

(案)

横浜市歯科口腔保健 令和3年度から令和4年度の取組

～第3期健康横浜21における横浜市歯科口腔保健推進計画の策定に向けて～



健康福祉局保健事業課

令和2年9月 14 日

目次

I 策定に当たって

1 主旨	1
2 背景	1
3 目的	1
4 位置づけ	1
5 評価・推進体制	2

II 歯科口腔保健の現状と方向性

1 横浜市の歯科口腔保健の現状	3
2 取組の基本的な方向性	6
3 関係者の役割	7

III 歯科口腔保健の推進に関する施策

1 ライフステージ・対象像等に着目した施策	
(1) 乳幼児期	9
(2) 学齢期	14
(3) 成人期（妊娠期含む）	17
(4) 高齢期	24
(5) 要介護高齢者	28
(6) 障害児及び障害者	32
2 歯科口腔保健の観点から推進する取組	
(1) 食育	36
(2) 糖尿病等の生活習慣病対策	37
(3) 喫煙による影響への対策	38
(4) 災害に備えた対策	39
(5) 関係機関・団体等との適切な情報共有・発信	40

I 策定に当たって

1 主旨

令和5年度から始まる「第3期健康横浜21」の分野別計画である「横浜市歯科口腔保健推進計画(仮称)」の策定に向けて、令和3年度から令和4年度までに行う取組をまとめました。

2 背景

歯と口腔の健康は、日々の食事を通じて栄養を摂ることに深く関わり、笑うことや会話を楽しむことなど、生活の質や心身の健康を保つ基礎であり、健康寿命に大きな影響を与えます。

人生100年時代を迎え、生涯を自分の歯で過ごし、健康を維持していくために、ライフステージに応じた口腔機能の維持向上、むし歯や歯周病の予防に関する取組は、さらに重要となります。

このような状況を踏まえ、平成31年2月に「横浜市歯科口腔保健の推進に関する条例」が議会提案により制定されました。この条例に基づいて、歯と口腔の健康づくりに関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、条例第9条に基づき、健康増進法により推進している本市の健康増進計画「健康横浜21」と一体的に「横浜市歯科口腔保健推進計画(仮称)」を策定します。

3 目的

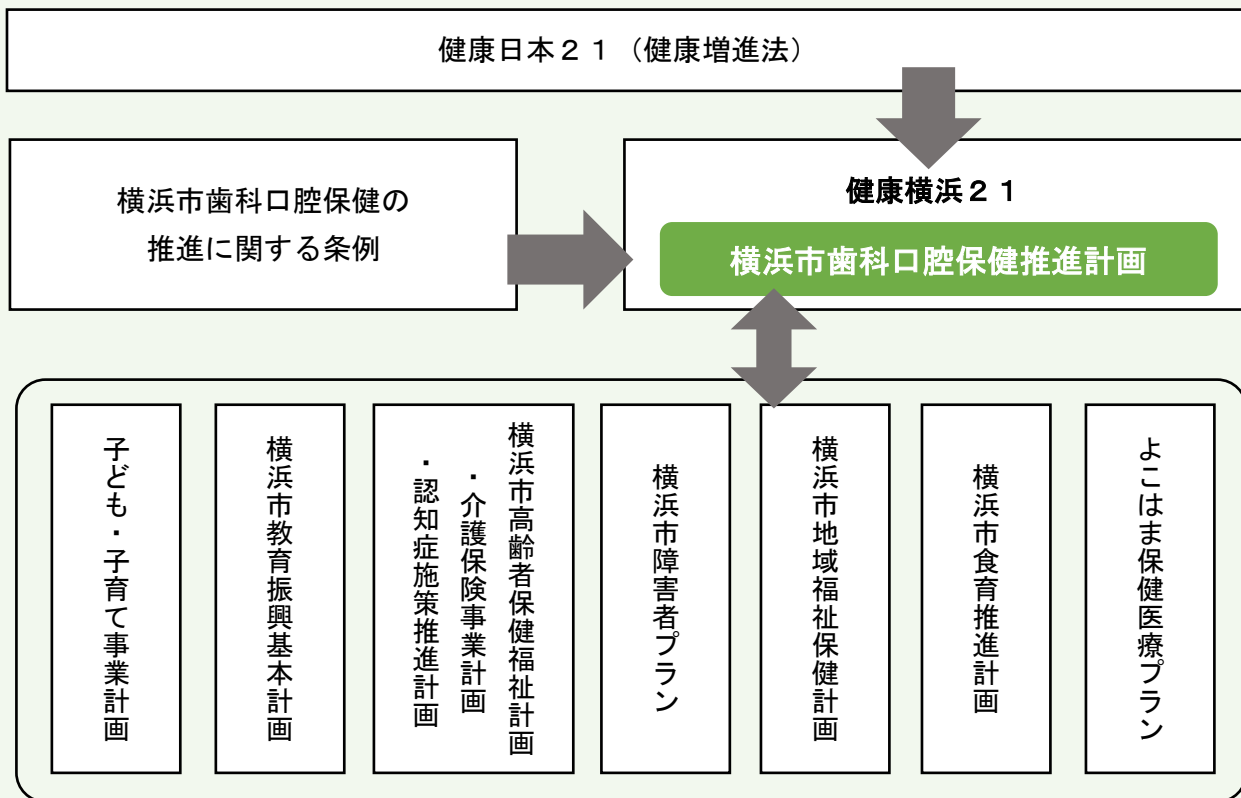
乳幼児期から高齢期までのライフステージ等の現状や課題に応じて、歯科口腔保健に関わる施策の方向性と取組を示しています。市民の個々の生涯にわたる健康で豊かな生活の実現に向け、市民自らが取り組み、行政、関係機関・団体が、それぞれに求められる役割を十分理解し、相互に連携して取り組むことを目指しています。

4 位置づけ

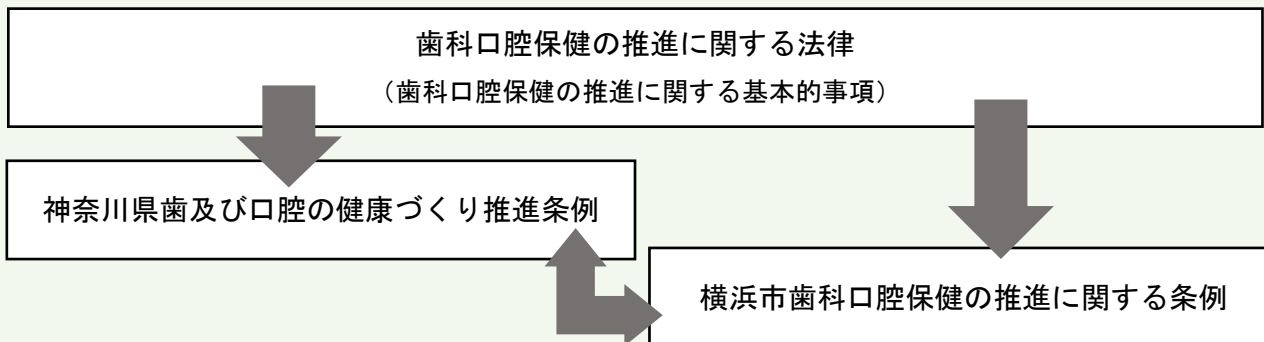
本市の健康増進計画「健康横浜21」の歯科口腔保健分野の取組として位置づけ、健康横浜21と連携する、「子ども・子育て支援事業計画」、「横浜市教育振興基本計画」、「横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画」、「横浜市障害者プラン」、「横浜市地域福祉保健計画」、「横浜市食育推進計画」、「よこはま保健医療プラン」と連携して取り組みます。

また、「歯科口腔保健の推進に関する法律」に基づく「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項」及び「神奈川県歯及び口腔の健康づくり推進条例」とは、施策の方向性や、数値目標を参照するなど、整合性を図りながら進めます。

●健康横浜21の分野別計画として位置づけ関係計画と連携して取り組みます。



●国、県の計画等と整合性を図りながら取り組みます。



5 推進・評価体制

令和3年度から令和4年度の取組を踏まえ、第3期健康横浜21に一体化する計画の策定に向けて、学識経験者、関係団体、関係機関の代表者から構成される「健康横浜21推進会議」(推進会議)及びその部会である「横浜市歯科口腔保健推進検討部会」(検討部会)において検討を進めます。

推進にあたって、市は、各施策の進捗状況や各種指標の達成状況を適宜把握し、推進会議及び検討部会を通じて共有していきます。また、推進会議及び検討部会は、市に対し、歯科口腔保健の推進に関して適宜必要な提言を行います。

