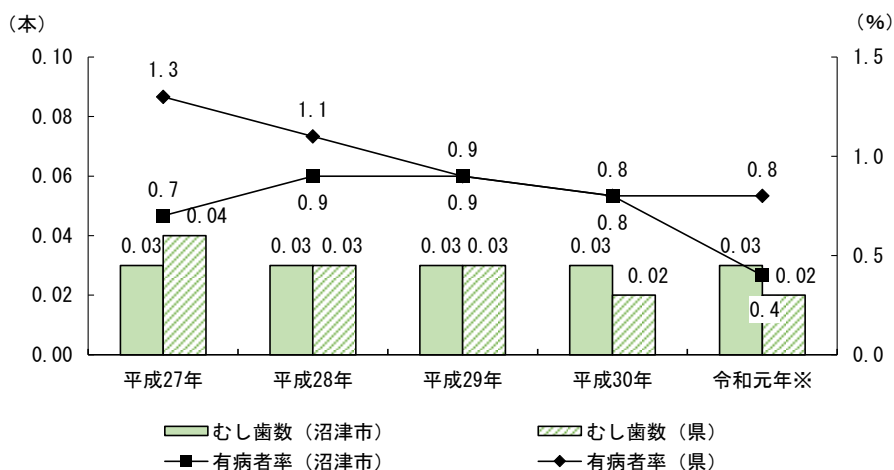
1歳6か月児のむし歯数では、平成27年から令和元年まで0.03本と同数です。有病者率では、令和元年に本市は0.4%で、県（暫定値）より低くなっています。

3歳児のむし歯数では、令和元年に0.23本となっています。有病者率では、令和元年に本市は7.1%で、県（暫定値）より低くなっています。

5歳児のむし歯数では、令和元年に1.14本となっています。有病者率では、令和元年に本市は30.0%で、県と同率となっています。

中学1年生のむし歯数では、令和元年に0.40本となっています。有病者率では、令和元年に本市は20.2%で、県より低くなっています。

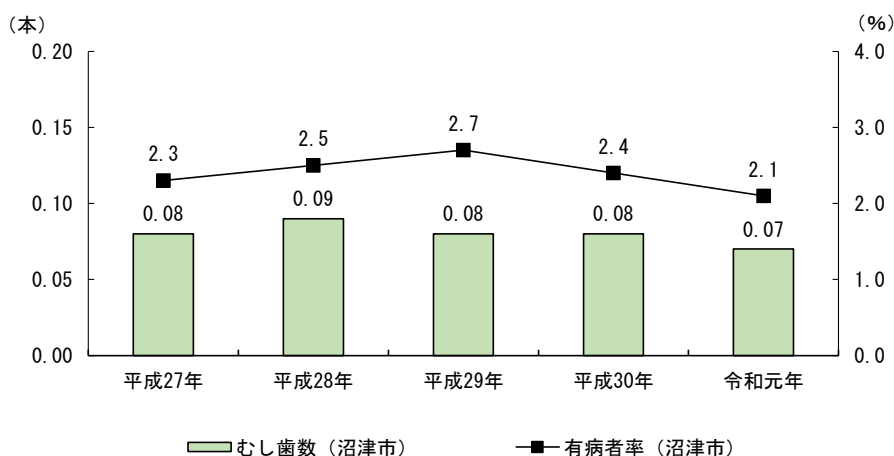
【有病者率・むし歯数の推移（1歳6か月児）】



※令和元年の県のむし歯数、有病者率は暫定値となります。

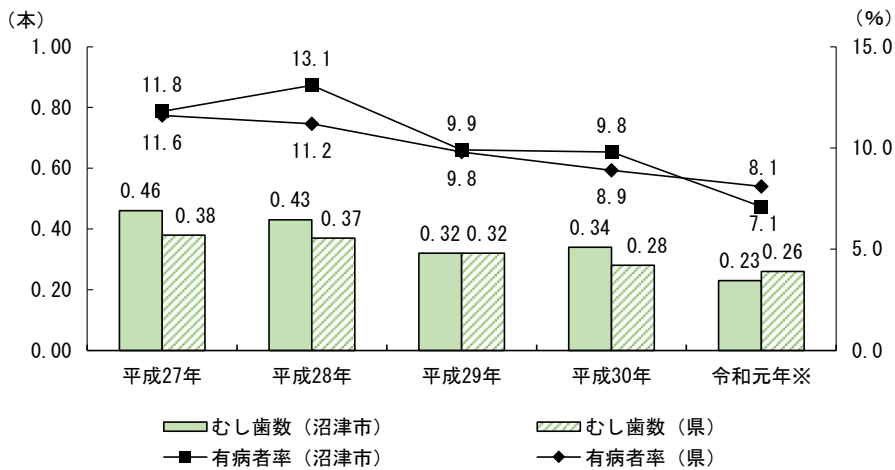
資料：静岡県1歳6か月児・3歳児歯科健康診査結果

【有病者率・むし歯数の推移（2歳児）】



資料：健康づくり課調べ

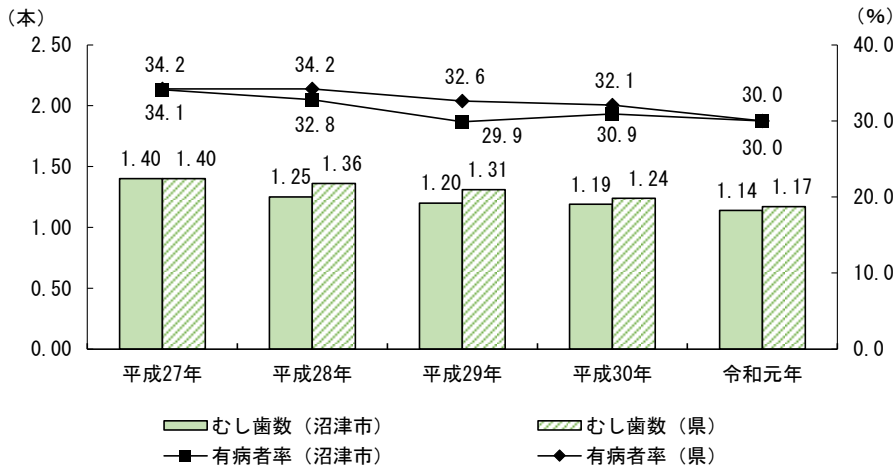
【有病者率・むし歯数の推移（3歳児）】



※令和元年の県のむし歯数、有病者率は暫定値となります。

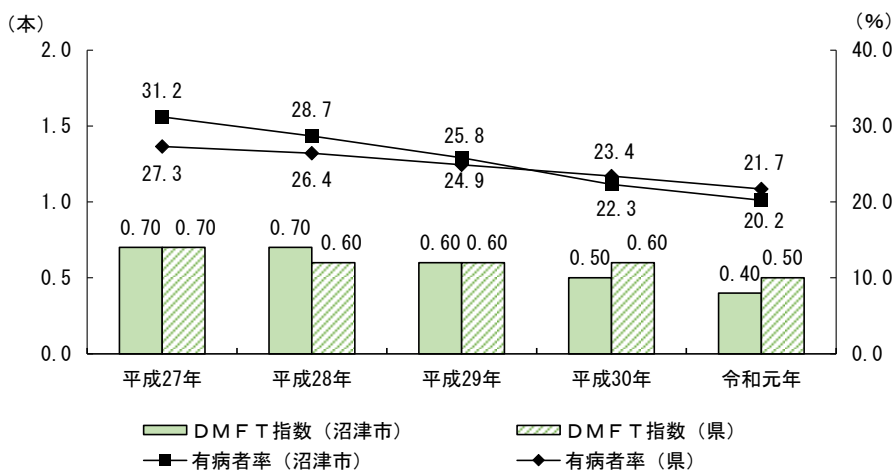
資料：静岡県1歳6か月児・3歳児歯科健康診査結果

【有病者率・むし歯数の推移（5歳児）】



資料：静岡県5歳児歯科調査結果

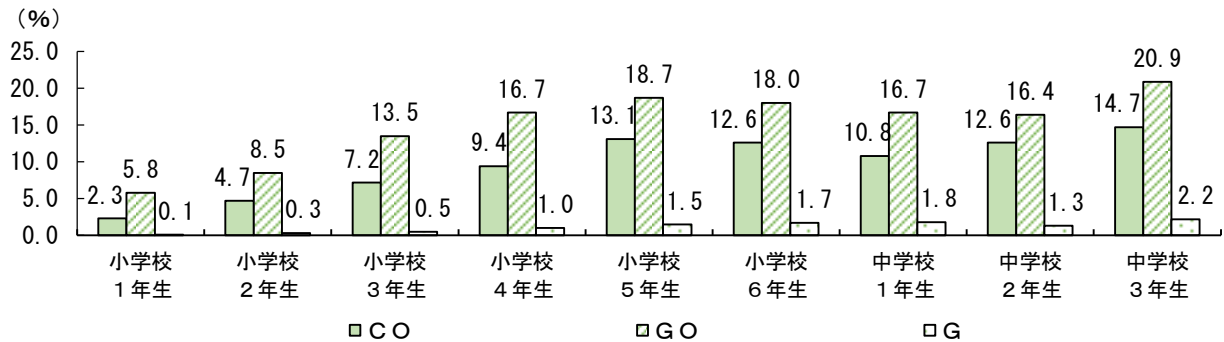
【有病者率・むし歯数の推移（中学1年生）】



※DMFT指数：集団における永久歯列のう蝕罹患状態を表す指数。集団の1人の平均値を表します。

資料：静岡県歯科医師会発行令和元年度学校歯科保健調査結果

【学齢期のC O・G O・G保有者率（％）】



資料：静岡県歯科医師会発行令和元年度学校歯科保健調査結果

C O：むし歯の初期症状が疑われる

G O：歯肉に軽度の炎症症状を認める

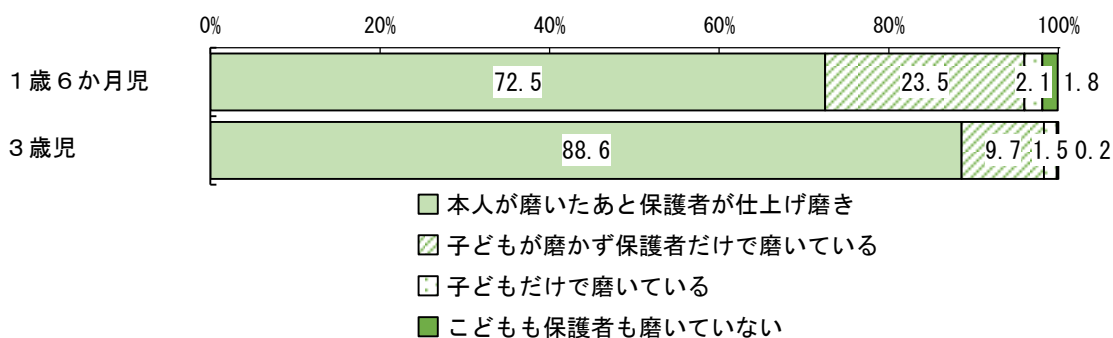
G：あきらかに歯肉に炎症症状を認める

（２） 幼児健診での歯科アンケート結果

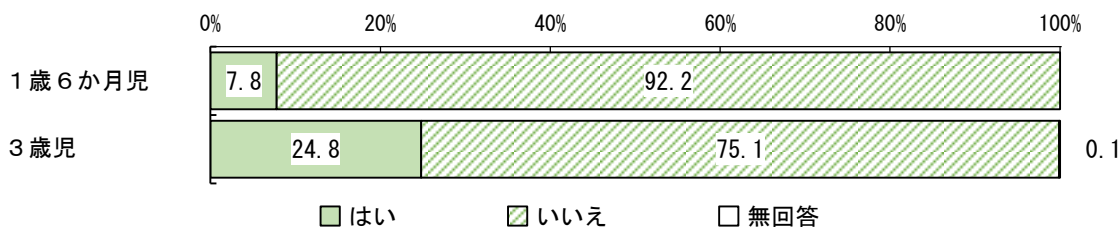
本人が磨いたあと保護者が仕上げ磨きをしている児の割合は、３歳児で88.6%となっていますが、フロスの使用は24.8%に留まっています。

子どものかかりつけ歯科医をもつ親の割合は、３歳児で43.3%です。

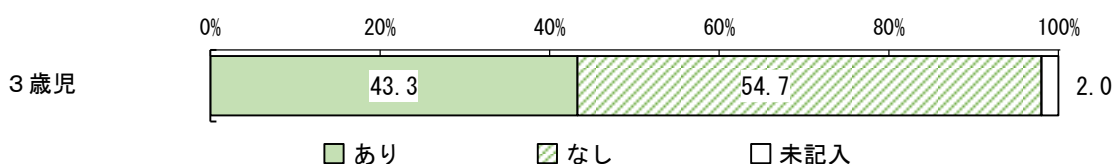
【歯磨きをしていますか】



【デンタルフロスを使っていますか】



【子どものかかりつけ歯科医がいますか】



資料：健康づくり課調べ（令和元年度）

(3) 歯周病検診の結果

①歯周病検診の受診状況・結果

歯周病検診の受診状況では、受診率は1%を下回っています。
受診結果については、受診者の約6割は精密検査が必要です。

【歯周病検診の受診状況・結果】

	回数 (回)	対象者数 (人)	受診者数 (人)	受診率 (%)	結果		
					異常なし (人)	要指導 (人)	要精検 (人)
平成27年度	45	70,747	1,022	—	128	126	768
平成28年度	45	169,956	1,032	0.6	141	193	698
平成29年度	46	168,853	1,046	0.6	155	237	654
平成30年度	60	168,131	1,105	0.7	187	234	684
令和元年度	34	167,353	1,012	0.6	175	252	585

