

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) 推進方策・事業展開

食事や会話を楽しむなど、豊かで健やかな社会生活を送るためには、かむ・飲みこむ・話すなどの口の機能が大きな役割を担っています。口の機能を維持するには、むし歯や歯周病を予防して8020（はちまるにいます：80歳で20本以上自分の歯を残すこと）を達成するための歯と口の健康づくりが重要です。

「こうべ歯と口の健康づくりプラン（平成26年3月策定）」の基本理念である「生涯、自分の歯でおいしく食べる」および「口の健康から全身の健康づくり」にもとづき、歯科口腔保健を推進していきます。すべてのライフステージに共通した取り組みとして、「かかりつけ歯科医を持つ」、「歯みがきなどで歯垢をとる」、「フッ化物を利用する」、「噛ミング30（カミングサンマル）」、「たばこを吸わない」の5項目を掲げており、これらを広く情報発信していきます。

(2) 平成27年度の実績

① 「歯と口の健康週間」関連の歯科口腔保健啓発事業

◆神戸まつり、食育フェア、中央図書館などでの啓発

神戸まつり（5月17日）、食育フェア（6月13日）などにおいて、江崎グリコ株式会社と連携して、「噛ミング30」の啓発を行いました。また、中央図書館にて「お口の中は元気ですか？歯の健康で“歯ッピー！”展」として、口の健康に関する図書などの展示を行いました（5月28日～6月10日）。

② 「こうべ歯と口の健康づくりプラン」推進キャンペーンの実施 **新規**

いい歯の日（11月8日）にちなんで、平成27年11月に「こうべ歯と口の健康づくりプラン」推進キャンペーンを実施しました。生涯、自分の歯でおいしく食べるために、かかりつけ歯科医を持ち、定期的を受診することを啓発しました。

◆ポータルライナー「こうべ歯と口の健康づくり」啓発車両の走行

11月の1か月間、ポータルライナーに「こうべ歯と口の健康づくり」啓発車両（イー歯ライナー）を走行させました。オープニングイベントでは、神戸常盤大学短期大学部 口腔保健学科の学生が啓発車両（イー歯ライナー）に乗り込んで啓発しました。

◆「かかりつけ歯科医を持とう」動画の放映

11月に市営地下鉄西神山手線の4駅（名谷、学園都市、西神南、西神中央）にて放映しました。また、11月より、ミント神戸大型ビジョン、神戸空港、さんちか、三宮センター街などにて放映しました。



ポータルライナー啓発車両

◆啓発ステッカー 【サンスター提供】

市内の歯科医院、公共施設の鏡などに透明ステッカーを貼付して啓発しました。

◆「どすこい防サイくん」の命を守る口腔ケア

神戸常盤大学短期大学部口腔保健学科により、神戸市危機管理センターにて「災害時の命を守る口腔ケア」について啓発しました（p.19 参照）。

◆いきいきシニアライフフェア 2015、各区での啓発イベントなど（p.21～33 市内での取り組み参照）



啓発ステッカー

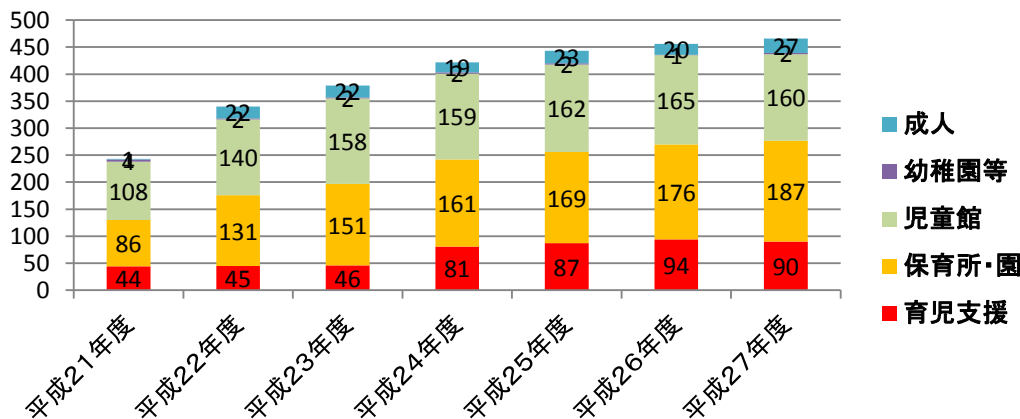


「かかりつけ歯科医を持とう」動画

③ 人材育成

平成21年度より在野の歯科衛生士を育成し、歯の健康サポーターとして、地域の施設・団体に派遣を行い、ライフステージに応じた歯科健康教育を実施しています。市民がむし歯や歯周病などの歯科疾患の予防に取り組むことを支援し、市民の歯科保健意識の向上に努めています。（歯の健康サポーター登録者数 37人）

歯の健康サポーター活動実績(実施回数)