健康横浜21の中間評価及び最終評価に合わせ、市は、推進会議及び検討部会からの提言や、把握した検証結果に基づき評価を行い、取組の見直しや計画への反映を行います。

II 歯科口腔保健の現状と方向性

1 横浜市の歯科口腔保健の現状

(1) 横浜市の人口の状況

横浜市住民基本台帳によると、令和2年3月末の人口は3,761,563人です。

平成31年1月から令和元年12月までの1年間の出生数は26,394人、死亡数は33,594人と出生数を死亡数が上回っており、自然増加数はマイナス7,200人となっています。

人口の年齢別割合は0歳から14歳の年少人口が12.1%、15歳から64歳の生産年齢人口が63.4%、65歳以上の高齢者人口が24.5%です。高齢者人口のうち、65歳から74歳の前期高齢者人口は11.8%、75歳以上の後期高齢者人口は12.7%と後期高齢者人口率が年々増加しており、高齢者人口の増加は少子化と長寿化によりますます進むことが予測されています。

平成28年度の男性の平均寿命は81.37歳、健康寿命は71.52歳、女性の平均寿命は87.04歳、健康寿命は74.48歳とそれぞれ10歳～12歳の開きがあります。

一方で、令和元年12月31日の外国人人口は104,047人と総人口の2.8%を占め、転入等による社会増加数と自然増加数を合わせた人口増加数8,985人のうち、外国人の人口増加数は6,864人と約8割を占めています。また外国人の出生数は770人と総出生数の約3%となっています。

(2) 歯科口腔保健の現状と課題

● 乳幼児期

この時期の歯科口腔保健は、乳幼児歯科健康診査や相談事業、保育所、幼稚園等の歯科検診を通じて行われています。3歳児でむし歯のある児は全体として減少しており、むし歯が全くない児がいる一方で、1人で多くのむし歯がある児がいることや出生順位によるむし歯の有病率の違いが見られます。また、食習慣や口腔衛生に関する課題を抱える子育て家庭も存在しています。

保育所、幼稚園等との連携を強化し地域性や個別性にも着目した対策が必要です。

● 学齢期

学齢期のむし歯のある児は減少していますが、一定の割合でむし歯のある児が存在していることや、年齢に応じた口腔機能の発育・発達が十分ではない児童・生徒が散見されています。

歯肉の炎症所見のある児の割合は減少傾向ですが、中学生では全国平均を上回っています。教育機関等との連携を強化し、乳幼児期からの切れ目のない対策が必要です。

● 成人期

1年間に歯科医院、職場、市町村で定期歯科検診を受診した人は全国平均を下回っています。歯肉に炎症を有する人の割合も20歳、40歳ともに国の目標値より高く40歳の未処置歯数、喪失歯についても国の目標値より高く早急な対策が必要です。

喫煙習慣や糖尿病が歯周病を悪化させることが明らかになっていますが、平成28年の本市の調査では男性の30.3%、女性の13.4%に喫煙習慣がありました。また平成28年の国民健康・栄養調査の結果では、「糖尿病が強く疑われる者」、「糖尿病の可能性を否定できない者」は、いずれも全国で12.1%と推計されており、本市においても同様の傾向が推測されます。

一方で、平成23年の本市の調査ではかかりつけの歯科医院のある人の割合は約5割でした。

健康の維持・増進には、適切な日々の口腔ケアと生活習慣病の予防、歯科検診による歯科疾患の早期発見・早期治療が必要です。市民が適切な予防活動に取り組めるよう支援することが必要です。

● 妊娠期

令和元年度に本市が行った調査では、妊娠中に困ったこと、気になっていることとして、「つわりで歯磨きができない」、「歯ぐきからの出血」、「むし歯」などが多くあげられています。妊婦歯科健康診査の受診率は平成30年度で36.6%でした。妊娠期は家族の健康管理に意識を持つ時期であり、歯の健康に関する重要な時期です。妊娠期の口腔ケアや栄養摂取が自身や胎児の健康に影響を与えることなど意識を高めるよう動機づけることが大切です。

● 高齢期

高齢期では加齢によって歯の喪失や、噛む、飲み込むなどの口腔機能が低下した状態（オーラルフレイル※）が進むことにより、低栄養状態となり、やがて全身の虚弱化、要介護状態を引き起こすことが明らかになってきました。平成28年の本市の調査では80歳で20本以上の自分の歯がある者や60歳代で進行した歯周病を有する者は国の目標値を下回っています。また虚弱な状態である要支援の認定者数が増加しています。歯周病の予防、高齢者の口腔機能の維持・向上、オーラルフレイルを予防するための口腔ケアや定期的な歯科検診の受診等、介護予防や生活習慣病の予防に取り組めるよう支援することが必要です。

（※）オーラルフレイル・・・「オーラルフレイル」は、口腔機能の軽微な低下や食の偏りなどを含み、身体の衰え（フレイル）の一つです。健康と機能障害との中間にあり、口腔ケアや口腔機能の訓練によって機能が回復することが大きな特徴です。「オーラルフレイル」の始まりは、滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、かめない食品が増える、口の乾燥等ほんの些細な症状であり、見逃しやすく、気が付きにくいいため注意が必要です。

● 要介護高齢者

令和元年度3月末の要介護認定者は約170,000人で年々増加しており、後期高齢者人口の増加により今後も増加傾向が続く見込みです。要介護高齢者は心身機能の低下や口腔機能・嚥下機能の低下による誤嚥性肺炎を引き起こしやすいため予防が重要です。地域包括ケアシステムでは医療や歯科医療と介護サービスとの連携の必要性が高まっています。家族や介護者などの支援者の理解を深め、適切なケアを提供することが必要です。

● 障害児及び障害者

平成31年の横浜市における障害者手帳の所持者の割合は4.47%で年々増加しています。障害に応じたきめ細やかな歯科口腔ケアの支援が必要とされており、口腔保健サービスの提供方法、医療に対するアクセスの充実が課題となっています。

また、家族や介助者などの支援者の理解を深め、適切な口腔ケアを提供することが必要です。

2 取組の基本的な方向性

(1) 目標

歯と口腔の健康が健康寿命の延伸及び生活の質の向上に重要な役割を果たしているという条例の理念の下、本市における歯科口腔保健の現状と課題を踏まえ、歯科口腔保健の推進にあたり、「口腔機能の健全な発育・発達」、「むし歯・歯周病の予防」及び「生涯を通じて食事や会話ができる」という3つの目標を設定します。

なお、自ら歯と口腔の健康づくりに関する取組を行うことが困難な人に対しては、家族や支援者の関わりが重要です。

横浜市歯科口腔保健の推進に関する条例第3条基本理念

「歯科口腔保健の推進に関する施策は、次に掲げる事項を基本理念として行うものとする。

- (1) 歯及び口腔の健康が健康寿命の延伸及び生活の質の向上に重要な役割を果たしているという認識の下、市民が、歯科口腔保健に関する正しい知識を持ち、生涯にわたって日常生活において行う歯科口腔保健に関する取組を推進すること。

目標1 口腔機能の健全な 発育・発達	乳幼児期・学齢期に「話すこと」「食べること」「味わうこと」などの口腔機能を育てることが、成人期・高齢期になってからも健康で質の高い生活を営む上で重要な役割を果たします。
目標2 むし歯・歯周病の予防	日頃からのセルフケアとともに、かかりつけ歯科医での、定期的な歯科検診とプロフェッショナルケアを受けることで、歯の喪失の原因となっているむし歯や歯周病の予防、早期発見・早期治療につながります。
目標3 生涯を通じて 食事や会話ができる	口腔機能の低下を予防し、「食べる」「話す」機能をいつまでも維持するために、歯と口腔の健康の重要性について理解し、発達の程度や特性に応じた健康づくりに関する取組を行うことが大切です。

(2) 取組の方向性

各ライフステージ等の特徴を踏まえ、課題に応じた施策・取組を示し、行政、関係機関・団体及び市民がそれぞれの役割を担い、歯と口腔の健康づくりを推進していきます。

3 関係者の役割

(1) 横浜市

市民の主体的な歯と口腔の健康づくりに関する取組を推進し、健康寿命の延伸につなげるためには、歯科医療等関係者及びその他多様な事業者・関係機関・団体等との連携・協力関係が不可欠です。

そのために、歯科口腔保健推進計画を策定し、関係機関や団体との円滑な連携・協力関係を構築しながら、様々な施策を展開します。

また、国や県の動向に着目するとともに、地域の歯科口腔保健の現状を把握し、その課題解決に向けて確かな医学的根拠（エビデンス）に基づく知識や情報を適切に発信し、歯科疾患の予防や口腔機能の維持・向上に向けた取組を推進していきます。