資料：健康づくり課調べ

②年代別歯周病有病率

歯周病有病率は30歳代から増加し、2人に1人は歯周病に罹患しています。
また、50歳代以降の有病率は受診者の7割以上を占めています。

【年代別歯周病有病率】

	受診者数 (人)	CPI個人コード 歯周ポケット1以上	
		有病数 (人)	有病率 (%)
20歳代	35	11	31.4
30歳代	121	60	49.6
40歳代	127	63	49.6
50歳代	95	68	71.6
60歳代	127	97	76.4
70歳代	145	105	72.4
80歳代以上	49	37	75.5
合計	699	441	63.1

※CPIコード：CPI (Community Periodontal Index)

※歯周ポケット1以上は、深い歯周ポケットがあり、歯周病の治療が必要です。

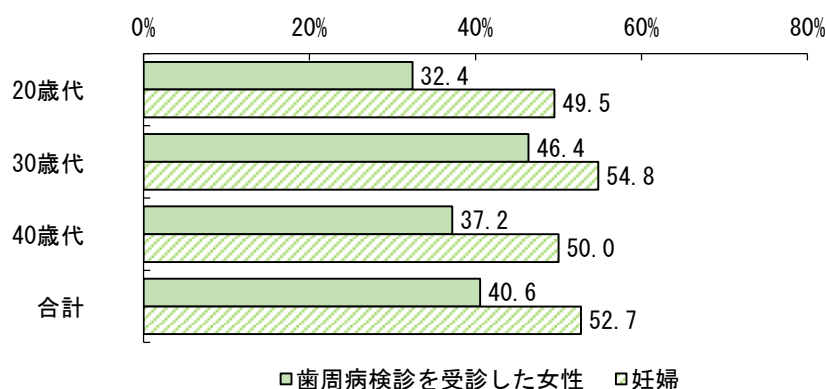
資料：健康づくり課調べ（令和元年度）

③妊婦歯科健診の歯周病有病率

妊婦歯科健診における妊婦の歯周病有病率では、20～40歳代全ての年代でおよそ50%台となっています。

歯周病検診を受診した妊婦以外の女性と比べ、妊婦は歯周病有病率が高くなっています。

【妊婦の年代別歯周病有病率】

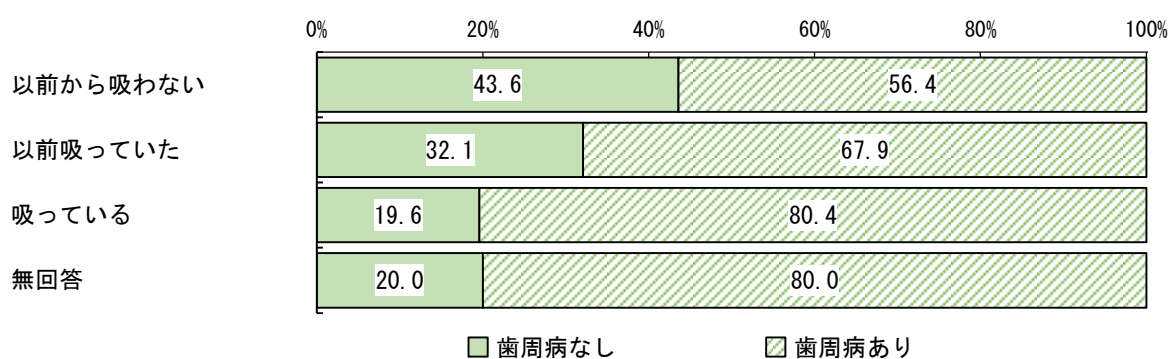


資料：健康づくり課調べ（令和元年度）

④歯周病と喫煙の状況

歯周病のある人の割合を喫煙習慣別にみると、以前からたばこを吸わない人に比べて、以前吸っていた人、吸っている人では歯周病がある人の割合が高くなっています。

【歯周病と喫煙の状況】



※歯周病あり：歯周ポケットが深い人を「歯周病あり」としています。

資料：健康づくり課調べ（令和元年度）

⑤喫煙者の歯周病有病状況

「歯周ポケット1以上」では、50歳代以降、「歯肉出血あり」では30歳代以降、有病率が高くなっています。

【年代別歯周病有病状況（喫煙者）】

	喫煙あり 受診者 (人)	歯周ポケット1以上		歯肉出血あり	
		有病数(人)	有病率(%)	有病数(人)	有病率(%)
20歳代	2	1	50.0	1	50.0
30歳代	4	2	50.0	3	75.0
40歳代	18	12	66.7	14	77.8
50歳代	13	12	92.3	11	84.6
60歳代	7	7	100.0	5	71.4
70歳代	2	2	100.0	2	100.0
80歳以上	0	0	0.0	0	0.0
合計	46	36	78.3	36	78.3

資料：健康づくり課調べ（令和元年度）

（４） ８０２０の達成状況

８０２０の達成状況では、本市は41.0%で、国・県よりも低くなっています。

【80歳で20本以上の歯をもっている人の割合（75～84歳）】

	達成率	
市	41.0	
県	男性	47.1
	女性	49.0
国	51.2	

※県は70歳以上の男女別、また「20～23本」と「24本以上」それぞれの割合（%）を合計した数値です。

資料：市：長寿福祉課（令和元年度介護予防・日常生活圏域ニーズ調査）

県：平成28年度健康に関する県民意識調査

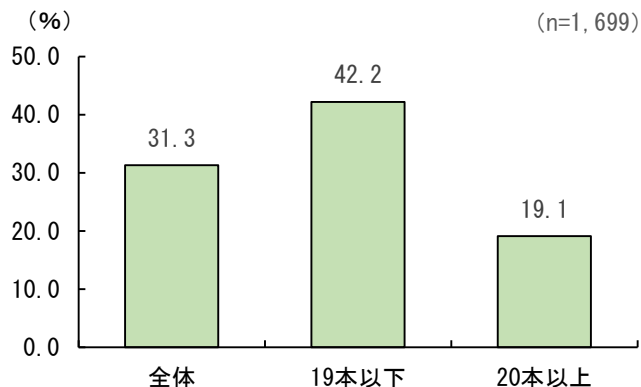
国：平成28年歯科疾患実態調査

（５） 高齢者の口腔の状況

高齢者の口腔機能低下者の割合では、全体で31.3%となっています。

歯の本数が19本以下の口腔機能低下者の割合は42.2%で、全体と比較して高くなっています。

【歯の本数と口腔機能低下者※の割合の状況】



資料：長寿福祉課（令和元年度介護予防・日常生活圏域ニーズ調査）

※口腔機能低下者：下記の質問で3項目中2項目以上「はい」に該当する者

質問：半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか・・・「はい」回答者割合 36.3%

質問：お茶や汁等でむせることがありますか・・・「はい」回答者割合 31.8%

質問：口の渇きが気になりますか・・・「はい」回答者割合 33.0%

（６） 歯科診療所の状況

歯科診療所の状況では、本市では129か所となっています。人口10万人当たりの歯科診療所数は、本市は65.7か所で、県よりも多くなっています。

【歯科診療所の状況】

	歯科診療所数	人口10万人当たりの 歯科診療所数
市	129	65.7
県	1,770	48.4

資料：厚生労働省「医療施設調査」（平成30年度）

3 市民の歯と口の健康実態や意識

「第2次沼津市歯科口腔保健計画」の策定にあたり、市民の歯と口の健康への意識や日常生活の状況を把握するため、歯と口の健康づくりについて、「令和元年度第46回市民意識調査」を実施しました。

以下に抜粋を掲載します。

【アンケート調査の概要】

調査区域：沼津市全域

調査対象：満18歳以上の市民

抽出方法：住民基本台帳データより等間隔無作為抽出

調査方法：郵送及びインターネットによる回答

調査期間：令和元年6月18日（火）～7月1日（月）

発送数：2,100人（男1,079人・女1,021人） 配達不能数：7人

【回収結果】

回収数：963票

（うち、インターネットによる回答 104票）

未回収数：1,130票

回収率：46.0%

【注意事項】

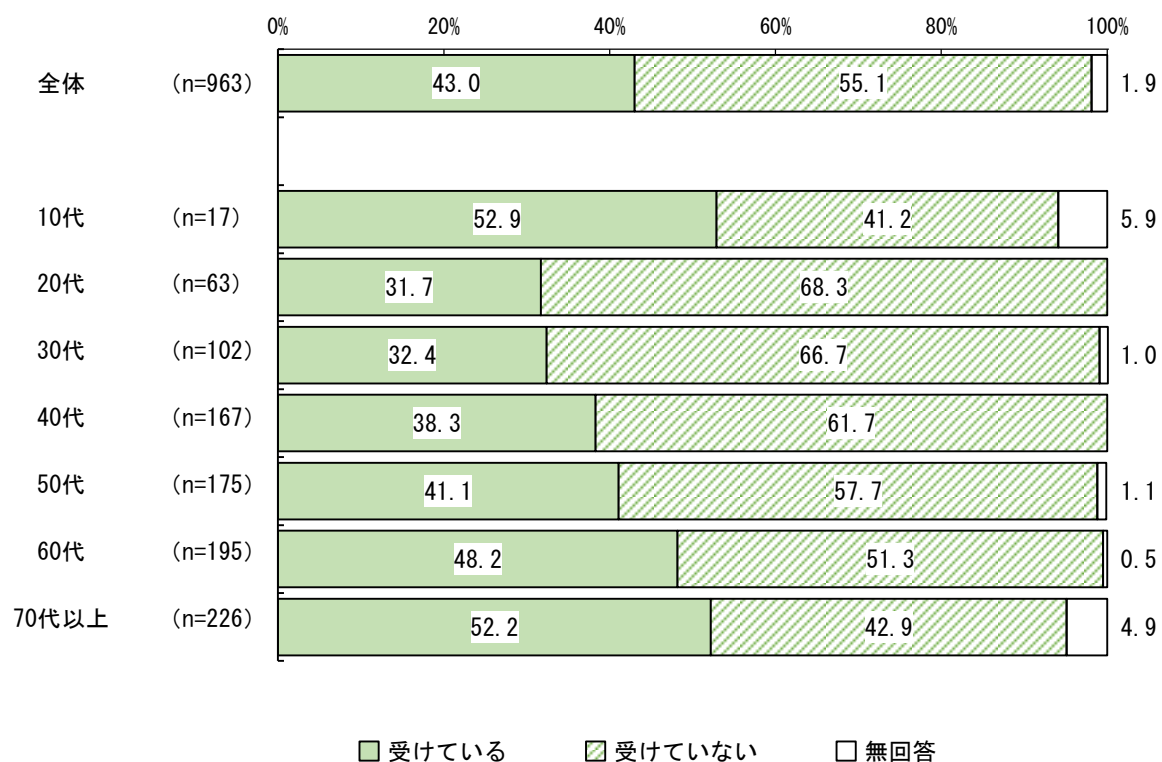
1. 結果は百分率で表示します。数表の百分率は少数点以下第2位を四捨五入しました。その結果、個々の比率の合計が100%にならないことがあります。
2. 複数の回答をすることができる質問の場合は、回答数の合計を割った比率であり、その値は100%をこえます。
3. 無回答及び無効回答を、あわせて無回答と表示しています。

(1) 定期的な歯の検診

問：あなたは、予防のために1年に1回以上、定期的な歯の検診を受けていますか。(○は1つ)