④ 出前トーク

平成26年度より「こうべ歯と口の健康づくりプランの推進」出前トークを地域福祉センターなどにおいて実施しています。

(3) 平成28年度の取り組み

平成28年11月8日(いい歯の日)に、神戸市歯科口腔保健推進条例が施行されました。それにあわせて、花時計などの啓発を行いました。

① 「こうべ歯と口の健康づくり」花時計

9月30日～11月9日、こうべ花時計のデザインとして、神戸市歯科医師会キャラクター「ハーバーくん」を採用し、歯と口の健康づくりについて啓発を行いました。オープニングでは、長田区近田幼稚園児による「むし歯に負けない歯をつくろう(フッ化物洗口の歌)」の歌唱および鼓笛隊演奏により、歯と口の健康づくりの重要性についてPRしました。

新規



「こうべ歯と口の健康づくり」花時計

② 広報紙KOB Eでの歯科保健啓発記事

広報紙KOB E「くらしにプラス」の「健口」欄にて、「体の健康は歯と口から」と題して、歯と口の健康づくりについて啓発しています(奇数月に年6回)。



花時計オープニング

③ こうべ歯と口の健康づくりプランなどの啓発

◆中央図書館での展示

中央図書館において、「ハッピー?歯ッピー!!」展(6月10日～23日)および「歯ッピー!!健康な歯でおいしく食事」展(9月21日～10月4日)を開催し、図書の展示や、ポスターの掲示により、歯科口腔保健の啓発を行いました。

◆みなとギャラリーでの展示

みなとギャラリー(みなと銀行本店)および花時計ギャラリー(さんちか)にて「こうべ歯と口の健康づくりプラン」および「神戸市歯科口腔保健推進条例」に関する啓発を行いました。

また、市内のコンビニエンスストアなどに啓発ちらしを設置して広報啓発を行いました。

④ 出前トークでの健康教育

出前トーク「こうべ歯と口の健康づくりプランの推進」を登録し、地域からの



広報紙KOB E 歯科保健啓発記事



中央図書館での展示

依頼に応じて、ライフステージに応じた取り組みについて啓発を行いました。

⑤ 人材育成

在野の歯科衛生士を育成し、歯の健康サポーターとして、地域の施設・団体に派遣を行い、ライフステージに応じた歯科健康教育を実施しています。市民がむし歯や歯周病などの歯科疾患の予防に取り組むことを支援し、市民の歯科保健意識の向上に努めています。



さんちか花時計ギャラリーでの啓発（7月）



みなとギャラリーでの啓発

2. 妊娠期

目標：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

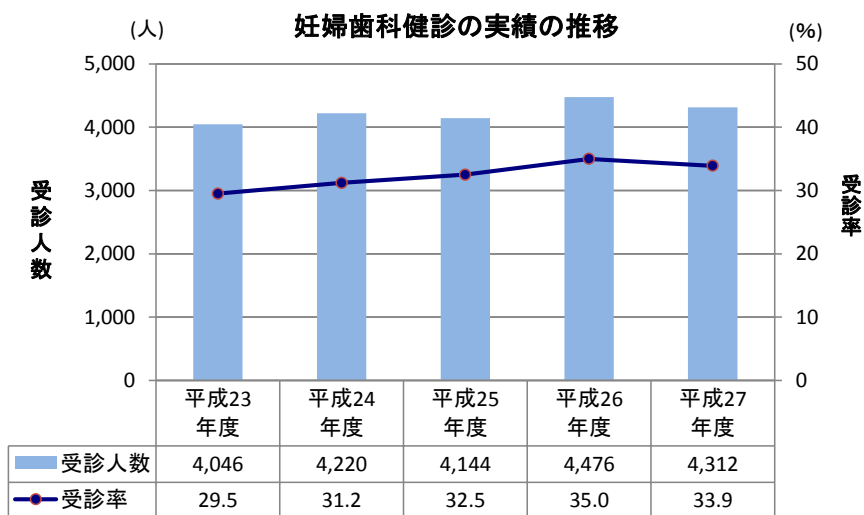
(1) 推進方策・事業展開

妊娠中は、つわりなどで、むし歯や妊娠性歯肉炎になりやすく、重度の歯周病は早産につながる可能性があるため、妊婦歯科健康診査の受診勧奨について強化します。出産後のむし歯菌の母子感染予防についても啓発していきます。

(2) 平成27年度の実績

① 妊婦歯科健康診査

平成26年度の妊婦歯科健康診査受診者は、4,312/12,724人（受診率33.9%）と前年度より1.1ポイント減少しました。



保健所事業概要

② こうべ子育て応援メールの配信 **新規**

平成27年10月より妊婦や子育て世代を対象に、妊娠中の健康管理やこどもの成長過程、定期健診情報、妊娠・子育て生活のアドバイス等の情報をタイムリーに配信する「こうべ子育て応援メール」を開始し、その中で、妊婦歯科健康診査の啓発を行っています。