(2) 市民

生涯を自分の歯で過ごし健康で豊かな生活を維持していくためには、自らが、歯科口腔保健に関する正しい知識を持ち、生涯にわたり毎日の口腔ケアや、定期的な歯科検診、むし歯や歯周病などの早期の治療などに取り組むことが重要です。

(3) 歯科医療等関係者（歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士等）

歯と口腔の健康を維持・向上するためには、日々のセルフケアに加え、定期的に専門的な口腔ケアを受けることが大切です。歯科医療等関係者は、かかりつけ歯科医や、施設の協力歯科医療機関として、定期的な歯科検診や専門的な口腔ケアを提供します。

また、保健医療等関係者と連携し、歯周病と全身疾患との関連性や、全身の健康を守るための歯科口腔保健の重要性について普及啓発します。

歯科口腔保健を推進するため、市が実施する事業や施策へ協力し、良質かつ適切な歯科医療及び歯科保健指導を実施します。

さらに自らの技術の向上と知見を深めるために、研修や人材育成等を進めます。

(4) 保健医療等関係者及び事業者（保健、医療、福祉、介護従事者等）

歯と口腔の健康が全身の健康の維持・向上に重要な役割を果たすことを理解し、それぞれの業務において、歯と口腔の健康づくりに取り組みます。

また、歯科疾患予防の重要性や口腔機能の維持・向上の重要性について理解し、障害児及び障害者や要介護高齢者など、日常生活において取組が困難な人への必要な支援を実施します。

歯科医療等関係者とも連携し、家族や介護者に対して歯科疾患予防の重要性や適切な食事の介助方法等について啓発するとともに、定期的な歯科検診や口腔ケアの定着及び充実を図ります。

（５）保育・教育・企業等事業所・施設

園児、児童、生徒とその養育者、事業所の従業員とその家族等に対し、歯科口腔保健に関する理解促進を働きかけます。

また、歯科口腔保健に係る健康診査・予防・治療の機会確保に努めます。

（６）地域活動団体等

市や関係機関が地域で展開する歯科口腔保健に関する普及啓発事業に参加し、理解を深めます。

地域住民や支援対象者の歯科口腔保健を推進する視点を日常の活動に取り入れ、歯と口腔の健康づくりの普及啓発を行います。

Ⅲ 歯科口腔保健の推進に関する施策

1 ライフステージ・対象像等に着目した施策

(1) 乳幼児期

ライフステージ

< 歯科的特徴 >

- 乳歯が生え始めるとともに、歯肉内では永久歯の石灰化が始まります。
- 離乳の進行とともに咀嚼へと移行し、話す、食べる、味わうことといった口腔機能を獲得します。
- 3歳児は、乳歯列が生えそろう時期であり、2歳児頃からむし歯が急増します。
- 4～6歳では、乳臼歯のむし歯が発生しやすくなります。

< 指標 >

指標	現状値	目標値
3歳児でむし歯のない者の割合	90.7% (H30)	90%以上に維持(かつ増加傾向)

(出典：横浜市子ども・子育て支援事業計画)

< 課題 >

乳幼児期のむし歯の有病者率は、減少傾向にあります。本市の3歳児健康診査でのむし歯のない児の割合は、平成30年は90.7%で、初めて目標を達成しました。むし歯が全くない児がいる一方で、1人で多くのむし歯がある児がいることや出生順位によるむし歯の有病率の差などがみられることから、個々に応じた支援、取組が必要です。

乳幼児期は、口腔機能が発育・発達する大切な時期です。かみ合わせや発達に合わせた食べ方支援も必要です。養育者、保育士等が正しい知識を深め、食育等と連携した取組を進めることが大切です。

<取組の方向性>

- 乳幼児健康診査等において乳幼児の口腔内状況を把握し、それぞれの児の課題や、地域の特性に応じた歯科保健事業を展開します。
- 多数のむし歯があるなど、対象児の生活環境や健康状態、養育者の状況や考えを把握し、適切に養育ができるよう支援します。
- むし歯予防に加え、離乳食・幼児食の食べ方や、「嚙ミング30」(※)など食育と連携した普及啓発、指しゃぶりなど口腔習癖の予防など、健全な口腔機能の育成に取り組みます。
(※)嚙ミング30・・・ひとくち30回以上嚙むことを目標としたキャッチフレーズです。これは、「むし歯」や「歯周病」の改善に加え、「食育」や「高齢者への誤嚥や窒息防止に重点を置いた対応」が重要であるとの考え方に基づいた取組のひとつです。
- 全市で実施する乳幼児健康診査、赤ちゃん教室、集団指導等の歯科保健の向上を目的とした取組で使用する共通媒体を作成し、質を確保します。 **新規**
- 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 **新規**

<具体的な取組>

○乳幼児健康診査（こども青少年局こども家庭課）

9割以上の親子が受診する乳幼児健康診査の機会を捉え、歯みがき方法、親子で行うお口の体操など全市的な共通媒体を作成し、歯科保健の向上に取り組みます。健康教育でも共通媒体を使用し、質の確保をしていきます。

【4か月児】

乳歯が生える前をとらえ、健全な歯と口腔機能の発育を目指して、歯みがきの時期、歯みがき方法等について歯科保健指導を行います。

【1歳6か月児・3歳児】

歯科健康診査により幼児の口腔状態を把握するとともに、現状の口腔内と生活状況からむし歯り患傾向を予測し、適切な保健指導を行います。

○1歳6か月児歯科健康診査事後指導事業(教室・歯科健康診査)（こども青少年局こども家庭課）

1歳6か月児健康診査でむし歯やむし歯のなり始めの歯があった児及びむし歯予測テストでハイリスクと判定された児に対し、歯科健康診査と相談、歯みがき等のアドバイスをを行い、3歳児健康診査まで継続的な指導を行います。

○乳幼児歯科相談（こども青少年局こども家庭課）

乳幼児期における歯科的な不安をかかえる乳幼児及び養育者に対して、歯科相談、歯科保健指導を行います。

○市立保育所入所児童の歯科健康診査（こども青少年局保育・教育人材課）

園医による歯科健康診査と歯の保健指導を行います。

○市内保育施設職員対象の歯科研修（こども青少年局保育・教育人材課）

【口腔疾患の予防と口腔機能育成に関する研修】

歯みがき指導、実践、ワーク等を行います。

【乳幼児保健研修】

歯科医から見たこどもの心と体について講義します。

○離乳食教室（健康福祉局保健事業課）

生後7～8か月頃の乳児とその養育者を対象に、離乳食の作り方や食べさせ方などの講話と実演・相談を行います。

○乳幼児食生活健康相談（健康福祉局保健事業課）

離乳食のすすめ方、好き嫌い、小食、食物アレルギーなど、食生活について不安を抱えている乳幼児とその養育者に、栄養士との個別相談を行います。

○その他（歯科口腔保健推進事業・区づくり推進事業等で実施）

赤ちゃん教室（地域育児教室）での歯科健康教育

子育てが初めてという0歳児を持つ養育者を対象に、地域の会場で育児教室を開催し、育児の情報交換や仲間づくりを支援する教室において、乳児の歯の生え方や、歯みがきの方法、口腔機能の発達等、親子で行うお口の体操など共通媒体を作成し、健康教育を行います。

0、1歳児向け歯みがき教室

養育者の歯と口の健康への関心が高まる歯が生え始める時期や、仕上げみがきを始めることに適した時期を捉え、乳児の歯の生え方、歯みがきの方法、口腔機能の発達に合わせた食事や噛むことの重要性等について多職種（栄養士、保健師等）と連携し、健康教育を行います。

子育て支援拠点、育児サークル等での歯科健康教育

地域で行われている子育て支援の場において、対象の月齢に合わせた、むし歯予防、歯みがき方法、口腔機能の発達等についての健康教育を行います。

外国人母子への歯科健康教育

国際交流ラウンジ等で行われている、外国人対象の子育て支援の場において、外国語版の啓発媒体を使用し、健康教育を行います。啓発媒体については、乳幼児健康診査等でも活用します。

子育て支援を行う地域人材への歯科健康教育

子育て支援者、こんにちは赤ちゃん訪問員、保育ボランティア等、乳幼児に接する人材を対象に、歯科保健の正しい知識を啓発し、市民に正しい情報を伝えられるように研修を行います。