定期的な歯の検診を、「受けている」と回答した人が43.0%となっています。

年代別にみると、10代が52.9%と最も高いが、20代で31.7%に低下し、年齢が高くなるにつれ再び高くなり、70代以上は52.2%となっています。

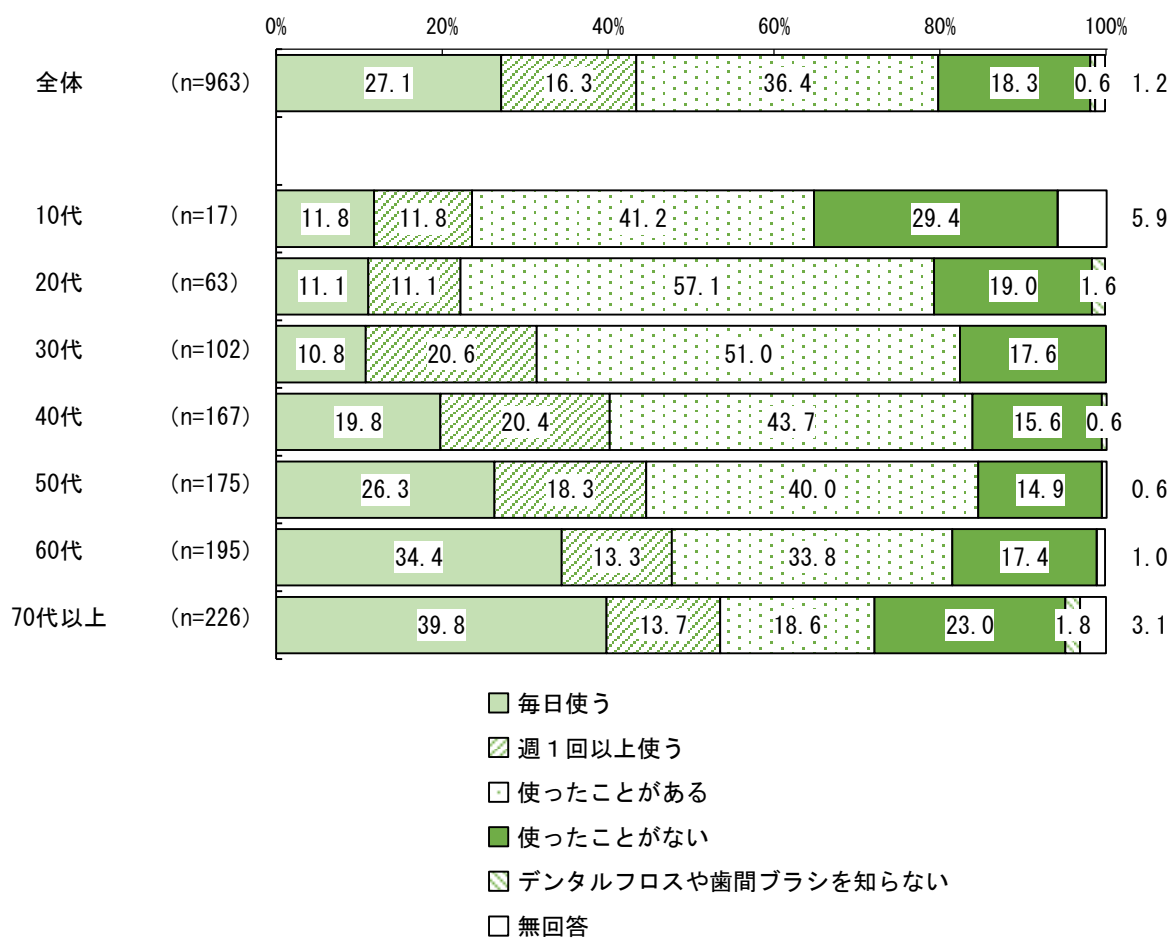


(2) 歯間清掃用具使用

問：あなたは、デンタルフロス・糸（付）ようじや歯間ブラシを使用していますか。（○は1つ）

歯間清掃用具を、「毎日使う」・「週1回以上使う」と習慣的に使用する人は、43.4%となっています。

年代別にみると、習慣的に使用したことがある割合は10代から30代で少なく、年齢が高くなるにつれ、高い傾向にあります。



(3) 歯の本数

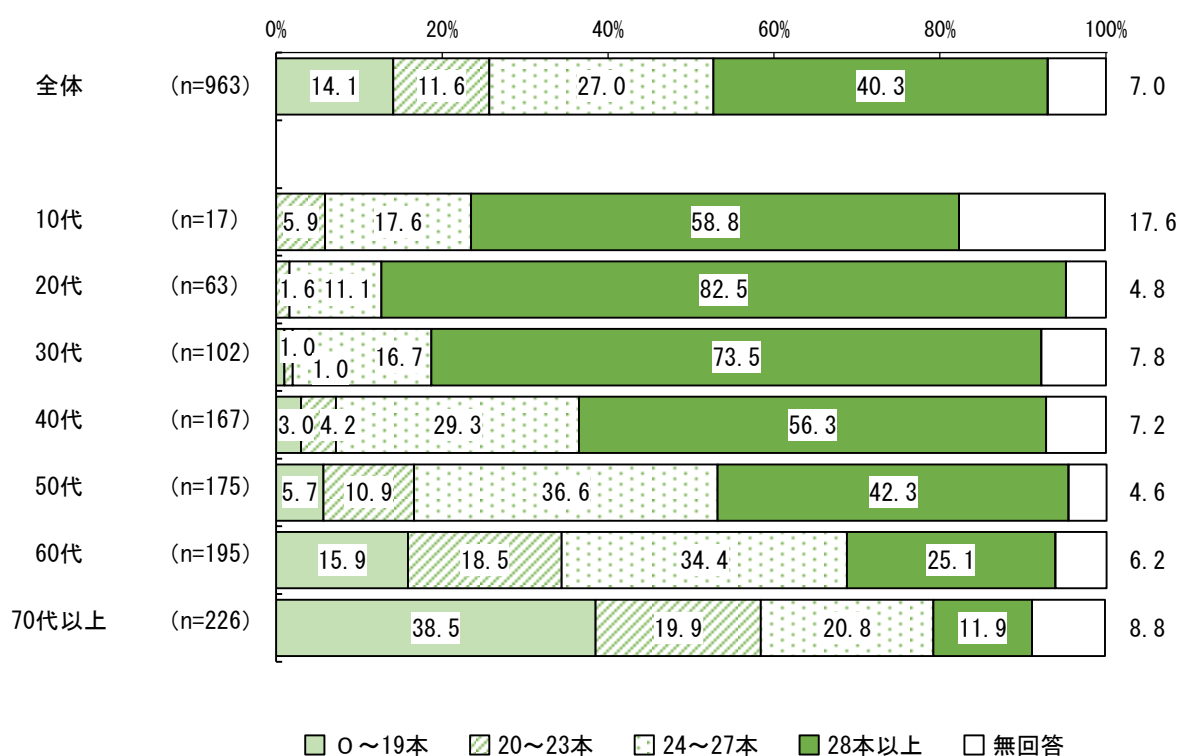
問：自分の歯は何本ありますか。

※親知らず、入れ歯、ブリッジ、インプラントは含みません。さし歯は含みます。

※親知らずを抜くと全部で28本が正常ですが、28本より多かったり少なかったりすることもあります。

自分の歯が28本以上ある人は、40.3%です。

年代別にみると、20代は82.5%ですが、年齢が高くなるにつれて減少し、60代は25.1%となっています。60代以上の年代で、自分の歯を喪失する人が増えています。

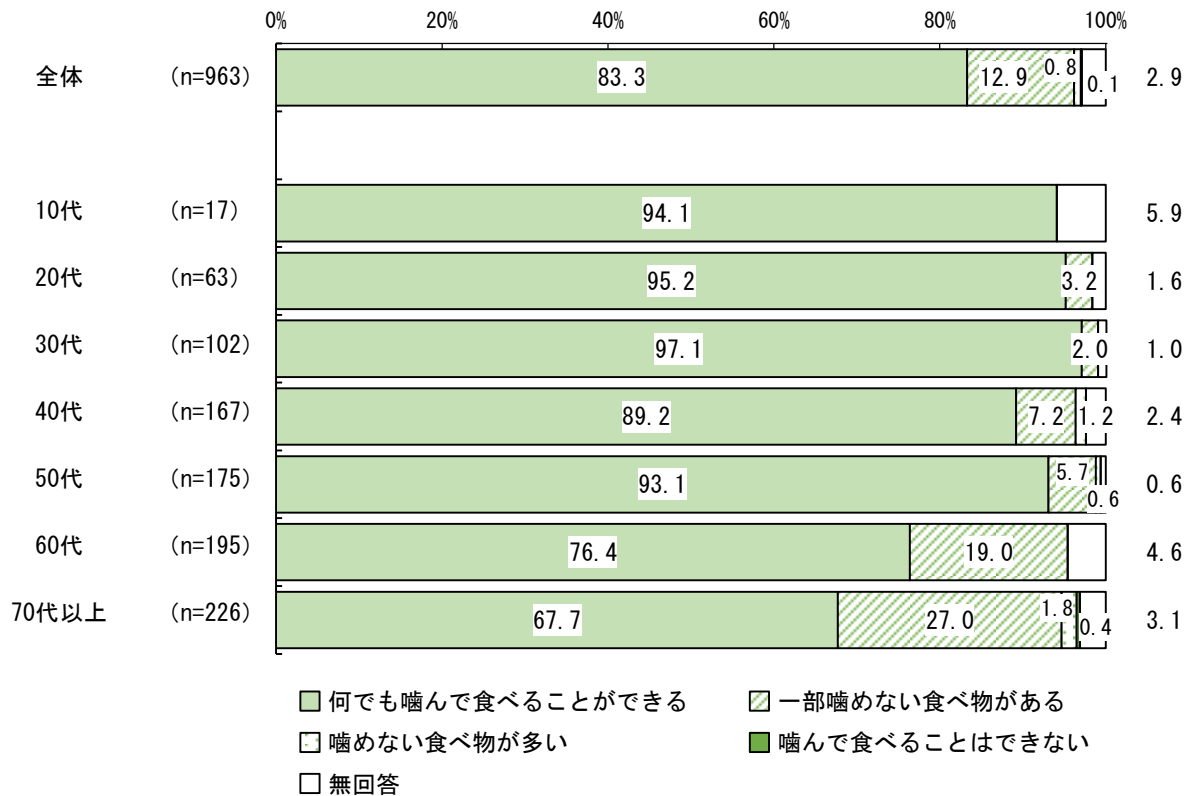


(4) 噛んで食べる時の状態

問：噛んで食べる時の状態について、あてはまるものを選んでください。(○は1つ)

全体で83.3%の人が、「何でも噛んで食べることができる」と回答しています。

しかし、60代以上になると、その割合は低下しており、「一部噛めない食べ物がある」の割合が増加しています。



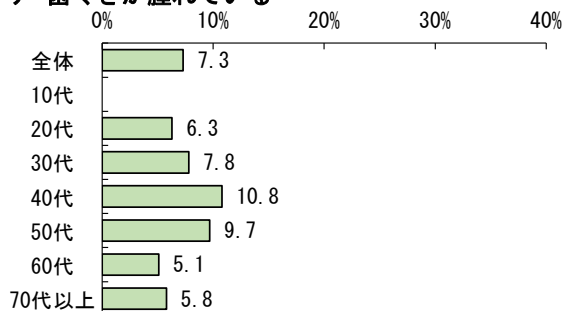
(5) 歯ぐきの状態

問：あなたの歯ぐきの状態について、それぞれについて選んでください。(○は各項目1つずつ)

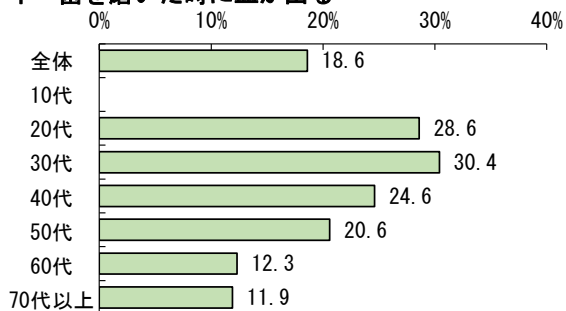
「歯ぐきが腫れている」人の割合は、40代が10.8%と最も多いです。

「歯を磨いた時に血が出る」人の割合は、30代が30.4%と最も多く、次いで、20代が28.6%となっています。20代・30代から歯周病初期の歯肉炎の症状がみられます。

