

新・こうべ歯と口の健康づくりプラン

本 編

基本的事項

1. 策定の背景

「歯科口腔保健法（平成 23 年）」を踏まえ、「こうべ歯と口の健康づくりプラン（平成 26 年度～平成 29 年度）」を策定

よりいっそう歯科口腔保健を推進するため、平成 28 年 11 月 8 日に「神戸市歯科口腔保健推進条例を施行

条例を踏まえ、「新・こうべ歯と口の健康づくりプラン（平成 30 年度～5 カ年）」を策定

2. 基本理念

(1) 歯科疾患の予防、早期発見及び早期治療に関し、市民の自発的な取組を促進させるものであること。

(2) 乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期における口腔機能の状態に応じて、切れ目なく、適切かつ効果的に実施されるものであること。

(3) 保健、医療、福祉、教育その他の分野における施策との有機的な連携が図られるものであること。

3. 推進体制

神戸市歯科口腔保健推進検討会（第 7 条）および神戸市歯科口腔保健推進懇話会（第 9 条）において、定期的に評価・検証する
保健、医療、福祉、教育など関連機関と連携して歯科口腔保健を推進する

4. 期 間

平成 30 年度から 5 年間

5. 目 標

(1) 生涯、自分の口でおいしく食べる

歯を失う原因である「むし歯」や「歯周病」を予防して 8020（80歳で20本以上自分の歯を残す）達成して口の機能を維持することにより、健康寿命の延伸につなげる

(2) 口の健康から全身の健康づくり

歯周病は、糖尿病、動脈硬化、誤嚥性肺炎、感染性心内膜炎、早産など、全身の健康に影響するため、歯周病を予防して全身の健康づくりをする

(3) 社会環境の整備

保健、医療、福祉、教育その他の施策との連携を図り、健康格差の縮小をめざす

ライフステージに着目した施策の展開

1. すべてのライフステージにおける取り組み

(1) かかりつけ歯科医を持つ

日頃のセルフケアと、定期的なプロフェッショナルケア（歯石除去など）により、自分の歯を残す

(2) 歯みがきなどで歯垢をとる（プラークコントロール）

歯間清掃用具も使って、プラーク（歯垢）を減らす

(3) フッ化物を利用する

むし歯予防に効果的なフッ化物塗布・洗口・歯みがき剤などを利用する

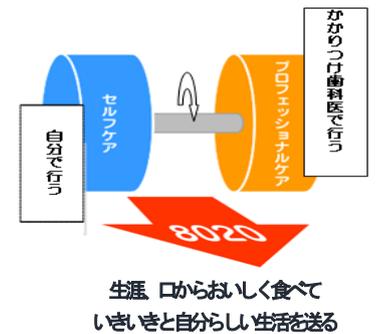
(4) 嚙ミング 30（カミングサンマル）

一日 30 回よくかむ

(5) たばこを吸わない

たばこを吸うと、歯周病が悪化して歯を失うので、禁煙する

歯科口腔保健の取り組みと目標



2. 妊娠期 生まれてくる赤ちゃんのため、両親が自分の歯と口の健康を守る

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
- ・むし歯の母子感染を防ぐ

3. 乳幼児期（0～5 歳） こどもの歯を守り、かむ・話すなど口の機能を育てる

食べる機能を獲得、味覚形成の重要な時期 むし歯は減少傾向だが、地域差・個人差がある

- ・規則正しい生活習慣を確立する
- ・砂糖の少ないおやつを選び、時間を決めて食べる
- ・仕上げみがきを習慣づける

4. 青少年期（6～17 歳） むし歯を予防し、歯と口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 中学・高校生では歯周病が増加している

- ・生涯、自分の健康は自分で守る意識をもつ
- ・はえてくる永久歯のむし歯を予防する
- ・歯周病について理解して予防を実践する

5. 若者期（18～39 歳） 歯周病を予防し、よくかんで健康増進

仕事などで生活習慣の乱れが生じやすい時期

- ・大学生無料歯科健診などを受け、歯周病を予防して、全身を健康に保つ
- ・よくかんでメタボリックシンドロームを予防する

6. 壮年期（40～64 歳） 歯周病を予防し、よくかんで健康増進

仕事などで生活習慣の乱れが生じやすい時期

- ・歯周疾患検診などを受け、歯周病を予防して、全身を健康に保つ
- ・よくかんでメタボリックシンドロームを予防する

7. 高齢期（65 歳～） 歯の喪失を防止し、口の中を清潔にして、口から食べて活力維持

だ液の減少、歯の喪失などで誤嚥・窒息を起こしやすくなる時期

- ・口の中を清潔に保ち、誤嚥性肺炎を予防する
- ・だ液腺マッサージや口の体操を行い、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

8. 歯周病と全身の健康について

- ・歯周病と糖尿病は相互に悪化する
- ・歯周病は、誤嚥性肺炎、動脈硬化など全身の健康へ影響する
- ・自分の歯が多い人ほど、医科医療費が少ない

分野別にみた施策の展開

1. 障害者への歯科保健医療対策

こうべ市歯科センター等で専門的な医療に対応

2. 介護が必要な高齢者への対策

地域包括ケアシステムの中で、切れ目のない訪問歯科診療・**口腔ケア**

3. 救急医療対策（歯科）

休日歯科診療所を運営

4. 周術期（手術前後）などの取り組み

歯科医療、専門的口腔ケアにより、肺炎などの合併症を予防するなど、医科歯科連携を推進

5. 災害時における歯科保健医療対策

誤嚥性肺炎による震災関連死を防ぐ

市内での取り組み

市・区歯科医師会、歯科衛生士会などが、行政と連携して啓発イベント・講演会など実施

資料編

- ① 神戸市 幼児歯科健診結果（1歳6か月児、3歳児歯科健診）
- ② 神戸市 学校歯科健診結果（教育委員会）
- ③ 神戸市 歯科健診結果（妊婦、40歳、50歳、75歳）
- ④ 神戸市 ネットモニターアンケート結果
- ⑤ 神戸市 食育アンケート結果
- ⑥ 第7期神戸市介護保険事業計画策定に向けての実態調査
- ⑦ 厚生労働省 歯科疾患実態調査結果
- ⑧ その他