<関係者の役割>

実施主体	役割
横浜市	<ul style="list-style-type: none"> ・関係機関・団体と連携し、歯科保健事業を通じ、適切な口腔ケアの方法について啓発します。 ・地域全体の乳幼児の口腔内状況を把握し、それぞれの地域の特性に合った歯科保健事業を展開します。 ・多数のむし歯がある子と親に対する適切な支援を行います。 ・規則正しい食生活を身に付けるための啓発及び適切な支援を行います。 ・口腔機能や身体機能の発育にあった食生活を推進します。 ・適切な食事や間食のとり方について啓発します。 ・市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。
市民 (乳幼児の 養育者等)	<ul style="list-style-type: none"> ・適切な口腔ケアの習慣を身に付けます。 ・定期的に歯科検診を受診します。 ・かかりつけ歯科医を持ち、歯科検診や歯科保健指導を受けます。 ・むし歯の早期発見早期治療に努めます。 ・規則正しい食生活を身に付けます。 ・よく噛んで食べる習慣を身に付けます。
歯科医療等 関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・市の歯科保健事業に協力し、子育て支援の視点から歯科検診及び歯科保健指導を行います。 ・保育所及び幼稚園の園児に対し、歯科検診、歯科保健指導及び歯科健康教育を行います。
保健医療等 関係者及び 事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・子どものむし歯予防の重要性や口腔機能の発達について理解を深め、その普及啓発について市や歯科医療等関係者と連携します。
保育・教育等 関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・園児に対して、歯磨きやよく噛んで食べる習慣を形成する動機付けを行います。 ・養育者に対して園児のむし歯予防や健全な歯と口腔機能の発達について普及啓発を行います。
地域活動 団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・子どものむし歯予防の重要性や口腔機能の発達について理解を深め、健やかな歯と口腔をはぐくむ地域づくりを行います。

(コラム) フッ素について

< 歯科的特徴 >

(小学生)

- 乳歯から永久歯に生え変わる時期です。
- 6歳臼歯や前歯などの永久歯が生え始めます。生え始めの歯は組織が未熟でむし歯になりやすいため、永久歯のむし歯が発生しやすくなります。
- かみ合わせの異常が顕在化し始める時期です。

(中高生)

- 12～13歳頃には、すべての永久歯が生えそろいます。
- 歯肉炎が発症しやすい時期です。
- むし歯や歯周病の予防に自ら取り組むことができます。

< 指標 >

指標	横浜市の現状	目標値
12歳児の1人平均むし歯数	※0.57本 (R1)	維持・減少傾向へ

※市立中学1年生の平均
(出典：健康横浜21)

< 課題 >

学齢期の12歳児の1人平均むし歯数は減少傾向にあり、国の目標である1.0本未満を達成しています。しかし、歯肉炎のある者は中学生で24.2%、高校生で19.6%であり、乳幼児期と同様に、地域や個人に応じた支援が必要です。

甘味食品の喫食習慣の改善や、むし歯や歯周病を予防するためのセルフケアの方法、歯や歯肉の状態を自分で観察できる力を育て、栄養バランスの取れた食事を規則正しくとることやよく噛んで食べる習慣を身に付けることなど、この時期から、成人期の歯周疾患や口腔機能低下を予防するための対策が必要です。

自ら口腔ケアを行うことが困難な児童・生徒については、障害の特性や発達の段階等に応じた支援が必要です。

また、喫煙が歯や口腔、全身の健康に影響を及ぼすことについて、この時期から普及啓発し、喫煙の防止につなげる必要があります。

この時期の歯科口腔保健の取組を充実させるためには、定期的な歯科検診を実施する学校歯科医とかかりつけ歯科医など、学校と家庭、地域の歯科医療機関が連携を密にして啓発や保健指導を行うとともに、歯科口腔保健の分野においても、保育園・幼稚園と小学校、小学校と中学校など、地域全体で切れ目なく連携して取り組む必要があります。

<取組の方向性>

- 児童・生徒が歯と口腔の健康の大切さに理解を深め、主体的にむし歯や歯肉炎予防のセルフケアに取り組み、歯や歯肉の状態を自ら観察できる力を育てるため、啓発に取り組みます。
- 担当教諭など支援者に対し、自ら口腔ケアを行うことが困難な児童・生徒の障害の特性や発達の段階等に応じた取組について啓発を行い、歯と口腔のケアの重要性について理解を深めます。
- むし歯や歯周病を予防するため、かかりつけ歯科医による定期的な歯科検診と専門的ケアの受診を促します。
- 噛む、飲み込むなどの口腔機能の発育・発達を促す食習慣の形成のため、食育と連携した取組を行います。
- 喫煙による健康への影響について理解を深め、喫煙を防止するための取組を行います。
- 就学前～小学校～中学校における個人や地域を視点とした歯科口腔保健の連携を進めます。
- 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 **新規**

<具体的な取組>

○児童・生徒の健康診断（教育委員会事務局健康教育課）

児童・生徒の成長の状況を把握し、潜在する疾病を早期に発見して適切な処置を講じ、生涯の健康のための教育効果を高めることを目的に実施しています。歯・口の状態は、児童・生徒の生活習慣の状況を反映することから、学校歯科医による健康診断に基づいて、学校保健計画の立案や的確な事後措置を実施します。

○巡回歯科保健指導（教育委員会事務局健康教育課）

児童・生徒のむし歯や歯肉炎予防のため、学校歯科医と連携して実施しています。小学校、特別支援学校ではブラッシング指導や歯と口腔の健康チェック、中学校では歯科健康診断時の事後指導や歯科相談を主として行い、学校における歯科保健の向上を図ります。

○学校における食育推進（教育委員会事務局健康教育課）

食育出前講座など、学校における食育推進計画に基づく取組を行っています。児童・生徒が食や咀嚼の重要性、栄養と全身の健康との関係などについて理解を深め、自ら食を選択できる力を身に付けることを支援します。

○喫煙防止対策（健康福祉局保健事業課）

学校、福祉保健センター及び地域活動団体が協力し、小学校や中学校で、喫煙防止出前授業を行っています。また、市内全ての市立高校に対し、恋愛や肌への影響等、高校生がタバコのデメリットを実感できるような喫煙防止リーフレットを配布し、タバコの害についての学習機会の充実を図ります。

<関係者の役割>

実施主体	取組の方向性
横浜市	<ul style="list-style-type: none"> ・関係機関・団体と連携し、歯科保健事業を通じ、適切な口腔ケアの方法について啓発します。 ・むし歯や歯周病の適切な予防方法を啓発します。 ・多数のむし歯がある子と親に対する適切な支援を行います。 ・規則正しい食生活を身に付けるための啓発及び適切な支援を行います。 ・正しい食を選択するための知識に関する啓発を行います。 ・喫煙を防止するための普及啓発を行います。 ・市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。
市民 (児童・生徒、 保護者)	<ul style="list-style-type: none"> ・適切な口腔ケアの習慣を身に付けます。 ・定期的に歯科検診を受診します。 ・かかりつけ歯科医を持ち、歯科検診や歯科保健指導を受けます。 ・むし歯や歯周病の早期発見・早期治療に努めます。 ・規則正しい食生活を身に付けます。 ・よく噛んで食べる習慣を身に付けます。 ・正しい食を選択する力を身に付けます。 ・喫煙の害に関する知識を身に付けます。 ・必要に応じて歯間部清掃用具を利用し、むし歯や歯肉炎の予防に取り組みます。
歯科医療等 関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・学校歯科医は学校の歯科保健事業に協力し、児童及び生徒に歯科検診、歯科保健指導及び歯科健康教育を行います。 ・かかりつけ歯科医として定期的な歯科検診を行うとともに、生活環境や健康状態に応じた歯磨き指導、歯間部清掃用具の指導、フッ化物洗口、フッ化物歯面塗布などを実施し、その必要性について普及啓発を行います。
保健医療等 関係者及び 事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・子どものむし歯予防の重要性や口腔機能の育成について理解を深め、その普及啓発について市や歯科医療等関係者と連携します。
保育・教育・ 機関等	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科検診を行う学校歯科医と情報共有を密にするとともに、歯磨きなどの技術や、歯と歯肉の自己観察力等の教育指導に取り組みます。 ・しっかりよく噛んで食べることなどを啓発します。
地域活動 団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・地域活動において、子どもたちによく噛んで食べることなど歯と口腔の健康づくりの大切さを教えます。

< 歯科的特徴 >

- 進行した歯周病を持つ人が年齢とともに増加し、それとともに歯の喪失も増加する時期です。
- 歯の喪失によって、口腔機能の低下が始まり、義歯が必要な人が多くなります。
- オーラルフレイルの徴候が現れ始めます。

< 指標 >

指標	現状値	目標値
40 歳代における進行した歯肉炎を有する者の割合	26.6% (H28)	維持・減少傾向へ
過去 1 年間に歯科健診を受けた者の割合	男性 45.2% 女性 56.0% (H28)	65%

(出典：健康横浜 2 1)