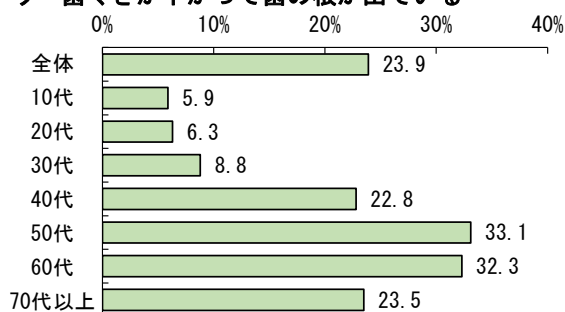
ア 歯ぐきが腫れている



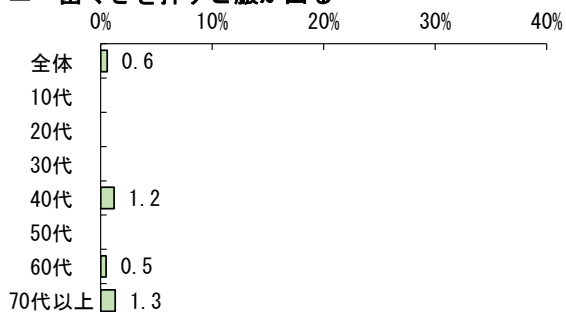
イ 歯を磨いた時に血が出る



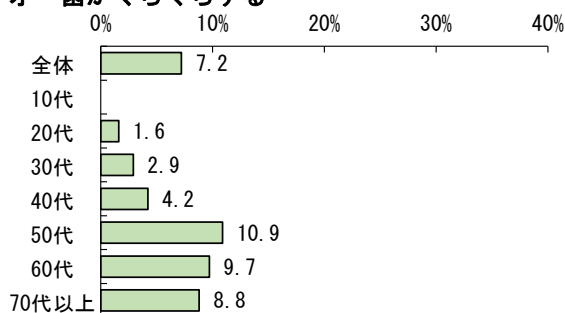
ウ 歯ぐきが下がって歯の根が出ている



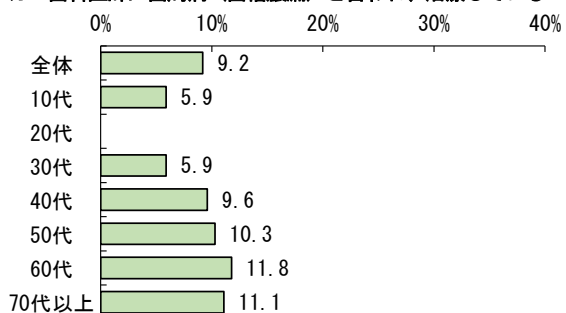
エ 歯ぐきを押すと膿が出る



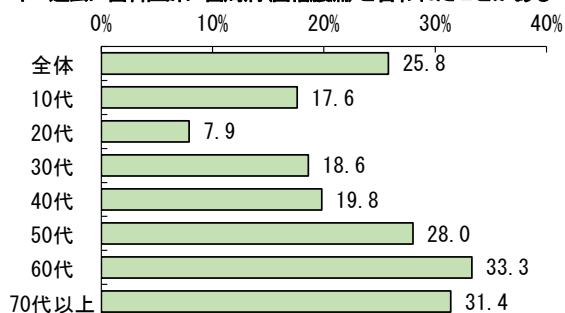
オ 歯がぐらぐらする



カ 歯科医師に歯周病(歯槽膿漏)と言われ、治療している



キ 過去に歯科医師に歯周病(歯槽膿漏)と言われたことがある



全体	n=963
10代	n=17
20代	n=63
30代	n=102
40代	n=167
50代	n=175
60代	n=195
70代以上	n=226

4 評価指標の達成状況

目標値、基準値に対する現状値の比較の表し方

◎：目標値を達成 ○：目標値には達しないが改善傾向 △：変化なし ×：基準値より悪化

指標		基準値	現状値	目標値	達成状況
むし歯有病者率	3歳児	13.5%	7.1%	10.0%	◎
	中学1年生	32.5%	20.2%	25.0%	◎
おやつの時間を決めている児の割合	1歳6か月児	76.8%	74.6%	85.0%	×
	3歳児	77.4%	72.7%	85.0%	×
幼児フッ化物洗口実施施設の割合	幼稚園	60.0%	75.0%	100.0%	○
	保育所（園）	90.3%	96.6%	100.0%	○
歯間清掃用具の使用割合	3歳児	25.3%	24.8%	40.0%	×
	成人	37.4%	43.4%	40.0%	◎
定期的に歯科医院を受診している人の割合	3歳児	29.0%	29.2%	40.0%	△
	成人	41.2%	43.0%	65.0%	○
歯周病に関する知識がある人の割合		45.9%	66.8%	60.0%	◎
歯肉に炎症を有する人の割合	20歳代	30.6%	31.7%	25.0%	×
進行した歯周炎を有する人の割合	40歳代	34.7%	36.5%	25.0%	×
	60歳代	47.9%	52.8%	45.0%	×
喪失歯のない者の割合	40歳代	57.6%	66.7%	75.0%	○
咀嚼良好者の割合	60歳代	68.4%	76.4%	80.0%	○
60歳（55歳～64歳）で24本以上の歯を持っている人の割合		63.4%	66.4%	70.0%	○
歯周病検診の受診者数	20歳以上	930人	1,012人	1,000人以上	◎
8020推進員研修会修了者		304人	590人	500人以上	◎
80歳（75～84歳）で20本以上の自分の歯を持つ人の割合		28.7%	41.0%	35.0%	◎

上記指標の7項目で目標値を達成し、6項目で改善傾向にあります。

乳幼児期から学童期において、むし歯有病者率の減少などが見られた一方で、歯周炎を有する人の若年化や、定期的な歯科医院の受診等の課題があります。

第3章 計画の基本的な考え方

1 基本理念

高齢化が急速に進展し、医療・介護サービスの需要が増大するなか、歯と口腔の健康は全身の健康や生活習慣との関連性が高いことが、近年、明らかとなっています。「食べる」「味わう」「話す」等の口腔機能は、生活の質に大きく影響し、特に、高齢者における口腔機能の低下は、健康寿命の短縮や生命予後の悪化につながる要因のひとつとなります。

健康寿命の延伸を図るためには、歯科疾患を予防するとともに、口腔機能の獲得から始まり、口腔機能の維持・向上によるオーラルフレイル予防対策へと、生涯を通じて「歯と口腔の健康づくり」に取り組むことが重要です。

よって、市民が健康で豊かな生活を営むために、基本理念を「生涯を通じた歯と口腔の健康づくり推進による健康寿命の延伸・生活の質の向上」とし、適切かつ効果的な歯科口腔保健を推進します。

生涯を通じた歯と口腔の健康づくり推進による 健康寿命の延伸・生活の質の向上

2 基本方針

基本理念を達成するために次の5つの基本方針を設定します。

1 歯科疾患の予防

歯を失う主な原因であるむし歯や歯周病などの歯科疾患は、予防行動と早期発見・早期治療が必要です。乳歯・永久歯は胎児期から作られはじめるため、妊娠期からのむし歯・歯周病予防として妊婦歯科健診を推進します。

また、歯科疾患の早期発見・早期管理を行い口腔機能の維持向上を図るため、かかりつけ歯科医の確保と活用促進など、治療以外の定期的な歯科検診を推進します。

2 口腔機能の獲得・維持・向上

口腔機能の低下は、他のさまざまな機能の低下につながるため、早期介入によってオーラルフレイルの減少に取り組む必要があります。乳幼児期は、噛んで飲み込む機能の獲得及び育成に努め、成人期からは口腔機能の維持・向上に努め、高齢期ではオーラルフレイル予防を推進します。

3 歯と口腔の健康づくりによる生活習慣病予防

むし歯や歯周病は糖尿病など全身の健康状態の悪化につながります。また、歯と口腔の健康づくりはメタボリックシンドローム対策が期待できます。歯と口腔の健康づくりから生活習慣病予防の普及啓発を推進します。

4 定期的に歯科検診等を受けることが困難な者に対する歯科口腔保健

今後さらに高齢者人口が増加していくことを踏まえ、要介護者や障害者（児）等の要配慮者への歯科口腔保健の環境整備や歯科保健サービスの提供を推進します。

5 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備

歯科口腔保健に関する施策を総合的に推進していくために、保健・医療・福祉・介護等における多職種が連携し、それぞれの機関・団体が特性を活かし、社会全体で支える環境を整備します。また、引き続き、8020推進員の活動を推進します。



8020推進員の活動紹介

8020推進員とは？

「80歳になっても自分の歯を20本以上、保つ」、8020を目指して活動している団体です。

どんな活動をしているの？

幼稚園や保育園、放課後児童クラブを訪問して、むし歯予防の人形劇やクイズ、紙芝居などを通して歯と口腔の大切さを伝えています。また、高齢者に対してはオーラルフレイルについても伝えています。



かかりつけ歯科医とは

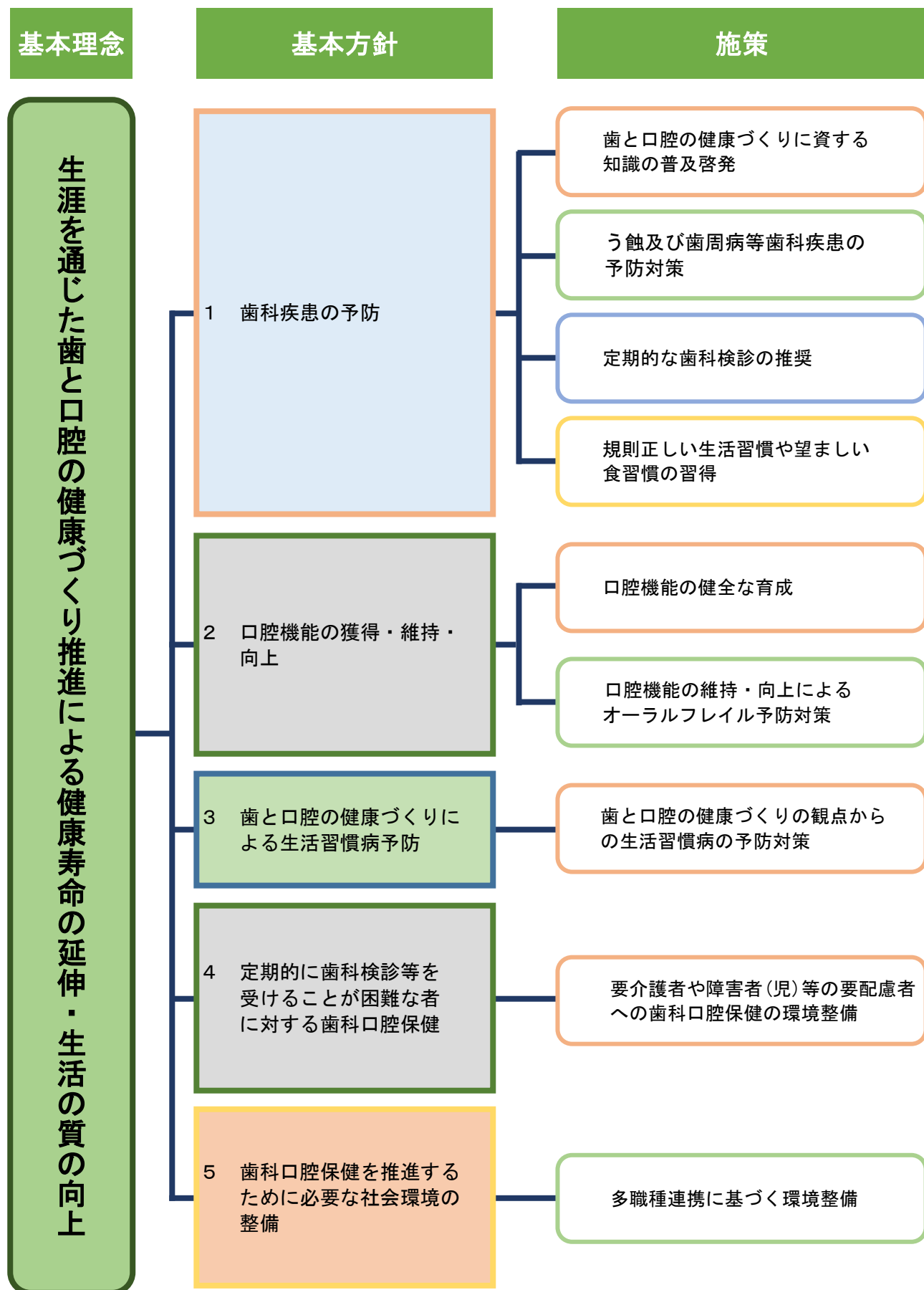
あなたには、何でも相談できる“かかりつけ歯科医”がいますか？
歯の健康を守るために、いつでも気軽に相談できて頼れる歯科医
を見つけておく心安いです。

かかりつけ歯科医とは？

地域住民の生涯にわたる口腔機能の維持・向上を目指し、安全・
安心な歯科医療の提供や、口腔のケアや歯科口腔の健康に関する
相談に対応します。



3 計画の体系



第4章 施策の展開

歯と口腔の健康づくりの推進により、市民の生涯にわたる健康を保持・増進するためには、各ライフステージにおいて取組の主体を明確にし、目標に向かってそれぞれが実践・協力していく必要があります。そのため、【市民・家庭】、【地域・関係団体】、【行政】の実施主体別に取り組事項を明記します。

ライフステージは、妊娠期、乳幼児期（0～5歳）、学童・思春期（6～18歳）、青年期（19～39歳）、壮年期（40～64歳）、高齢期（65歳以上）、特別な配慮を要する者（障害者（児）・要介護者）に区分します。

施策の展開では、それぞれのライフステージの歯と口腔の健康に資する取組を記載します。



1 妊娠期、乳幼児期、学童・思春期

《 歯科的特徴 》

妊娠期は、ホルモンバランスや生活習慣の変化により、むし歯や歯周病が発症・進行しやすい時期です。この時期の歯周病は低体重児出産や流・早産の原因につながるため、予防と治療が必要となります。また、乳歯も永久歯も胎児期から作られはじめるため、妊娠期のむし歯・歯周病予防は、生まれてくる子どもの歯と口腔の健康づくりの原点となります。

乳幼児期は、味覚が形成されはじめ、後の食生活の基礎をつくる重要な時期です。乳歯は生後7か月頃から生えはじめ、3歳頃に生えそろいます。歯が生えそろうに従い、食べる機能や発音する機能が発達していきます。また、早寝・早起きなどの規則正しい生活や、毎食後の口腔ケアが大切であり、それらの習慣が歯と口腔の健康づくりの土台・基礎となります。乳幼児は自分自身でケアすることが難しいため、大人がしっかりとケアをする必要があります。そのため、仕上げ磨きや口腔内を観察するなどの習慣の定着が重要です。

学童・思春期は、乳歯から永久歯への交換期であり、生えたばかりの永久歯は幼弱でむし歯が多発しやすい時期です。また、歯の交換期は、歯並びが複雑なことも重なり、歯肉炎が増加しやすいため、予防が必要です。家庭での食事後や学校での給食後に正しい歯みがきを習慣づけていくことが必要です。

《 現状と課題 》

- ・歯周病検診の結果では、妊婦は妊婦以外の20～40歳代に比べて有病率が高くなっています。そのため、妊娠期の歯と口腔の健康管理を行うことが重要です。
- ・1歳6か月児、2歳児、3歳児、5歳児の各年齢でのむし歯の有病者率は、経年推移でみると緩やかな減少傾向にありますが、年齢が上がるにつれて増加しています。乳歯のむし歯は、永久歯のむし歯や歯並びに影響するため、乳幼児期からの望ましい食習慣や生活習慣を確立できるよう啓発することが必要です。本人が磨いたあと保護者が仕上げ磨きをしている児の割合は、1歳6か月児で72.5%、3歳児で88.6%ですが、デンタルフロスの使用率は1歳6か月児で7.8%、3歳児で24.8%となっています。毎日の仕上げ磨きの必要性和デンタルフロスの使用について各種健診等を通じて継続して啓発していきます。
- ・子どものかかりつけ歯科医をもつ親の割合は、3歳児で43.3%です。早い時期からかかりつけ歯科医をもつこと、フッ化物を適切に利用すること等について普及啓発に取り組むことが重要です。
- ・学齢期のむし歯有病者率・むし歯多発児は経年的に減少傾向ですが、むし歯の初期症状や歯肉炎の症状がある児童は学年が上がるにつれて増加しています。青年・壮年期以降のむし歯及び歯周病につながる健康課題のため、保健指導及びフッ化物の応用や歯磨きの徹底、早期発見・早期治療により悪化を予防することが必要です。