< 課題 >

この時期は仕事や育児等が多忙であり、セルフケアや定期的な歯科検診の受診がおろそかになりやすく、歯周病の有病率が高くなっています。

歯周病は進行がゆっくりで自覚症状もないため、痛みがでたときは、重症化により歯を失うなど手遅れになることが多く、予防と早期発見が重要です。

また、オーラルフレイルの兆候は、50 歳頃には起き始めるため、早い時期から予防を進める必要があります。

歯周病が、喫煙習慣や糖尿病などの生活習慣病と関係性が高いことについての認知度は低く、早期発見・早期治療が双方の重症化予防につながるよう地域・職域が連携して普及啓発に取り組むことが必要です。

成人期では、就労している人が多いことから、事業所と連携した取り組みが必要です。

<取組の方向性>

- 市民や関係多職種がオーラルフレイルに関する理解を深めることができるよう、関係機関・団体や保健・医療・福祉・介護の多職種と連携して、普及啓発に取り組みます。
- 歯や歯肉の状態を自ら観察し、セルフケアが出来る力を育てるために必要な取組を行います。
- かかりつけ歯科医を持つことや、定期的な歯科検診と専門的ケアの受診を促します。
- 生活習慣病対策と連携し、歯科口腔保健と全身の健康との関連性について、普及啓発に取り組みます。 **重点**
- 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 **新規**

<具体的な取組>

○歯周病予防教室（健康福祉局保健事業課）

成人・高齢者の歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。

歯科医師等による歯周病予防、症状、治療、予防等に関する講話及び歯科衛生士によるブラッシング指導、咀嚼筋・唾液腺マッサージ等を行い、セルフケアの方法や歯や歯肉の状態を、自分で観察出来る力を育てるために必要な情報提供を行います。

○オーラルフレイル予防対策（健康福祉局保健事業課）

保健・医療・福祉・介護の専門多職種が歯と口腔の健康の重要性について理解を深め、日頃の業務の中で歯科口腔保健に関し必要な対応を行うための視点を持てるよう、支援を中心的に担う保健・医療・福祉・介護の専門多職種や地域活動団体を対象として、オーラルフレイル予防に関する講話やブラッシング指導、健口体操などの研修を行います。また、一般市民向けにもオーラルフレイル予防対策の普及啓発を行います。

○歯周病検診（健康福祉局保健事業課）

定期的な歯科検診を勧奨し、歯周病の予防と早期発見を推進するため、40歳、50歳、60歳及び70歳の市民を対象に、歯及び歯周組織の口腔内状況について診査を行います。

○疾病の重症化予防事業（健康福祉局保健事業課）

特定健診の受診勧奨や糖尿病発症リスクの高い者に対する個別指導及び集団健康教育などを行います。適切な食・生活習慣等の改善等を支援する中で、保健師、栄養士等、関係職種と連携しながら歯周病と糖尿病の関連について啓発を行います。また、国保データベースシステムを活用し、一定基準の対象者を抽出し、保健指導を実施します。

○生活保護受給者等の健康支援事業（健康福祉局生活支援課・保健事業課）

受給者自らが、口腔衛生、口腔機能維持の必要性を理解し、歯科受診やセルフケアに取り組むことができるよう支援します。また、受給者自らが、糖尿病など、医療機関への受診や健康管理を適切に行い健康状態の改善に取り組めるよう支援します。

○歯と口の健康週間行事（健康福祉局保健事業課）

歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発とともに、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、併せてその早期発見及び早期治療等を徹底することにより歯の寿命を延ばします。

歯と口の健康週間(6月4日～6月10日)を中心に歯科口腔保健に関するイベント等を実施します。

○健康経営を通じた口腔ケアの推進（健康福祉局保健事業課）

横浜健康経営認証制度において、従業員に対する歯科検診の実施や口腔ケアの推奨を評価項目に設定し、事業所における口腔ケアの重要性を啓発します。さらに、企業向けに歯周病や口腔ケアに関する講座を行い、働き世代からの口腔ケアの取組の充実を図ります。

○受動喫煙防止事業（健康福祉局保健事業課）

受動喫煙の防止に取り組む中で、歯周病など受動喫煙による健康への影響について啓発を進めます。

○禁煙支援事業（健康福祉局保健事業課）

地域子育て支援拠点等と連携し養育者の禁煙の動機づけと家庭内の子どもの受働喫煙の防止に関する啓発を進めます。

集団での健康教育や個別相談などによる禁煙支援を実施しています。

○生活習慣改善相談（健康福祉局保健事業課）

高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などが気になる人を対象に、食生活の改善・運動等の指導を行う保健師・栄養士・歯科衛生士等による個別相談を行います。

(妊娠期)

< 歯科的特徴 >

- 胎生期 6～8 週頃から乳歯が作られます。
- 妊娠に伴う生理的变化により、不規則な食事、口腔清掃の不良によるむし歯や歯肉炎の増加が見られます。
- 妊娠中の歯周疾患は、早産や低出生体重児の出産を誘発する可能性が指摘されています。
- 乳歯の形成期であり、妊娠中からバランスのとれた食生活が大切です。

< 指標 >

指標	現状値	市の目標値
妊婦歯科健康診査受診率	36.6% (H30)	40.0% (R6)

(出典：横浜市子ども・子育て支援事業計画)

< 課題 >

妊娠期は、ホルモンバランスの変調等により、口腔内の清潔が保ちにくく、歯周病やむし歯が発生・悪化しやすい時期です。歯周病が悪化すると、低出生体重児の出産や早産のリスクが高まるとも言われています。

口腔内の適切なケアによるむし歯や歯周病の予防や、妊婦歯科健康診査の受診など早期発見が行えるよう支援が必要です。

また、乳歯の形成期であり、妊娠中からバランスの取れた栄養摂取が大切です。

< 取組の方向性 >

- 妊娠中の口腔ケアの重要性について理解を深め、この時期から家族の歯科口腔保健に関心を持つような取組を行います。
- 多くの妊婦が妊婦歯科健康診査の受診ができるよう支援します。

＜具体的な取組＞

○妊産婦歯科相談事業（こども青少年局こども家庭課）

妊産婦の口腔における不安の解消を図るため、歯科医師による歯科相談を実施しています。必要に応じて歯科衛生士による歯磨き指導等の歯科保健指導を行います。あわせて、かかりつけ歯科医への定期的な受診勧奨を行います。

○妊婦歯科健診事業（こども青少年局こども家庭課）

妊娠期の歯科疾患の予防、早期発見、早期治療により、母体と胎児の健康増進、女性の生涯を通じた歯の健康及び生まれてくる赤ちゃんの健やかな成長に寄与するとともに、かかりつけ歯科医の定着を図ることを目的としています。視診による口腔内診査及び歯科保健指導を行います。

○母親（両親）教室事業（こども青少年局こども家庭課）

妊娠中をすこやかにすごし、安心してお産にのぞめるように、初めて親となる養育者を対象に、子育てについての情報を伝えるとともに、口腔ケアの大切さを啓発します。重要性について共通媒体、リーフレットを作成し歯科保健指導を行います。リモートによるオンライン相談も検討します。

○母子健康手帳交付時面接（こども青少年局こども家庭課）

母子健康手帳交付時に妊娠中の口腔ケアの重要性について啓発し、妊婦歯科健診の受診勧奨を行います。面接等を行う専門職向け研修を開催し、妊娠中の正しい知識の普及・啓発を図ります。

○生活習慣改善相談（健康福祉局保健事業課）

妊娠中の食生活等について、栄養士等による個別相談を行います。

○その他（歯科口腔保健推進事業・区づくり推進事業等で実施）

歯周病予防教室（妊婦向け）（健康福祉局保健事業課）

妊娠中の歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。

歯科医師等による歯周病予防、症状、治療、予防等に関する講話及び歯科衛生士によるブラッシング指導等を行い、セルフケアの方法や歯や歯肉の状態を、自分で観察出来る力を育てるために必要な情報提供を行います。

(コラム) 歯と健康診断の関係

(コラム) 周術期の歯科口腔保健

<関係者の役割>

実施主体	役割
横浜市	<ul style="list-style-type: none"> ・関係機関・団体と連携し、歯科保健事業を通じ、全身の健康と歯科口腔保健の関連について啓発します。 ・定期的な歯科検診の受診を勧奨します。 ・規則正しい食生活を継続するための普及啓発及び支援を行います。 ・適切な食生活に関する啓発を行います。 ・禁煙支援を推進します。 ・市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 <<妊娠期>> <ul style="list-style-type: none"> ・母子の健康や健全な発育に関する啓発や相談対応を行います。
市民	<ul style="list-style-type: none"> ・適切な口腔ケアを実践し、むし歯や歯周病の予防を心がけます。 ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診や専門的な口腔ケアを受けます。 ・むし歯や歯周病の早期発見・早期治療に努めます。 ・特定健康診査など定期的に健康診査を受診します。 ・糖尿病などの生活習慣病の予防及び重症化予防に努めます。 ・バランスの良い食生活に努めます。 ・喫煙の害に関する理解を深めます。 <<妊娠期>> <ul style="list-style-type: none"> ・妊婦健康診査・妊婦歯科健康診査を受診し健康管理に努めます。 ・妊娠期特有の健康課題の理解に努めます。
歯科医療等関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・市や事業所が実施する歯科保健事業に協力し、歯科検診や歯科保健指導を実施するとともに、事業者及び従業員に対して歯と口腔の健康づくりの重要性について普及啓発を行います。 ・かかりつけ歯科医として定期的な歯科検診、歯科保健指導、専門的な口腔ケアを行うとともに、オーラルフレイル対策を踏まえた市民の歯と口腔の健康づくりを支援します。
保健医療等関係者及び事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・歯周病と全身疾患との関連性についての理解を深め、その普及啓発について市や歯科医療等関係者と連携します。
企業等事業所・施設	<ul style="list-style-type: none"> ・歯周病と全身の健康との関連性について普及啓発を行うなど、従業員に対して歯と口腔の健康づくりに関する取組を行います。
地域活動団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・保健、医療、福祉等の関係者の協力を得て、歯と口腔の健康づくりに関して学習します。 ・地域活動において、健口体操を取り入れるなど、歯と口腔の健康づくりの普及啓発を行います。

< 歯科的特徴 >

- 進行した歯周病を持つ人が年齢とともに増加し、歯の喪失も増加します。
- 歯の根元のむし歯（根面むし歯）が発生しやすくなります。
- 加齢に伴い、口腔機能が低下します。
- 歯の喪失が進み、義歯を使用する人が増加します。

< 指標 >

指標	現状値	目標値
60 歳代でなんでも噛んで食べることのできる者の割合	76.9% (H28)	80%
80 歳で 20 歯以上の自分の歯を有する者の割合	47.3% (H28)	50%

(出典：健康横浜 2 1)

< 課題 >

自分の歯を多く持つ高齢者は増加していますが、年齢が高くなるほど進行した歯周病にかかりやすくなるため、長期にわたる継続的な歯周疾患予防が必要です。

歯の喪失に加え老化による口腔周囲筋の筋力低下などが原因で摂食嚥下機能障害が生じてくると誤嚥性肺炎や窒息事故のリスクも高まります。歯科疾患対策だけでなく、オーラルフレイル予防や口腔機能の維持・向上に向けた取組が必要になります。

本市の高齢化率は、令和 7 年（2025 年）には 26% になる見込みです。高齢者が住み慣れた地域の中で、いつまでも健康に生活できるよう住民主体の通いの場等、地域の中の介護予防の取組と連動させながら啓発や相談、オーラルフレイルを予防する取組の担い手となる人材の育成が必要です。

<取組の方向性>

- 市民や関係多職種がオーラルフレイルに関する理解を深めることができるよう、関係機関・団体や保健・医療・福祉・介護の多職種と連携して、普及啓発に取り組みます。

重点

- 歯や歯肉の状態を自ら観察し、セルフケアが出来る力を育てるために必要な取組を行います。
- かかりつけ歯科医による定期的な歯科検診と専門的ケアの受診を促します。
- 地域の介護予防活動グループ（元気づくりステーション等）での啓発をより一層進めます。
- 地域で歯科口腔保健の啓発や相談を担う歯科専門職を発掘・育成し、活動につなげます。
- 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 **新規**

<具体的な取組>

○歯周病予防教室（健康福祉局保健事業課）

成人・高齢者の歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。

歯科医師等による歯周病予防、症状、治療、予防等に関する講話及び歯科衛生士によるブラッシング指導、咀嚼筋・唾液腺マッサージ等を行い、歯や歯肉の状態を自分で観察し、セルフケアが出来る力を育てます。

○オーラルフレイル予防対策（健康福祉局保健事業課）

保健・医療・福祉・介護の専門多職種が歯と口腔の健康の重要性について理解を深め、日頃の業務の中で歯科口腔保健に関し必要な対応を行うための視点を持てるよう、支援を中心的に担う専門多職種や地域活動団体を対象として、オーラルフレイル予防に関する講話やブラッシング指導、健口体操などの研修を行います。

○歯周病検診（健康福祉局保健事業課）

定期的な歯科検診を勧奨し、歯周病の予防と早期発見を推進するため、40歳、50歳、60歳及び70歳の市民を対象に、歯及び歯周組織の口腔内状況について診査を行います。

○疾病の重症化予防事業（健康福祉局保健事業課）

特定健診の受診勧奨や糖尿病発症リスクの高い者に対する個別指導及び集団健康教育などを行います。適切な食・生活習慣等の改善等を支援する中で、保健師、栄養士等、関係職種と連携しながら歯周病と糖尿病の関連について啓発を行います。また、国保データベースシステムを活用し、一定基準の対象者を抽出し、保健指導を実施します。

○生活保護受給者等の健康支援事業（健康福祉局生活支援課・保健事業課）

受給者自らが、口腔衛生、口腔機能維持の必要性を理解し、歯科受診やセルフケアに取り組むことができるよう支援します。また、糖尿病など、医療機関への受診や健康管理を適切に行い健康状態の改善に取り組めるよう支援します。

○生活習慣改善相談（食生活）（健康福祉局保健事業課）

高血圧、脂質異常症、糖尿病、肥満などが気になる人を対象に、食生活の改善・運動等の指導を行う保健師・栄養士・歯科衛生士等による個別相談を行います。

○介護予防普及啓発事業（介護予防事業）（健康福祉局地域包括ケア推進課）

地域包括支援センター等と連携し、口腔機能維持・向上に関する講演会、講座、イベント、地域の介護予防活動グループ（元気づくりステーション等）への健康教育等で高齢者に普及啓発します。

○地域介護予防活動支援事業（介護予防事業）（健康福祉局地域包括ケア推進課）

地域の介護予防活動グループ（元気づくりステーション等）において、口腔機能向上に関するプログラムを導入するなど、口腔機能の維持・向上、オーラルフレイルの予防に取り組めるよう支援します。

○歯科口腔保健を担う人材育成（健康福祉局保健事業課）

介護予防活動や介護施設など高齢者や支援者が集まる場において、オーラルフレイル予防の啓発や歯科相談を受ける潜在歯科衛生士を発掘し、地域で歯科口腔保健の推進を担う人材として育成します。

○歯科健康診査（神奈川県後期高齢者医療広域連合）

口腔機能低下や肺炎などの疾病を予防するため、前年度に75歳となった被保険者を対象として、歯科健康診査を実施します。

<関係者の役割>

実施主体	役割
横浜市	<ul style="list-style-type: none"> ・ 全身の健康と歯科口腔保健の関連について啓発します。 ・ 定期的な歯科検診の受診を勧奨します。 ・ 規則正しい食生活を継続するための普及啓発及び支援を行います。 ・ 歯周病との関係など喫煙の害に関する普及啓発を行い、禁煙支援を推進します。 ・ 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。
市民	<ul style="list-style-type: none"> ・ 適切な口腔ケアを実践し、歯科疾患の予防を心がけます。 ・ かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診や専門的な口腔ケアを受けます。 ・ 定期的に健康診査を受診します。 ・ むし歯や歯周病の早期発見・早期治療に努めます。 ・ 生活習慣病の予防及び重症化予防に努めます。 ・ 低栄養を防止するためのバランスの良い食生活に努めます。 ・ 歯周病との関係など喫煙の害に関する理解を深めます。
歯科医療等関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・ 市や地域包括支援センター等の施設が実施する歯科保健事業や介護予防事業等に協力し、歯科検診や歯科保健指導を実施するとともに、歯と口腔の健康づくりの重要性について普及啓発を行います。 ・ かかりつけ歯科医として定期的な歯科検診、歯科保健指導、専門的な口腔ケアを行うとともに、オーラルフレイル対策を踏まえた市民の歯と口腔の健康づくりを支援します。
保健医療等関係者及び事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯と口腔の健康が全身の健康の保持増進に重要な役割を果たすことを理解し、その普及啓発について市や歯科医療等関係者と連携します。
企業等事業所・施設	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯と口腔の健康が全身の健康の保持増進に重要な役割を果たすことについて普及啓発を行うなど、利用者等に対して歯と口腔の健康づくりに関する取組を行います。
地域活動団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保健、医療、福祉等の関係者の協力を得て、歯と口腔の健康づくりに関して学習します。 ・ 地域活動において、健口体操を取り入れるなど、歯と口腔の健康づくりの普及啓発を行います。