《目標》

妊娠期：生まれてくる赤ちゃんのため両親が自分の生活習慣を見直すとともに、自分の歯と口腔の健康を守る

《つわりなどでむし歯や歯肉炎にかかりやすい時期》

- ・妊娠性歯肉炎を予防する
- ・両親等から子どもにむし歯菌が感染することを理解する



乳幼児期：子どもの歯の健康を守り、食べる・話すなど口腔の機能を育てる

《食べる機能を獲得、味覚形成の重要な時期》

- ・規則正しい生活習慣や歯磨き習慣を確立する
- ・望ましい食習慣の基本を確立する

学童・思春期：歯と口腔のケアの方法を身につけ、歯と口腔の健康づくりの基礎をつくる

《生涯を通じた健康づくりを形成する重要な時期》

- ・自分の健康は自分で守る意識をもつ
- ・生えてくる永久歯のむし歯を予防する
- ・歯肉炎について理解し、予防を実践する

《それぞれの取組》

- ・市民、家庭の取組

取組概要
妊娠期のむし歯・歯周病予防のために、健診・治療を受けましょう。
妊娠中はバランスの良い食事を心がけ、胎児期の歯の形成を育みましょう。
受動喫煙による妊婦や子どもへの健康被害の防止に努めましょう。
喫煙している妊婦は、妊娠を機に禁煙しましょう。
規則正しい生活習慣、食習慣、よく噛んで食べることを身につけましょう。
乳幼児期のおやつは、食事の補いと考え、時間と量を決めて食べましょう。
フッ化物の利用を心がけましょう。
正しい歯磨き・仕上げ磨きの習慣、歯間清掃用具の使用を身につけましょう。
かかりつけ歯科医を持ち、定期的に家族で受診をしましょう。

・地域、関係団体の取組

取組概要
妊婦に対して、歯科健診の受診勧奨をするとともに妊娠中の歯と口腔の健康管理の重要性や、胎児期からの歯の健康づくりについて、広く啓発を行います。
歯科医療機関との連携を図り、妊婦歯科健診の受診勧奨を行います。
歯と口の健康週間のイベントを実施し、市民の歯と口腔の健康意識の向上を図ります。
歯と口の健康週間に合わせて、子育て支援センター等でむし歯予防の健康教育を行います。
乳幼児期の歯の健康を守る支援として「お口の健康手帳」を配布します。
フッ化物の利用によるむし歯予防の紹介や指導を行います。
8020推進員が、幼児・学童に向けて、むし歯予防、規則正しい生活習慣、食習慣の大切さについて啓発を行います。
園歯科医・学校歯科医は、保育所（園）・幼稚園・学校での子どもの歯と口の健康について地域や関係機関と連携して取り組みます。

・保育所（園）・幼稚園・学校の取組

取組概要	担当課
「園だより」「季刊誌」「保健だより」等を通して、むし歯や歯周病予防、よく噛むことの大切さについての啓発をします。	子育て支援課 学校教育課
規則正しい生活習慣、食習慣の知識を普及します。	
小中学校で給食後の歯磨きを推進します。	学校教育課
学校歯科健康診断後に必要と認められた児童・生徒に、歯科医院の受診を勧奨します。	



むし歯予防のポイント

子どもの生え始めの歯は弱く、むし歯予防が特に大切です。

むし歯予防のポイントは？

●甘味食品・飲料の適正摂取

甘味飲食をする頻度・時間が多くなるにつれて、むし歯になりやすくなります。おやつは1日に2回以下に抑え、時間を決めて摂りましょう。

●歯の質を強くする

歯を強くするためにフッ化物を利用しましょう。

自分でうがいができない3歳頃までは、歯科医院で定期的にフッ化物を塗ってもらいましょう。うがいができるように

なる4歳頃からは、フッ化物を含んだ水でぶくぶくうがいをする習慣を付けましょう。



・行政の取組

取組概要	担当課
母子健康手帳交付時に、妊婦に歯科健診受診をすすめます。	健康づくり課
喫煙が、妊婦や子どもの歯と口腔の健康に及ぼす影響について啓発を行います。	
歯周病が妊娠・出産に及ぼす影響についての知識を普及します。	
かかりつけ歯科医への定期受診をすすめ、歯科保健指導の充実を図ります。	
フッ化物に関する正しい知識を啓発し、利用を促進します。	
栄養分野と連携を図り、よく噛んで食べることの支援をします。	健康づくり課 子育て支援課
規則正しい生活習慣、食習慣の知識を普及します。	

《 評価指標 》

指標	現状値	目標値	備考
むし歯がない者の割合（３歳児）	92.9%	増加	現状値：健康づくり課（令和元年度） 目標値：第２次静岡県歯科口腔保健計画
むし歯がない者の割合 （中学１年生）	79.8%	増加	現状値：静岡県学校歯科保健調査結果 （令和元年度） 目標値：第２次静岡県歯科口腔保健計画
仕上げ磨きをする親の割合 （３歳児）	88.6%	増加	現状値：健康づくり課（令和元年度） 目標値：健やか親子 21（第２次）
子どものかかりつけ歯科医をもつ親 の割合（３歳児）	43.3%	50.0%	現状値：健康づくり課（令和元年度） 目標値：健やか親子 21（第２次）
妊婦歯科健診の受診率	27.1%	40.0%	現状値：健康づくり課（令和元年度） 目標値：健康づくり課



噛ミング３０（カミングサンマル）

食事の際に、ひと口 30 回噛むことを
目標とする取組です。

よく噛むことのメリットとは…

- 肥満を予防
- 唾液の分泌を促す
- 口の周りの筋肉が鍛えられる
- 脳の働きが活発に



30 回
噛もう！

2 青年・壮年期

《 歯科的特徴 》

青年・壮年期は、仕事、育児、家事などの忙しさや生活の変化が著しく、口腔のケアが後回しになりやすいことや定期的な歯科検診を受ける機会も少なくなることから、むし歯や歯周病などの早期発見・早期治療が難しくなる時期です。そのため、痛みなどの自覚症状が現れていなくてもむし歯や歯周病に罹患していることがあります。

歯周病は40歳以降に歯を失う大きな原因となっており、加齢とともに歯周病が憎悪し、60歳以上の年代で自分の歯を喪失する人が多くなっています。

歯周病のリスク因子としては、定期歯科検診の有無、歯間清掃用具使用の有無、歯磨き回数、喫煙、食習慣などが示されています。

特に、喫煙が歯周病および歯の喪失のリスク要因として重要な位置を占めていることから、喫煙の影響について、十分な知識の普及をすすめる必要があります。

また、歯周病は口の中の問題だけでなく、糖尿病などさまざまな全身性疾患とも深く関わっていることが明らかになっています。

《 現状と課題 》

- ・定期的に歯科検診を受けている人の割合は、半数に達していません。
- ・歯間清掃用具を使用する人の割合は半数に達していません。
- ・20歳代からの歯肉に炎症を有する人の割合は多くなっています。
- ・40歳代、60歳代において進行した歯周炎を有する人の割合は多くなっています。
- ・60歳以上の年代で、自分の歯を喪失する人は多くなっています。
- ・喫煙者では、非喫煙者と比べ歯周病ありの割合が高くなっています。

歯を喪失する主な原因であるむし歯と歯周病を早期に発見して治療につなげるため、症状がないうちから定期的に歯と口腔の健康管理を行うことの重要性・歯間清掃用具の正しい使用方法など適切な口腔のケアについて周知することが重要です。

さらには、歯周病が糖尿病などさまざまな全身の健康に影響を与えることや、喫煙と歯周病が相互に関係していることを周知する必要があります。

また、歯と口腔の健康を維持・向上するために、オーラルフレイル予防の知識の普及を行う必要があります。

《 目標 》

歯と口腔の機能を維持向上するため、歯周病を予防する

《 生活環境が大きく変化し、口腔管理の適切な自己管理が必要な時期 》

- ・定期的な歯と口腔の健康管理を行えるように、かかりつけ歯科医をもつ
- ・歯周病を予防して、全身を健康に保ち、生活習慣病を予防する
- ・喫煙が歯周病に及ぼす影響について理解する
- ・オーラルフレイルを意識し、口腔機能を維持・向上する



《それぞれの取組》

・市民、家庭の取組

取組概要
むし歯や歯周病の原因について正しく理解しましょう。
喫煙（加熱式たばこ等を含む）が歯周病に及ぼす影響について理解しましょう。
歯周病が糖尿病などさまざまな全身性疾患に大きな影響を与えることについて理解し、生活習慣病を予防しましょう。
飲み込む機能を維持・向上するための体操やよく噛むことで、口腔機能低下を防ぎましょう。
フッ化物入り歯磨き剤を使い、毎食後の歯磨きと歯間清掃用具も使用したセルフケアを身につけましょう。
定期的に歯科検診を受け、治療が必要な場合には早めに受診しましょう。
歯と口腔の相談ができるかかりつけ歯科医を持ち、定期的にプロフェッショナルケアを受けましょう。
８０２０推進員研修会に参加し、８０２０推進員として活動しましょう。



歯周病予防のポイント

歯周病があると、歯周病菌が出す毒素が血管を通り全身に巡ることで、全身の病気の発症や進行のリスクが高まります。

歯周病予防のポイントは？

●定期的に歯科検診を受ける

気付かないうちに発症していないか、かかりつけ歯科医に診てもらいましょう。また、定期的な歯のクリーニングを受けましょう。

●デンタルフロス、歯間ブラシを使用する

歯ブラシのみでは、歯と歯の間の歯垢を取り除けません。残った歯垢が原因で歯周病にかかるため、歯と歯の間は歯周病になりやすい場所です。



・地域、関係団体の取組

取組概要
歯と口腔の健康づくりについて、学習する機会を設けます。
かかりつけ歯科医として、定期的に歯と口腔の健康管理（クリーニング等）を受けられる環境を整えます。
喫煙（加熱式たばこ等を含む）が歯周病に及ぼす影響について情報提供します。
歯周病が糖尿病などさまざまな全身性疾患に大きな影響を与えることについて知識の普及をします。
事業所等が歯科検診や歯科保健指導を受けやすい環境を整えます。
８０２０推進員として、歯科検診の受診促進・オーラルフレイル予防の啓発活動を行います。
歯科医師会は、８０２０推進員の育成及び活動を支援します。

・行政の取組

取組概要	担当課
歯と口腔の健康について、歯磨き方法や歯間清掃用具の使用法等、正しい知識を普及します。	健康づくり課
歯周病は糖尿病など全身疾患ともかかわりが深いため、生活習慣病予防の観点からも歯周病対策を行います。	
喫煙（加熱式タバコ等を含む）の生活習慣が歯周病の発症・悪化と関連があることから、禁煙の視点も含めた歯周病対策を行います。	
定期的な歯科検診をすすめます。	
歯周病検診後に必要と認められた人が、かかりつけ歯科医にて定期的に歯と口腔の健康管理ができるようすすめます。	
８０２０推進員を育成するとともに、推進員への研修会の開催や８０２０推進員・市民と連携した健康づくりをすすめます。	
オーラルフレイル予防のために口腔機能の維持・向上の大切さについて普及啓発します。	



《 評価指標 》

指標	現状値	目標値	備考
定期的に歯科検診を受けている者の割合（成人）	43.0%	65.0%	現状値：市民意識調査（令和元年度） 目標値：第3次ふじのくに健康増進計画（参考値）
歯間清掃用具の使用割合	43.4%	40歳代 60.0%	現状値：市民意識調査（令和元年度） 目標値：第2次静岡県歯科保健計画（参考値）
		60歳代 70.0%	
歯肉に炎症を有する者の割合（20歳代）	31.7%	25.0%	現状値：市民意識調査（令和元年度） 目標値：第3次ふじのくに健康増進計画
進行した歯周炎を有する者の割合	40歳代 36.5%	25.0%	現状値：市民意識調査（令和元年度） 目標値：第3次ふじのくに健康増進計画
	60歳代 52.8%	45.0%	現状値：市民意識調査（令和元年度） 目標値：第3次ふじのくに健康増進計画
40歳（35～44歳）で喪失歯のない者の割合	66.7%	80.0%	現状値：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年度） 目標値：歯科口腔保健の推進に関する基本的事項（参考値）
60歳（55～64歳）で24本以上の自分の歯を有する者の割合	66.4%	80.0%	現状値：沼津市民の健康に関するアンケート（令和元年度） 目標値：歯科口腔保健の推進に関する基本的事項
咀嚼良好者の割合（60歳代）	76.4%	80.0%	現状値：市民意識調査（令和元年度） 目標値：第3次ふじのくに健康増進計画
歯周病検診受診者数（妊婦を除く）	707人	800人	現状値：健康づくり課（令和元年度） 目標値：健康づくり課
8020推進活動に関する研修会の実施	—	1回/年	目標値：健康づくり課



3 高齢期

《 歯科的特徴 》

高齢期は進行した歯周病に罹る人が増加し、歯の喪失が急増する時期です。義歯を使用している人の割合が多くなるため、清掃不良により義歯に細菌が付着すると、汚れがたまりやすくむし歯や歯周病になりやすい特徴があります。

また、オーラルフレイルが食事中や会話にも影響し、低栄養や認知症、筋肉量の減少等、全身の健康を脅かす可能性があり、生活の質の低下を招くことがあります。唾液の分泌が減少し、咀嚼・嚥下機能が弱まり、口腔の自浄作用の低下や誤嚥が起こりやすくなり、誤嚥性肺炎のリスクも増加します。

《 現状と課題 》

- ・ 8020の達成率は国・県と比較し、低い状況です。
- ・ 歯周病検診の結果、60歳代以降の歯周病有病率は受診者の7割以上であり、歯の喪失要因となっています。
- ・ 口腔機能低下者は、全体で31.3%、歯の本数が19本以下では42.2%を占めています。
- ・ 何でも噛んで食べることができるという「咀嚼良好者」の割合は、60歳代で76.4%、70歳代で67.7%となっており、年齢が上がるにつれ減少傾向にあります。
- ・ 70歳代以降で定期的な歯の検診を受けている人は52.2%であり、半数は受けていない状況です。