< 歯科的特徴 >

- 認知機能の低下や身体の障害など個人の特性に応じたケアニーズが高くなります。
- 自ら口腔ケアを行うことが困難なため、むし歯や歯周病のリスクが高くなります。
- 多様な薬剤の服用によって、歯肉の肥大や唾液分泌の減少などが起こりやすくなります。
- 全身の医学的管理が必要となり医療依存度が高まります。

< 指標 > 【参考】

指標	現状値	目標値
介護老人福祉施設・介護老人保健施設での定期的な歯科検診実施率	把握方法を検討	—

※定期的な歯科検診を受診する機会を提供する特養及び老健施設の割合(H27) 83.4% (県)

< 課題 >

要介護高齢者は、認知機能の低下や身体の障害により歯みがきが困難なことや、服薬によって唾液分泌量が減少するなどにより(ポリファーマシー)、口腔内の自浄作用が低下し、むし歯や歯周病が発症・進行しやすくなります。

要介護高齢者に対する口腔ケアでは「誤嚥性肺炎」、咀嚼機能の低下や口腔の乾燥など「口腔機能の低下」を予防することが重要です。

自ら口腔ケアを行うことができない場合は、医学的管理を行う医師との連携や、家族や介護者など支援者の理解を深め、適切なケアを提供することが必要です。

< 取組の方向性 >

- 要介護高齢者の歯の喪失や口腔機能低下を予防し、「食べる」「話す」機能を長く維持できるように支援します。 **重点**
- 要介護高齢者及び家族や介護者など支援者に対し、歯と口腔の健康の重要性について理解を深めます。
- 要介護高齢者が日常的に適切な口腔ケアを受けられるように支援します。
- 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 **新規**

(コラム) ポリファーマシー

＜具体的な取組＞

○歯科口腔保健推進事業（健康福祉局保健事業課）

歯周病に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。歯科医師等による歯周病予防、症状、治療、予防等に関する講話及び歯科衛生士によるブラッシング指導、咀嚼筋・唾液腺マッサージ等を行い、要介護状態に合わせたセルフケアの方法や歯や歯肉の状態を、自分で観察出来る力を育てるために必要な情報提供を行います。

家族や介護者・施設関係職員などへは口腔ケアの介助方法等についての指導を行います。

○オーラルフレイル予防対策（健康福祉局保健事業課）

保健・医療・福祉・介護の専門多職種が歯と口腔の健康の重要性について理解を深め、日頃の業務の中で歯科口腔保健に関し必要な対応を行うための視点を持てるよう、支援を中心的に担う専門多職種や地域活動団体を対象として、オーラルフレイル予防に関する講話やブラッシング指導、健口体操(※)などの研修を行います。また、一般市民向けにもオーラルフレイル予防対策の普及啓発を行います。

(※)健口体操・・・口や顔などの筋肉を動かしながら、口腔機能を高めることができる体操です。意識をはっきりさせ、顔の表情も豊かにする「顔面体操」、舌の動きを滑らかにする「舌体操」、唾液の分泌を促す「唾液腺マッサージ」などがあります。

○在宅要介護者訪問歯科健診事業（神奈川県後期高齢者医療広域連）

通院が困難な在宅高齢者を対象に、訪問歯科健診（歯科医師による歯科健診及び歯科衛生士による歯科保健指導）を行うことにより、早期対応及び口腔機能の改善を図ります。

○訪問口腔衛生指導事業（健康福祉局保健事業課）

口腔保健指導が必要な対象者に、歯科衛生士が家庭訪問を実施し、口腔疾患の予防及び改善、歯や口腔内の清掃方法、義歯等の取り扱い方法及び清掃方法、咀嚼嚥下機能の改善方法、その他口腔衛生管理上必要と認められる指導を行います。

○訪問栄養指導事業（健康福祉局保健事業課）

寝たきりの高齢者、外出が困難で訪問を必要とする要介護高齢者や家族・介護者などを対象に、食生活について栄養士が相談・訪問します。

○通院困難者等訪問歯科診療（医療局がん・疾病対策課）

歯科診療所へ通院が困難な在宅療養者や入院患者（施設入所者）を対象に、訪問歯科診療を実施し、口腔衛生の向上を支援します。

○在宅歯科医療推進事業（医療局がん・疾病対策課）

摂食嚥下機能評価を行える歯科医師・医療従事者の増を図るための研修を実施するとともに、地域における関係職種の連携を推進します。

○医療従事者の認知症対応力向上研修（健康福祉局高齢在宅支援課）

認知症の早期発見・早期対応、医療の提供等のための地域のネットワークの中で重要な役割を担う、かかりつけ医、歯科医師、薬剤師、看護師、その他の病院勤務の医療従事者等に対する認知症対応力向上研修を実施します。

<関係者の役割>

実施主体	役割
横浜市	<ul style="list-style-type: none"> ・本人、家族、介護者などに対し、適切な口腔ケアに関する情報提供や口腔ケアの介助を行う際の技術指導を行います。 ・身体・口腔の状態に応じた食事を摂れるよう支援します。 ・地域包括ケアシステムの一環として歯科と医療・介護連携を推進します。
市民	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診や専門的な口腔ケアを受けます。 ・むし歯や歯周病の早期発見・早期治療に努めます。
歯科医療等関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医又は施設等の協力歯科医療機関として定期的な歯科検診、歯科保健指導、専門的な口腔ケアを行います。 ・市が実施する歯科保健事業に協力し、介護者に歯と口腔の健康づくりの重要性を啓発します。 ・円滑な医療・介護連携をすすめます。
保健医療等関係者及び事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・要介護高齢者の歯科疾患予防の重要性や口腔機能の維持・向上の重要性について理解し、その普及啓発について市や歯科医療等関係者と連携します。 ・円滑な医科歯科連携をすすめます。
事業所・施設	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科疾患の予防や口腔機能の維持について理解します。 ・適切な口腔ケアの指導及び支援を行います。 ・要介護高齢者の家族や介護者に、歯科疾患予防の重要性、口腔機能の維持及び食事の介助方法等について指導及び支援をします。
地域活動団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・歯と口腔の健康づくりに関して学習し、活動を通じて地域に普及します。

< 歯科的特徴 >

- 自ら口腔ケアを行うことが困難でむし歯や歯周病のリスクが高い場合があります。
- 障害によっては摂食・嚥下障害等があり医科的・歯科的管理が必要です。
- 障害によっては日頃の口腔ケアの支援を受けることや、歯科受診が困難なことがあります。
- 障害の特性、個人の特性に応じたケアニーズが高くなっています。

< 指標 > 【参考】

指標	現状値	目標値
障害(児)者入所施設での定期的な歯科検診実施率	把握方法と数値を検討	—

※定期的な歯科検診を受診する機会を提供する障害児者入所施設の割合(H28) 94.7% (県)

< 課題 >

障害児及び障害者本人が日常的な口腔ケアを行うことや定期的な歯科検診を受診することが難しい場合があるため、介助者の関りが重要です。

むし歯や歯周病の管理だけでなく、摂食・嚥下機能等の管理を行うなど、障害の特性や口腔機能の発達の程度に応じて、日常的に適切な歯科口腔保健に取り組み、障害児及び障害者が口腔の健康を維持し、質の高い生活を送れるよう支援が必要です。

< 取組の方向性 >

- 歯の喪失や口腔機能低下を予防し、「食べる」「話す」機能を長く維持できるように支援します。
- 本人、家族や介助者など支援者に対し、歯と口腔の健康の重要性について理解を深めます。
- 身近な地域で、かかりつけ歯科医による口腔ケアを受けられるよう、歯科医療等関係機関と連携して環境整備を進めます。
- 障害者関係機関と連携した歯科口腔保健のサービスの充実を図ります。 **新規** **重点**
- 市民の歯科口腔保健の実態を分析し、ニーズの把握を進めます。 **新規**

＜具体的な取組＞

○歯科口腔保健推進事業（健康福祉局保健事業課）

歯科口腔保健に関する正しい知識の普及・啓発を図ります。口腔ケアの方法など必要な情報提供を行います。家族や介助者・施設関係職員等へは口腔ケアの介助方法等についての指導を行います。

○心身障害児・者歯科診療事業（医療局がん・疾病対策課）

身近な地域では、心身障害児者歯科診療事業協力医療機関が、障害児者向けの歯科医療を提供しています。歯科保健医療センターでは、一般の歯科医院では対応が困難な方に対して障害者専門医が歯科医療を提供します。

○通院困難者等訪問歯科診療事業（医療局がん・疾病対策課）

通院が困難な在宅療養者や入院患者（施設入所者）、在宅心身障害児者等を対象に、訪問歯科診療を実施し、口腔衛生の向上を支援します。

○訪問口腔衛生指導事業（健康福祉局保健事業課）

口腔保健指導が必要な対象者に、歯科衛生士が家庭訪問を実施し、口腔疾患の予防及び改善、歯や口腔内の清掃方法、義歯等の取り扱い方法及び清掃方法、咀嚼嚥下機能の改善方法、その他口腔衛生管理上の指導を行います。

○訪問栄養指導事業（健康福祉局保健事業課）

外出が困難で訪問を必要とする障害児・者や家族・介助者などを対象に、食生活について栄養士が相談・訪問します。

○在宅歯科医療推進事業（医療局がん・疾病対策課）

誤嚥性肺炎の対策として、嚥下内視鏡の整備及び適切な嚥下機能評価を行える歯科医師・医療従事者の増加を図るため、研修を実施します。

○横浜型医療的ケア児・者等コーディネーターと横浜市歯科医師会の連携

（こども青少年局障害児福祉保健課、健康福祉局障害施策推進課、医療局がん・疾病対策課、教育委員会事務局特別支援教育課）

新たに障害特性等に応じた在宅対応ができるかかりつけ歯科医を探している方に、コーディネーターと連携して横浜市歯科保健医療センターの歯科医師（専門医）・歯科衛生士が初回訪問等により、地域のかかりつけ歯科医とのコーディネートを行います。

(コラム) 障害者歯科の1次予防から3次予防について

<関係者の役割>

実施主体	役割
横浜市	<ul style="list-style-type: none"> ・当事者、家族、介助者などへの適切な歯科口腔ケアについて普及啓発します。 ・対象に合った食事を摂取するための支援を行います。
市民	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診や専門的な口腔ケアを受けます。 ・むし歯や歯周病の早期発見・早期治療に努めます。
歯科医療等関係者	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医又は施設等の協力歯科医療機関として定期的な歯科検診、歯科保健指導、専門的な口腔ケアを行います。 ・市が実施する歯科保健事業に協力し、当事者及び介助者に歯と口腔の健康づくりの重要性を啓発します。 ・支援する関係者や、かかりつけ医と高度治療を担う医師との良好な連携を維持します。
保健医療等関係者及び事業者	<ul style="list-style-type: none"> ・障害児及び障害者の歯科疾患予防の重要性や口腔機能の維持・向上の重要性について理解し、その普及啓発について市や歯科医療等関係者と連携します。
保育・教育・企業等事業所・施設	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科疾患予防の重要性や口腔機能の発達について理解し、適切な指導及び支援を行います。 ・家族や介助者に、歯科疾患予防の重要性、口腔機能の健全な発達及び食事の介助方法等について啓発します。
地域活動団体等	<ul style="list-style-type: none"> ・歯と口腔の健康づくりに関して学習し、地域の活動において啓発します。

(1) 食育

食べる機能を維持することは健康寿命の延伸に大きく寄与します。食育は健全な心身の成長・発達を促し、生活習慣病などの疾患を予防し、健康を維持・増進するために、すべての人に必要な取り組みです。

乳幼児期は食べることによって、噛む、飲み込むなどの口腔機能が発達します。口腔内の発育・発達と連動した食事の形状や味つけの選択が必要となります。

また、3食きちんと食べる、食べたら歯みがきをするなどの、食事と口腔ケアの習慣を学ぶ時期でもあります。

小学校低学年は、乳歯が永久歯に生え変わるため、歯が揃わないことにより一時的に食べにくくなり、柔らかいものを好むなど嗜好が変化しやすい時期です。噛む力を養うためには、適度な固さのものを食べられるよう工夫をすることも必要です。

中学生、高校生になると、外食やコンビニエンスストアの商品など、濃い味付けの調理品を食べる機会が増えます。将来の生活習慣病を予防するためには過度な塩分・糖分の摂取をしないよう、給食や家庭で薄味に慣れておくことや、無理なダイエットによる栄養不足、食べ過ぎによる肥満などに注意が必要です。生活リズムを整えるためにも3食バランスよく食べ、食後の正しい口腔ケアの習慣化が必要です。

成人期では歯周病と生活習慣病のコントロールが重要です。また歯科検診を受けるなど、歯科疾患の早期発見・早期治療に努め、高齢期に備えて歯の欠損を予防することが必要です。

高齢期では、歯の欠損がある場合は、噛むことが難しくなり、肉などの良質なたんぱく質、野菜などの繊維質やビタミンなど、健康維持に欠かせない栄養素が取りにくくなります。また、食物の形状によっては、窒息の危険性もあります。調理方法の工夫や市販品を活用して必要な栄養素をしっかりとることや、誤嚥性肺炎を予防するためにも、正しい口腔ケアの継続に加え健口体操を取り入れて、オーラルフレイルを予防することも必要です。

障害児及び障害者では、口腔機能や身体の発育・発達状況、精神的な健康状態に応じた食事の選択や支援が必要です。

(取組・再掲)

- 乳幼児期の食事指導 栄養講座
- 学校給食
- 生活習慣病対策
- オーラルフレイル予防
- 介護予防
- 訪問指導（保健・栄養・歯科）

(2) 糖尿病等の生活習慣病対策

近年、歯周病が全身の病気と関連していることが明らかになってきました。年々患者が増加している糖尿病は、歯周病と相互に悪影響を及ぼしあっていることがわかっています。

日常のセルフケアと定期的なかかりつけ歯科医によるプロフェッショナルケアにより、歯周病予防に努めることが全身の病気の予防につながります。

また、日々の生活習慣を見直すとともに、歯科健康診査やがん検診、特定健康診査などを受診することによって生活習慣病を早期発見し、重症化を防ぐことが大切です。

(取組・再掲)

- 疾病の重症化予防事業
- 生活保護受給者等の健康支援事業
- 健康経営を通じた口腔ケアの推進
- 横浜市国保特定健康診査

(コラム) 糖尿病と歯周病の関係

(3) 喫煙による影響への対策

喫煙は全身の疾患リスクが増すだけでなく、口腔内にも悪影響を及ぼします。喫煙により、歯周病が悪化しやすく、歯周病の自覚症状に気がつきにくくなります。また、自分がたばこを吸わなくても受動喫煙により、歯周病が悪化する恐れがあります。

また、喫煙は全身のがんだけでなく口腔咽頭がんとも関係しています。口腔咽頭がんが進行すれば、食べる・飲み込む・話すなどの口の機能に影響を及ぼします。歯科口腔保健の視点からも、禁煙支援や喫煙による健康影響など正しい知識の普及啓発が必要です。

(取組・再掲)

- 禁煙の推進
- 喫煙・受動喫煙による健康影響の啓発
- 研修会の開催などによる専門知識の共有と資質の向上
- 市民への必要な情報提供と普及啓発

(コラム) 喫煙・受動喫煙と歯周病の関係

(4) 災害に備えた対策

災害時、ライフラインが寸断されて断水が続くと、歯みがきや義歯の手入れなどの口腔ケアが行き届かず、口腔内を清潔に保つことが困難になります。十分な水分摂取や食事ができないことから唾液が減って口腔内の細菌を洗い流すことができなくなります。また歯みがきができないことで、歯や口腔内に汚れがたまり、むし歯や歯周病が発生しやすくなります。普段からむせやすい高齢者は、口腔内の細菌などが肺に入り「誤嚥性肺炎」を引き起こしやすくなります。災害関連死で最も多いのは肺炎です。災害時こそ健康を保ちましょう。

(取組・再掲)

- 災害時の口腔ケアの重要性についての普及啓発
- 飲料水等の確保が難しい場面での口腔ケア方法の普及啓発
- 避難グッズに歯ブラシ、デンタルリンスなどの口腔ケア用品の準備

(コラム) 災害時の口腔ケア (災害に備えて)

（５）関係機関・団体等との適切な情報の共有・発信

歯科医療関係者、保健医療関係者をはじめとした関係機関・団体間での取組や連携が促進するよう、各分野における各種連絡会等を通じて、歯科口腔保健に関する情報共有を行うことが大切です。また、最新の知見に基づく正しい情報を発信することが、市民の健康行動につながります。

高齢者や障害者は情報収集の手段が限られ必要な情報を受け取りにくい状況があります。一方で、若い世代では日常的な情報はSNSで得る傾向が高まっています。また、やさしい日本語や多言語に対応する視点も必要です。対象者に応じて、情報の内容や発信方法の工夫が求められています。

（取組）

- 歯科口腔検討部会の定期開催による情報共有
- 関係機関・団体等の連絡会等における情報発信・意見交換
- 関係機関・団体等の機関紙・広報誌等との連携した広報
- インターネットコンテンツやメディアと連携した広報
- 各種リーフレットのやさしい日本語版、多言語版の作成