高齢者における咀嚼機能は、その良否が栄養摂取状況や運動機能とも密接な関連性を有するため、咀嚼等の口腔機能の維持向上は極めて重要です。80歳で自分の歯を20本以上残して咀嚼機能を維持するためには、歯周病を早期発見し、治療につなげるための定期的な歯科受診が必要です。さらに、全身機能の低下につながらないようにオーラルフレイルを予防する取組が必要です。

《 目標 》

歯の喪失を防止し、口腔内を清潔にして、口から食べて活力を維持する

《 唾液の減少、歯の喪失などで誤嚥・窒息を起こしやすくなる時期 》

- ・ 口腔内を清潔に保ち、誤嚥性肺炎を予防する
- ・ 口腔機能を維持・向上する
- ・ オーラルフレイルを早期発見し、フレイル予防につなげる



《それぞれの取組》

・市民、家庭の取組

取組概要
歯と口腔の健康が全身に及ぼす影響を理解しましょう。
飲み込む機能を維持・向上するためのお口の体操やよく噛むことで、口腔機能低下を防ぎ、窒息などを予防しましょう。
フッ化物入り歯磨き剤を使用した歯磨きと歯間清掃用具の使用、義歯の手入れ等の正しい口腔のケアを理解し、歯と口腔を清潔に保ちましょう。
かかりつけ歯科医を持ち定期的に歯科検診を受けましょう。

・地域、関係団体の取組

取組概要
地域の集まり等で歯と口腔の健康について学ぶ機会を提供します。
楽しく食べて、会話が出来るような場を提供します。
個々に応じた口腔のケアや重要性について指導します。
定期的に歯科検診を受けるよう働きかけをします。
８０２０推進員として、オーラルフレイル予防の啓発活動を行います。



オーラルフレイルとは

オーラルフレイルとは？

オーラルフレイルとは、滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、噛めない食品などがみられる状態で、口腔の虚弱のことを言います。

どうやって予防するの？

唾液腺マッサージや、舌の筋トレ運動などのお口の体操を日常に取り入れましょう。



・行政の取組

取組概要	担当課
各種講座等で、歯と口腔の健康づくりや口腔のケアについて情報提供します。	長寿福祉課
高齢者の通いの場や介護予防事業において、オーラルフレイルや認知症、誤嚥性肺炎等の予防のための口腔機能維持・低下予防の健康教育を実施します。	
地域包括支援センター、ケアマネジャー等の専門職を対象に、オーラルフレイル予防に関する研修会を開催します。	
地域包括支援センターと連携し、介護予防における口腔機能の重要性の啓発を行います。	
各種講座などで、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受けるようすすめます。	
歯周病検診や各種講座・イベント等で、歯と口腔の健康づくりや口腔のケア、オーラルフレイル予防について情報提供します。	健康づくり課
定期的な歯科検診をすすめます。	
歯周病検診時に、歯科衛生士によるブラッシング指導、定期受診とメンテナンスの必要性についての啓発を行います。	

《 評価指標 》

指標	現状値	目標値	備考
咀嚼良好者の割合 (70歳代以上)	67.7%	増加	現状値：市民意識調査（令和元年度）
80歳（75～84歳）で 自分の歯が20本以上ある人の割合	41.0%	47.3%	現状値：長寿福祉課 （令和元年度介護予防・ 日常生活圏域ニーズ調査） 目標値：長寿福祉課



4 特別な配慮を要する者（障害者（児）・要介護者）

《 歯科的特徴 》

障害者（児）や要介護者などの特別な配慮を要する者は、身体機能や認知機能の障害などにより、自ら口腔のケアを行うことや歯科受診が困難な場合があるため、むし歯や歯周病などになりやすい状況にあります。自身での口腔のケアや、介助者による口腔のケアを支援するとともに、診療には特別な配慮をする必要があります。

また、歯周疾患に加え、咀嚼、嚥下機能の低下から誤嚥性肺炎などの全身の健康状態にも影響を及ぼすおそれがあります。そのため、口腔機能を維持・向上させることで、疾病の発症リスクの低減や要介護状態等の重度化防止を図ります。

《 現状と課題 》

- ・ 障害者（児）に対して、障害者歯科相談医を設定し、102診療所（令和2年9月現在）にて相談を実施しています。
- ・ 寝たきり等で歯科医院に通院できない者に対し、27診療所（令和2年9月現在）にて在宅での歯科訪問診療を実施しています。

障害者（児）や要介護者等本人の訴えがなくても、むし歯（未処置歯）や歯周疾患等に早期に気づき、早期に必要な治療や指導を受けられる体制を整備する必要があります。

口腔のケアの重要性について、要介護者等や介護者に対する周知が必要です。

《 目標 》

個々の状態に適した歯の健康を守るための意識の向上と口腔のケアの習慣化を図る

- ・ 本人や家族が家庭でできる口腔のケアについて知り、実践する
- ・ 口腔機能を維持・向上する
- ・ 歯と口腔の健康を維持するために、定期的にかかりつけ歯科医を受診しメンテナンスを受ける



《それぞれの取組》

・市民、家庭の取組

取組概要
歯と口腔の健康が全身に及ぼす影響を理解しましょう。
飲み込む機能を維持・向上するためのお口の体操やよく噛むことで、口腔機能低下を防ぎましょう。
家族や介護職員等の支援を受けて、フッ化物入り歯磨き剤を使用した歯磨きと歯間清掃用具の使用、義歯の手入れ等の正しい口腔のケアを理解し、歯と口腔を清潔に保ちましょう。
介護を要する人の口腔のケアを毎日行いましょう。
かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診や家庭でできる口腔のケアについて指導を受けましょう。
摂食嚥下機能の低下から誤嚥性肺炎の予防が必要であることを理解しましょう。

・地域、関係団体の取組

取組概要
障害者施設・障害者支援事業所・介護サービス事業者・福祉施設等の職員が正しい口腔のケアや重要性を理解し、普及を行います。
個々に応じた口腔のケアや重要性について指導します。
障害者（児）及び要介護者が安心して受診できるよう、相談や治療が受けやすい環境を整えます。
訪問歯科診療や障害者（児）歯科診療を実施する歯科医院について啓発し、かかりつけ歯科医を持つよう促進します。
定期的に歯科検診を受けるよう働きかけます。
障害者施設・介護施設は、入所者の定期的な歯科検診及び必要な歯科治療が受けられるよう体制を整備します。
障害者（児）・要介護者を取り巻く関係機関は、連携を図り口腔衛生の保持増進を図ります。
８０２０推進員として、口腔のケアや歯科検診の重要性の啓発活動を行います。

・行政の取組

取組概要	担当課
ホームページ、福祉サービスのしおり、事業所宛電子メール等で、障害のある人の歯科に関する情報を提供し、かかりつけ歯科医を持つことをすすめます。	障害福祉課
乳幼児期からかかりつけ歯科医を持つことをすすめ、歯と口腔の健康づくりや口腔のケアについて情報提供します。	健康づくり課
障害者（児）・要介護者が利用する施設等の職員が、利用者への正しい口腔ケアを理解し、実施するための支援をします。	健康づくり課 長寿福祉課
誤嚥性肺炎予防のため、口腔のケアが重要であることを周知します。	健康づくり課 長寿福祉課
ケアマネジャー等介護従事者に向け、歯科口腔管理に関する指導や助言を実施します。	長寿福祉課
ケアマネジャー等介護従事者や要介護者家族に向け、歯科口腔保健の知識及び市の取組について情報提供します。	長寿福祉課
在宅歯科医及び地域包括ケアにおける歯科専門職と保健、医療、福祉等多職種が連携して支援する体制を強化します。	健康づくり課 長寿福祉課 障害福祉課

《評価指標》

指標	現状値	目標値	備考
訪問歯科診療を実施する 歯科診療所数	27 診療所	増加	現状値：沼津市歯科医師会 （令和２年）
障害者（児）歯科相談を 実施する歯科診療所数	102 診療所	増加	現状値：沼津市歯科医師会 （令和２年）



5 ライフステージ別の取組（市民）

ライフ ステージ	妊娠期	乳幼児期	学童・思春期
対象者	妊婦	乳幼児	小学生、中学生、高校生
主な歯科疾患	むし歯、歯周病	むし歯	むし歯、歯周病
目標	生まれてくる赤ちゃんのため、両親が自分の生活習慣を見直すとともに、歯と口腔の健康を守る ○妊娠性歯肉炎を予防する ○両親等から子どもにむし歯菌が感染することを理解する	子どもの歯の健康を守り、食べる・話すなど口腔の機能を育てる ○規則正しい生活習慣を確立する ○望ましい食習慣の基本を確立する ○歯磨き習慣を確立する	歯と口腔のケアの方法を身につけ、歯と口腔の健康づくりの基礎をつくる ○自分の健康は自分で守る意識をもつ ○生えてくる永久歯のむし歯を予防する ○歯肉炎について理解し予防を実践する
取組	【歯科疾患の予防】 ○歯と歯の間の歯磨きは、デンタルフロスや歯間ブラシを使う ○フッ化物配合歯磨剤を使う 【口腔機能の維持】 ○むし歯や歯周病の治療を受け、しっかりと噛めるようにする ○噛み応えのある食材をメニューに取り入れる	【歯科疾患の予防】 ○フッ化物を利用したむし歯予防を実践する ○甘い物の飲食回数や量の摂り過ぎに注意する 【口腔機能の育成】 ○手づかみ食べなど食べる意欲を大事にする ○保護者が、噛み応えのある食材をメニューに取り入れる	【歯科疾患の予防】 ○小学校中学年までは、保護者が仕上げ磨きをする ○歯と歯の間の歯磨きは、デンタルフロスを使う 【口腔機能の育成】 ○正しい姿勢で、ひと口30回よく噛む ○保護者が、噛み応えのある食材をメニューに取り入れる
	かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受ける		

青年・壮年期	高齢期	特別な配慮を要する者
学生、勤労者等	高齢者	障害者（児）・要介護者
むし歯、歯周病	むし歯、歯周病、口腔機能低下症	むし歯、歯周病、口腔機能低下症
歯と口腔の機能を維持向上するため、歯周病を予防する ○歯周病を予防して、全身を健康に保つ ○オーラルフレイルを意識し、口腔機能を維持・向上する ○定期的な歯科口腔管理として、かかりつけ歯科医をもつ ○喫煙が歯周病に及ぼす影響について理解する	歯の喪失を防止し、口腔内を清潔にして、口から食べて活力を維持する ○口腔内を清潔に保ち、誤嚥性肺炎を予防する ○口腔機能を維持・向上する ○オーラルフレイルを早期発見し、フレイル予防につなげる	個々の状態に適した歯と口腔の健康を守るため、意識の向上と口腔のケアの習慣化を図る ○本人や家族が家庭のできる口腔のケアについて知り、実践する ○口腔機能を維持・向上する
【歯科疾患予防】 ○歯と歯の間の歯磨きは、デンタルフロスや歯間ブラシを使う ○フッ化物配合歯磨剤を使う	【歯科疾患予防】 ○歯根部にむし歯ができていくようになるため、歯と歯肉の境を意識して歯を磨く ○フッ化物配合歯磨剤を使う	【歯科疾患予防】 ○自宅でできる口腔のケアを学ぶ
【口腔機能の維持】 ○むし歯や歯周病の治療を受け、しっかりと噛めるようにする	【口腔機能の維持・向上】 ○物を噛む力や飲み込む力の低下に注意する ○唾液腺マッサージやお口の体操をする	【口腔機能の維持・向上】 ○むし歯や歯周病の治療を受け、しっかりと噛めるようにする ○物を噛む力や飲み込む力の低下に注意する ○唾液腺マッサージやお口の体操をする
かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受ける		

6 ライフステージ別の取組（地域・関係団体・行政等）

ライフ ステージ		妊娠期	乳幼児期	学童・思春期
対象者		妊婦	乳幼児	小学生、中学生、高校生
主な歯科疾患		むし歯、歯周病	むし歯	むし歯、歯周病
目標		生まれてくる赤ちゃんのため、両親が自分の生活習慣を見直すとともに、歯と口腔の健康を守る ○妊娠性歯肉炎を予防する ○両親等から子どもにむし歯菌が感染することを理解する	子どもの歯の健康を守り、食べる・話すなど口腔の機能を育てる ○規則正しい生活習慣を確立する ○望ましい食習慣の基本を確立する ○歯磨き習慣を確立する	歯と口腔のケアの方法を身につけ、歯と口腔の健康づくりの基礎をつくる ○自分の健康は自分で守る意識をもつ ○生えてくる永久歯のむし歯を予防する ○歯肉炎について理解し予防を実践する
取組	地域・関係団体	○妊婦歯科健診の受診勧奨や胎児期からの歯の健康づくりについて啓発する	○「お口の健康手帳」を配布する ○フッ化物の利用によるむし歯予防の紹介や指導を行う ○園歯科医は、保育所（園）・幼稚園での子どもの歯と口腔の健康について地域や関係機関と連携して取り組む	○学校歯科医は、学校での子どもの歯と口腔の健康について地域や関係機関と連携して取り組む
	行政	○母子健康手帳交付時に、妊婦に歯科健診受診をすすめる ○喫煙が、妊婦や子どもの歯と口腔の健康に及ぼす影響について啓発する ○歯周病が妊娠・出産に及ぼす影響についての知識を普及する	○各種「園だより」等を通して、むし歯やよく噛むことの大切さについて啓発する ○フッ化物に関する正しい知識を啓発し、利用を促進する ○栄養分野と連携を図り、よく噛んで食べることの支援をする	○各種「保健だより」等を通して、むし歯や歯周病予防、よく噛むことの大切さについて啓発する ○規則正しい生活習慣、食習慣の知識を普及する ○小中学校で給食後の歯磨きを推進する ○学校歯科健康診断後に必要と認められた児童・生徒に歯科医院の受診を勧奨する
		かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受けるようすすめる		

青年・壮年期	高齢期	特別な配慮を要する者
学生、勤労者等	高齢者	障害者（児）・要介護者
むし歯、歯周病	むし歯、歯周病、口腔機能低下症	むし歯、歯周病、口腔機能低下症
歯と口腔の機能を維持向上するため、歯周病を予防する ○歯周病を予防して、全身を健康に保つ ○オーラルフレイルを意識し、口腔機能を維持・向上する ○定期的な歯科口腔管理として、かかりつけ歯科医をもつ ○喫煙が歯周病に及ぼす影響について理解する	歯の喪失を防止し、口腔内を清潔にして、口から食べて活力を維持する ○口腔内を清潔に保ち、誤嚥性肺炎を予防する ○口腔機能を維持・向上する ○オーラルフレイルを早期発見し、フレイル予防につなげる	個々の状態に適した歯と口腔の健康を守るため、意識の向上と口腔のケアの習慣化を図る ○本人や家族が家庭でできる口腔のケアについて知り、実践する ○口腔機能を維持・向上する
○歯と口腔の健康づくりについて、学習する機会を設ける ○かかりつけ歯科医として、定期的に歯と口腔の健康管理（クリーニング等）を受けられる環境を整える ○事業所等が歯科健診や歯科保健指導を受けやすい環境づくりに努める	○地域の集まり等で歯と口腔の健康について学ぶ機会を提供する ○楽しく食べて、会話ができるような場を提供する ○個々に応じた口腔のケアや重要性について指導する	○施設職員が正しい口腔のケアや重要性を理解し、普及に努める ○相談や治療が受けやすい環境を整える
○歯周病が糖尿病などさまざまな全身性疾患に大きな影響を与えることについて、広く周知し、生活習慣病予防に努める ○喫煙が歯周病に及ぼす影響について広く周知し、禁煙対策に努める ○正しい歯磨きや歯間清掃用具の使用法とその効果を情報提供する ○８０２０推進員を育成するとともに研修会の開催や市民と連携した健康づくりをすすめる	○歯周病検診や各種講座などで、歯と口腔の健康が全身に及ぼす影響や、正しい歯磨きや義歯の手入れ等オーラルフレイルの予防について情報提供する	○障害のある人の歯科口腔保健に関する情報を提供し、かかりつけ歯科医を持つことをすすめる ○施設職員が利用者への正しい口腔のケアを理解し、実施するための支援をする
かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診を受けるようすすめる		

第5章 計画の推進と評価

1 計画の推進体制

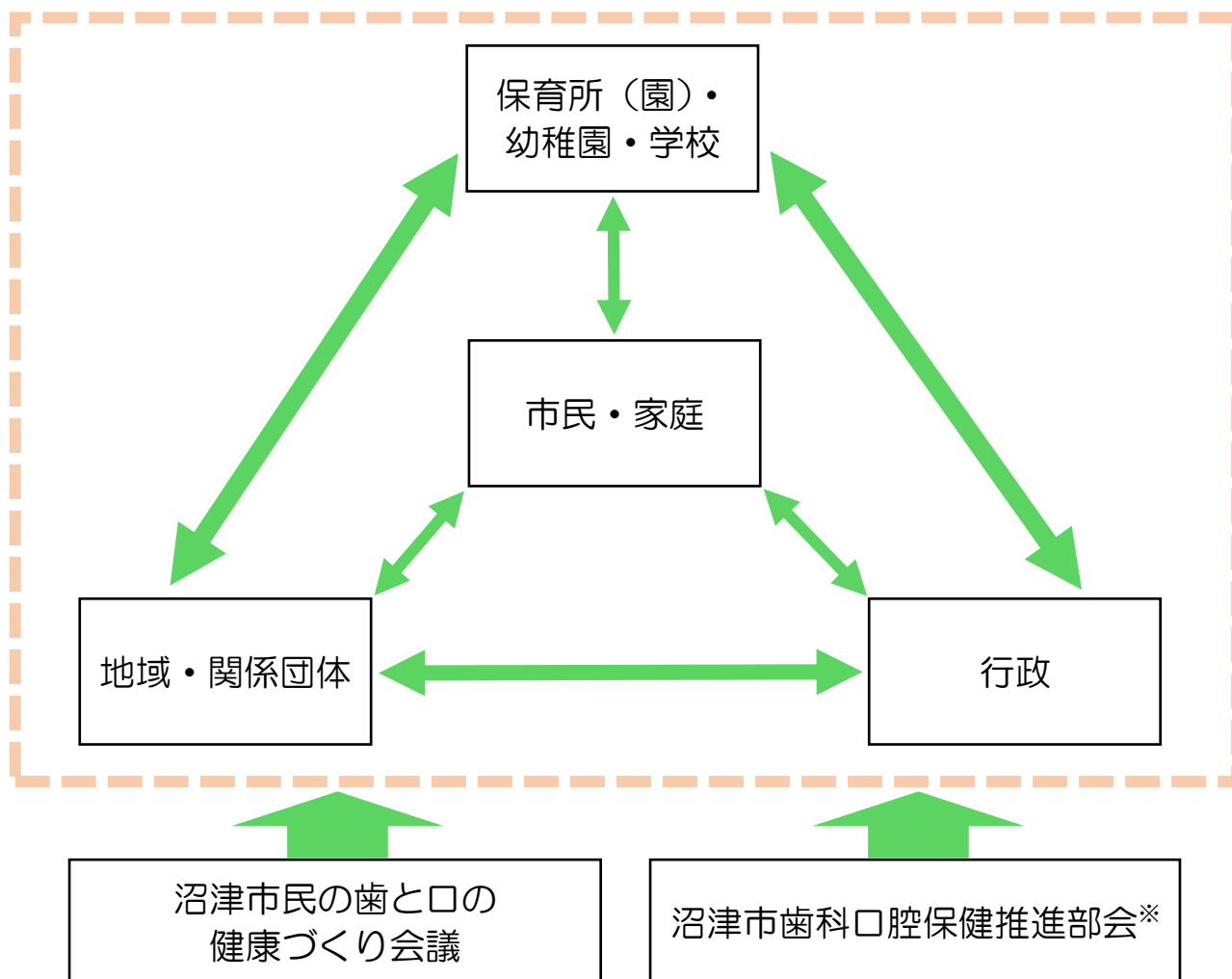
(1) 計画の周知

今回策定した歯科口腔保健計画の内容を広く市民に周知・啓発するため、広報やホームページなどを通じて計画の内容を公表します。

また、歯や口腔の健康づくりの各種事業やイベント、健康診査等の機会を通じて、歯科口腔保健計画で示す市の方針や今後の取組などのPRを図るとともに、市民の歯と口腔の健康管理に対する意識改革を促します。

(2) 推進体制

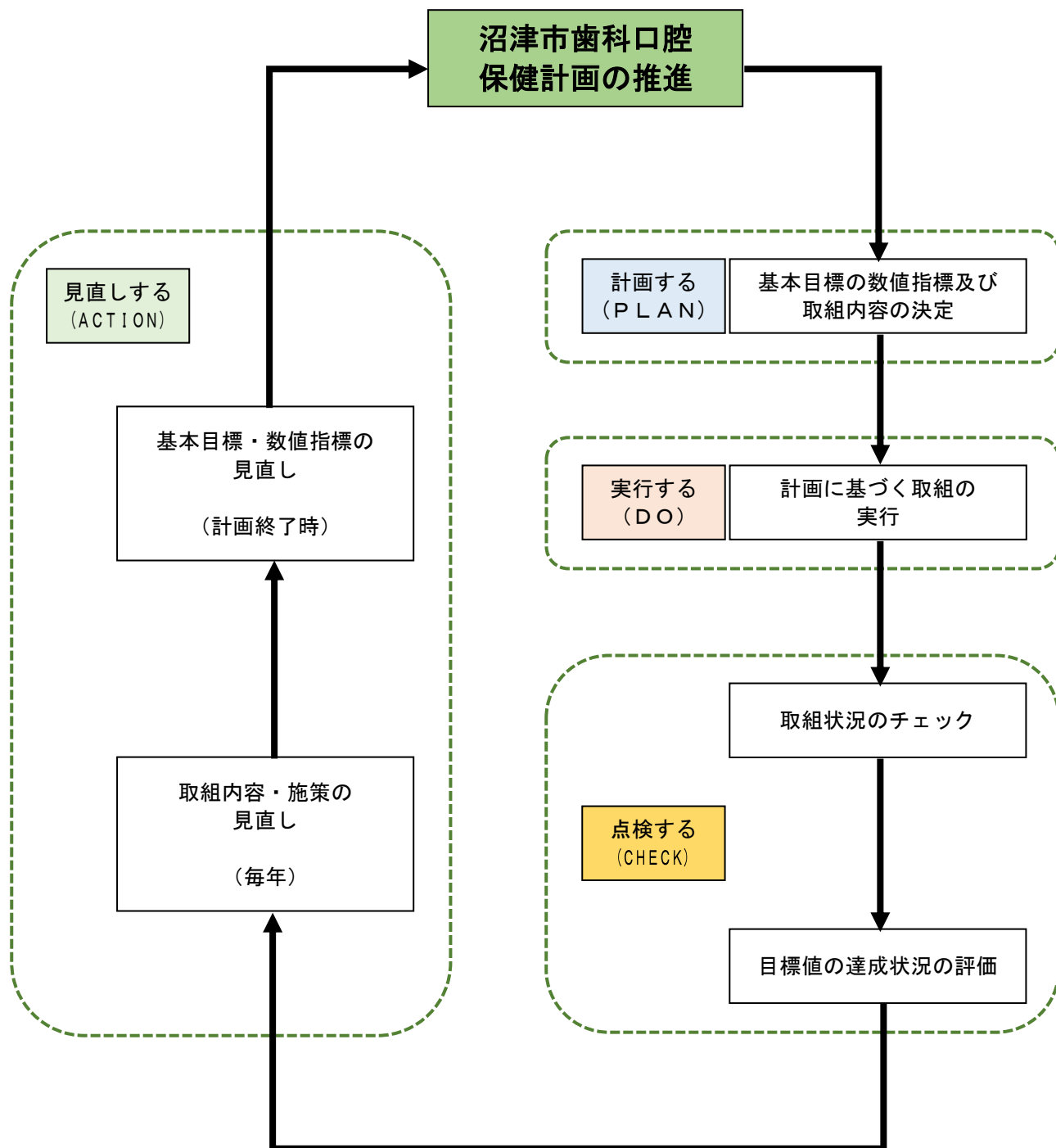
市民一人ひとりが目標を達成するためには、市民・家庭、地域・関係団体、保育所（園）・幼稚園・学校、行政が一体となった取組が必要です。そのため、引き続き3つの沼津市歯科口腔保健推進部会を設け、それぞれの現状・課題を整理し、市民の意見を取り入れながら、さらなる歯科口腔保健の推進を図ります。



※各推進部会は、沼津市歯科医師会、沼津市嘱託歯科衛生士連絡会、沼津市で構成する（必要に応じて市民参加）

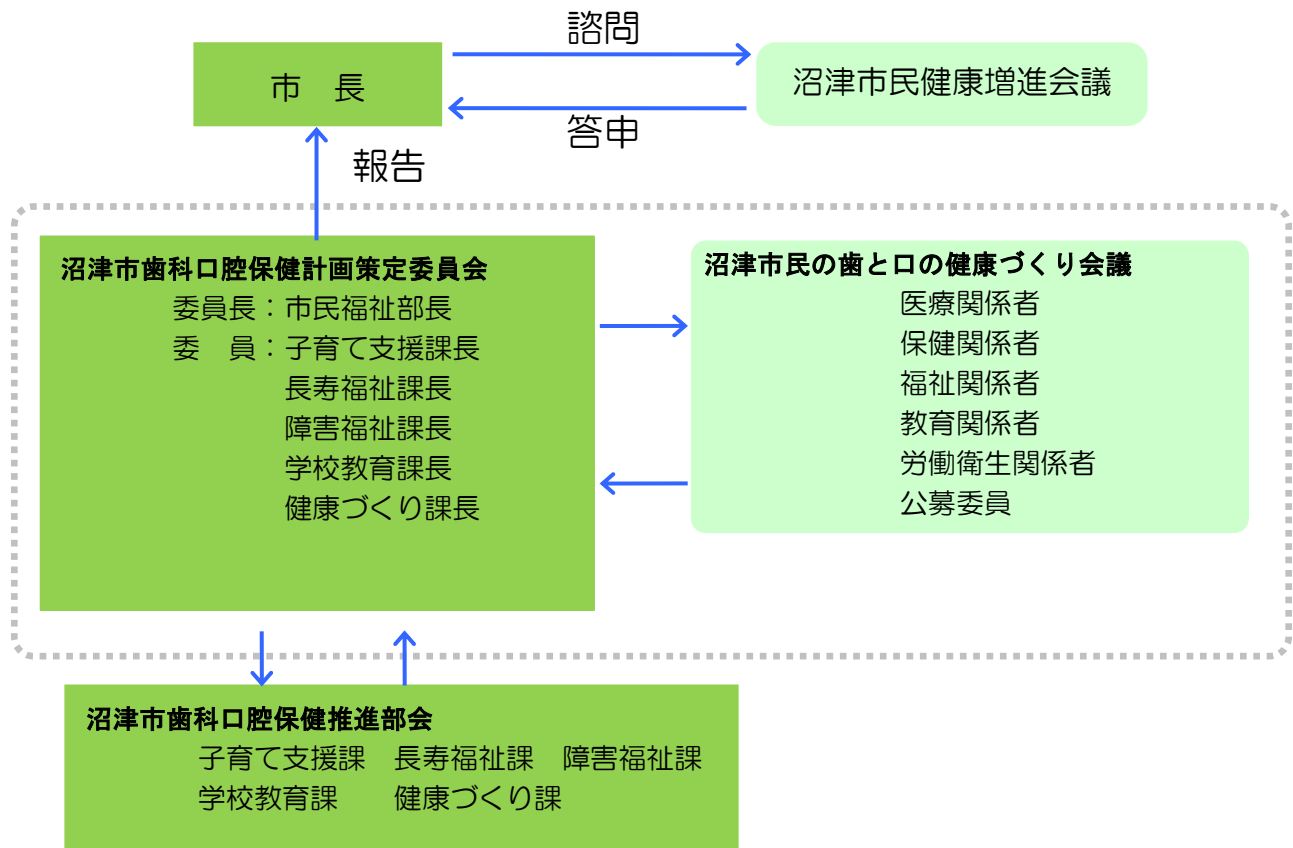
2 計画の進捗管理

本計画の推進にあたっては、計画・実行・評価・改善のPDCAサイクルを活用し、評価指標の推移や実施事業の状況について、「沼津市歯科口腔保健推進部会」において確認・評価を行うとともに、「沼津市民の歯と口の健康づくり会議」の意見を伺いながら事業や施策の改善等につなげ、計画の進捗管理を図ります。



第6章 参考資料

1 沼津市歯科口腔保健計画の策定体制



2 沼津市民健康増進会議条例

沼津市民健康増進会議条例

昭和47年3月30日 条例第16号

(設置)

第1条 沼津市民の健康増進と体位の向上を図るため、沼津市民健康増進会議（以下「健康会議」という。）を置く。

(職務)

第2条 健康会議は、市長の諮問に応じ市民の医療と保健衛生に関する諸問題について次の各号に掲げる事項を審議する。

- (1) 健康増進計画に関すること
- (2) 保健予防に関すること
- (3) 救急医療に関すること
- (4) 健康管理に関すること
- (5) 医療知識の普及及び衛生思想の向上に関すること
- (6) その他目的達成のため必要なこと

(組織)

第3条 健康会議は、委員30人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げるもののうちから市長が任命する。

- (1) 学識経験者
- (2) 連合自治会の代表
- (3) 保健衛生諸団体の代表
- (4) 関係行政機関の職員
- (5) その他市長が規則で定める者

(任期)

第4条 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。

2 委員の再任は妨げない。

(会長)

第5条 健康会議に会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は会務を総理し、会議の議長となる。

3 会長に事故あるとき、または会長がかけたときは、あらかじめ会長の指定する委員が、その職務を代理する。

(会議)

第6条 健康会議は必要に応じ、会長が招集する。

2 会議の議事は、委員の半数以上が出席しなければ、開くことができない。

3 会議は必要があるとき、または会長が欠けたときは、あらかじめ会長の指定する委員が、その職務を代理する。

(庶務)

第7条 健康会議の庶務は、市民福祉部で処理する。

(委任)

第8条 この条例に定めるもののほか必要な事項は、規則で定める。

3 沼津市民健康増進会議委員名簿

役職名	氏名	所属団体・役職名	
会長	西方 俊	一般社団法人沼津医師会	会長
委員	加藤 公孝	一般社団法人沼津医師会	副会長
委員	大澤 香	一般社団法人沼津医師会	理事
委員	小野 龍	一般社団法人沼津市歯科医師会	副会長
委員	稲玉 圭輔	一般社団法人沼津市歯科医師会	専務理事
委員	青山 さよ子	一般社団法人沼津薬剤師会	理事
委員	下山 義昭	沼津市自治会連合会	副会長
委員	後藤 春男	沼津市老人クラブ連合会	健康推進部 部長
委員	岩崎 克己	沼津市社会福祉協議会	常務理事
委員	片渕 和子	NPO法人沼津市体育協会	会員
委員	田中 玲子	沼津市校長会	小学校校長
委員	津川 眞代	沼津市保育園連盟	特別委員
委員	山本 喜栄	沼津市私立幼稚園協会	会員
委員	加藤 和幸	沼津市民生委員児童委員協議会	副会長
委員	北川 多津子	沼津市健康づくり推進員連絡協議会	会長
委員	鈴木 順子	静岡県栄養士会	運営委員
委員	安間 剛	静岡県東部健康福祉センター（東部保健所）	保健所長
委員	中川 美春	公募委員	
委員	鈴木 茂樹	公募委員	

4 沼津市民の歯と口の健康づくり条例

沼津市条例第23号

沼津市民の歯と口の健康づくり条例をここに公布する。

平成25年10月28日

沼津市長 栗原裕康

沼津市民の歯と口の健康づくり条例

（目的）

第1条 この条例は、歯と口の健康づくりが、市民が健康で質の高い生活を営む上で重要であることに鑑み、歯と口の健康づくりに関し、市の責務等を明らかにするとともに、施策の基本となる事項を定めること等により、歯と口の健康づくりに関する基本的施策を総合的かつ計画的に推進し、もって生涯にわたる市民の健康の増進に寄与することを目的とする。

（基本理念）

第2条 歯と口の健康づくりは、次に掲げる事項を基本として行われなければならない。

- （1）歯と口の健康づくりは、全身の健康の保持増進、生活の質の維持向上及び健康寿命の延伸に深い関わりがあるという認識のもとに行われること。
- （2）歯と口の健康づくりは、乳幼児期からの望ましい食習慣と生活習慣が基礎となるという認識のもと、出生時から高齢期までの各時期における歯と口の状態及び疾患の特性に応じて、適切かつ効果的に行われること。
- （3）歯と口の健康づくりは、市民の生涯にわたる自主的な努力を前提とし、保健、医療、福祉、労働衛生、教育等の関係分野における有機的な連携のもとに行われること。

（市の責務）

第3条 市は、前条に定める基本理念（第6条において「基本理念」という。）にのっとり、歯と口の健康づくりに関する施策を総合的に策定し、これを実施するものとする。

（保健、医療、福祉、労働衛生、教育等に関係する者の責務）

第4条 保健、医療、福祉、労働衛生、教育等に関係する者は、歯と口の健康づくりを推進するとともに、それぞれの者が行う歯と口の健康づくりに関する活動との連携及び協力を図るよう努めるものとする。

（市民の責務）

第5条 市民は、歯と口の健康づくりに関する知識及び理解を深めるとともに、生涯にわたって、自らの歯と口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。

（基本的施策の実施）

第6条 市は、基本理念にのっとり、次に掲げる基本的施策を実施するものとする。

- （1）歯と口の健康づくりに関する情報の提供及び知識の普及啓発を推進すること。
- （2）妊娠中の者に対する口腔ケア及び栄養指導を推進すること。
- （3）家庭における乳幼児期からの望ましい食習慣と生活習慣を確保すること。
- （4）幼児、児童及び生徒の歯と口の健康づくりに関する教育を推進するとともに、効果的な歯科疾患の予防対策を推進すること。
- （5）成人期以降における歯周病対策を推進すること。
- （6）障害のある者、介護を必要とする者等、歯科検診や歯科保健指導等を受けることが困難な者について、その者の心身の特性に応じた適切な歯科疾患の予防対策を推進すること。

- (7) 歯と口の健康づくりの観点から生活習慣病予防対策を推進すること。
- (8) 喫煙が歯と口の健康に及ぼす影響について啓発すること。
- (9) 前各号に掲げるもののほか、歯と口の健康づくりのために必要な施策を推進すること。

(歯科口腔保健計画)

第7条 市長は、前条に定める基本的施策を総合的かつ計画的に推進するため、歯と口の健康づくりに関する基本的な計画（以下この条及び次条において「歯科口腔保健計画」という。）を定めるものとする。

2 歯科口腔保健計画は、健康増進法（平成14年法律第 103号）第8条第2項の規定に基づき市が策定した健康増進計画及びその他市が策定する健康づくりに関する計画と調和するものでなければならない。

3 歯科口腔保健計画は、次に掲げる事項について定めるものとする。

- (1) 歯と口の健康づくりに関する基本方針
- (2) 歯と口の健康づくりに関する目標
- (3) 歯と口の健康づくりに関する具体的施策
- (4) 前3号に掲げるもののほか、歯と口の健康づくりに関し必要な事項

4 市長は、歯科口腔保健計画を定め、又は変更したときは、これを公表しなければならない。

(沼津市民の歯と口の健康づくり会議)

第8条 第6条の基本的施策を円滑に実施するため、沼津市民の歯と口の健康づくり会議（以下この条において「会議」という。）を置く。

2 会議は、次に掲げる事務を行う。

- (1) 歯科口腔保健計画に関し、市長に意見を述べること。
- (2) 基本的施策を実施するために必要な事項について審議すること。

3 会議は、委員10人以内をもって組織する。

4 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 公募による市民
- (2) 保健、医療、福祉、労働衛生、教育等関係機関の代表者
- (3) その他市長が適当と認める者

5 委員の任期は、2年とし、再任を妨げない。ただし、補欠委員の任期は、前任者の残任期間とする。

6 前各項に定めるもののほか、会議に必要な事項は、市長が別に定める。

付 則

この条例は、公布の日から施行する。

5 沼津市民の歯と口の健康づくり会議規程

平成25年10月28日告示第293号

沼津市民の歯と口の健康づくり会議の運営に関する規程

（趣旨）

第1条 この規程は、沼津市民の歯と口の健康づくり条例（平成25年条例第23号）第8条の規定に基づき沼津市が設置する沼津市民の歯と口の健康づくり会議（以下「会議」という）の運営に関し、必要な事項を定めるものとする。

（会長及び副会長）

第2条 会議に会長及び副会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、会議を代表し、会務を経理する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき又は欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第3条 会議は、会長が召集し、会長がその議長となる。

2 会議は、委員の半数以上が出席しなければ開くことができない。

3 会議の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

4 会議は、審議のため必要があると認めるときは、関係者の出席を求めてその意見若しくは説明を聴き、又は関係者から必要な資料の提出を求めることができる。

（庶務）

第4条 会議の庶務は、市民福祉部健康づくり課において処理する。

（補則）

第5条 この規程に定めるもののほか、会議の運営に関し必要な事項は、会長が会議に諮って定める。

付 則

この告示は、公示の日から施行する。

6 沼津市民の歯と口の健康づくり会議名簿

役職名	氏名	所属団体・役職名	
会長	小野 龍	一般社団法人沼津市歯科医師会	副会長
副会長	村松 美枝子	沼津市嘱託歯科衛生士連絡会	歯科衛生士
委員	稲玉 圭輔	一般社団法人沼津市歯科医師会	専務理事
委員	佐藤 智道	沼津市基幹型地域包括支援センター	副主任
委員	新井 光子	沼津市立西浦保育所	所長
委員	飛田 絵理	沼津市立静浦小中一貫学校	養護教諭
委員	原 明子	8020推進員	代表
委員	宮本 みゆき	トッパングループ健康保険組合 沼津西診療所	産業看護師
委員	大嶽 由紀江	公募委員	

7 沼津市歯科口腔保健計画策定委員会設置要綱

(設置)

第1条 沼津市歯科口腔保健計画（以下「歯科口腔保健計画」という。）を策定するため沼津市歯科口腔保健計画策定委員会（以下「委員会」という。）を設置する。

(所掌事務)

第2条 委員会は、次に掲げる事務を所掌する。

(1) 計画の策定にかかる協議及び連絡調整に関すること。

(2) その他計画の策定に必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 委員会は、委員長及び委員をもって組織する。

2 委員長は、市民福祉部長をもって充てる。

3 委員は、別表第1に掲げる者をもって充てる。

(委員長)

第4条 委員長は、委員会を統括する。

2 委員長に事故があるときは、あらかじめその指名する委員が、その職務を代理する。

(会議)

第5条 委員会の会議は、委員長が招集し、議長となる。

2 委員長が必要と認めるときは、会議に関係者又は関係職員の出席を求め、意見を聴き、又は説明を求めることができる。

(連絡会)

第6条 委員会に、沼津市歯科口腔保健推進連絡会（以下「連絡会」という。）を置く。

2 連絡会の構成は、別表第2に掲げる所属の職員をもって充てる。

3 連絡会は、委員会に付議すべき事案について、あらかじめ調査研究及び調整を行うものとする。

4 連絡会は、市民福祉部健康づくり課長が招集する。

5 連絡会は、会議に関係者又は関係職員の出席を求め、意見を聴き、又は説明を求めることができる。

(庶務)

第7条 委員会の庶務は、市民福祉部健康づくり課において処理する。

(補則)

第8条 この要綱に定めるもののほか、委員会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

付 則

この要綱は、平成26年4月1日から施行する。

市民福祉部	市民福祉部長
	子育て支援課長
	長寿福祉課長
	障害福祉課長
	健康づくり課長
教育委員会事務局	学校教育課長

別表第 1（第 3 条関係）

市民福祉部	子育て支援課
	長寿福祉課
	障害福祉課
	健康づくり課
教育委員会事務局	学校教育課

別表第 2（第 6 条関係）

第 2 次 沼 津 市 歯 科 口 腔 保 健 計 画

沼津市市民福祉部健康づくり課

(沼津市保健センター)

〒410-0881 沼津市八幡町97

電 話 : 055-951-3480

F A X : 055-951-5444

e-mail : kenkou@city.numazu.lg.jp

令和 3 年 3 月発行