(3) 平成28年度の取り組み

- ◆妊娠期からの歯と口の健康づくりに関する情報提供を行います。
- ◆母子健康手帳交付時に妊婦歯科健康診査の受診勧奨を引き続き実施します。
- ◆妊婦や子育て世代を対象に、妊娠中の健康管理やこどもの成長過程、定期健診情報、妊娠・子育て生活のアドバイス等の情報をタイムリーに配信する「こうべ子育て応援メール」による情報提供を行います。

3. 乳幼児期（0～5歳）

目標：こどもの歯を守り、かむ・話すなど口の機能を育てる

1) 家庭、地域における取り組み

(1) 推進方策・事業展開

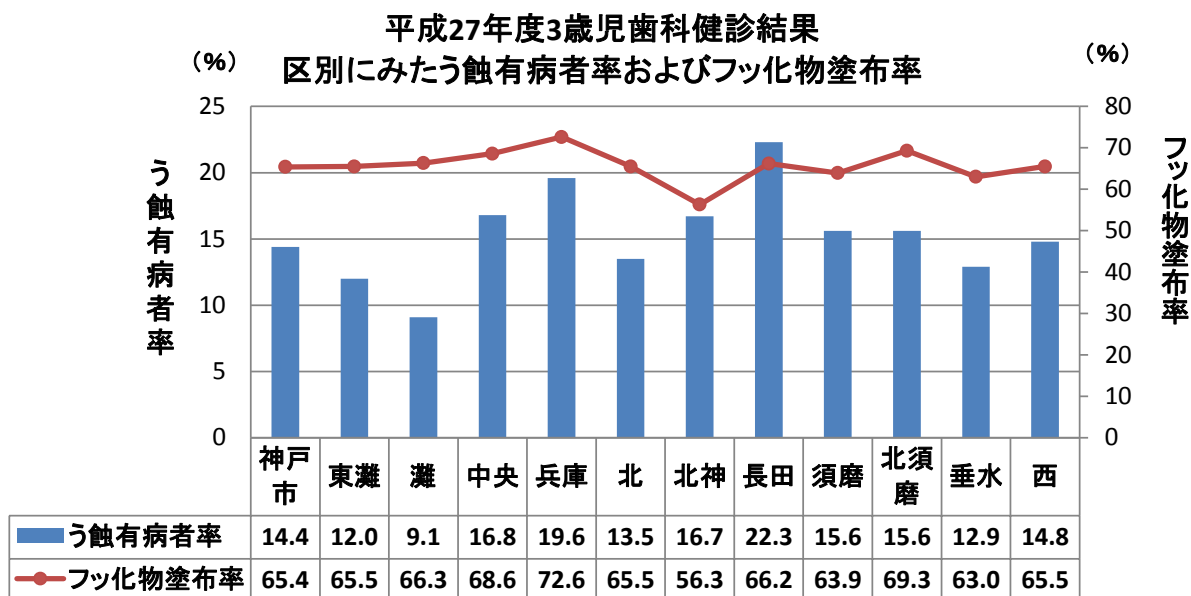
食べる機能を獲得する、および味覚を形成する重要な時期。

むし歯を持つ児の割合は減少傾向ですが、地域差・個人差があるため、歯科健康診査、健康教育などを通して、保護者へむし歯予防の啓発を行い、健全な口腔機能の保持増進に努めます。

(2) 平成27年度の実績

① 平成27年度3歳児健診の結果

- ◆むし歯有病者率：14.4%（平成26年度から0.6ポイント低下?減少?）
- ◆一人平均むし歯数：0.5本（平成26年度と同じ）
- ◆むし歯をもつ児における一人平均むし歯数：3.54本（平成26年度から0.19本増加）
- ◆咬みあわせの異常の割合：23.4%（平成26年度から0.3ポイント増加）



神戸市保健事業概要

② フッ化物塗布（1歳6か月児および3歳児歯科健診にて）

むし歯を予防するには、フッ化物を利用して歯質を強化することが効果的であるため、1歳6か月児・3歳児健康診査時に、希望者には有料でフッ化物塗布を実施しています。

1歳6か月児：9,651人／11,793人（81.5%）、3歳児：8,079人／12,361人（65.4%）

③ 地域における歯科健康教育

児童館や子育て支援サークルの参加者などを対象に、「歯の健康サポーター（歯科衛生士）」による健康教育を実施しています。むし歯予防のため、保護者に対して、仕上げみがき、食生活指導、フッ化物の応用などについて広く啓発しました。

児童館すこやかクラブ：160 ヲ所 4,416 人、子育て支援サークル：90 ヲ所 2,612 人

（3）平成 28 年度の取り組み

① 2 歳児むし歯予防教室

個別指導で保護者の要望にきめ細かく対応し、幼児期のむし歯予防につなげています。

平成 28 年度においても引き続き参加者に満足してもらえよう努めるとともに、3 歳児健診のむし歯有病者率の低下をめざします。

2）保育所（園）、幼稚園における取り組み

（1）推進方策・事業展開

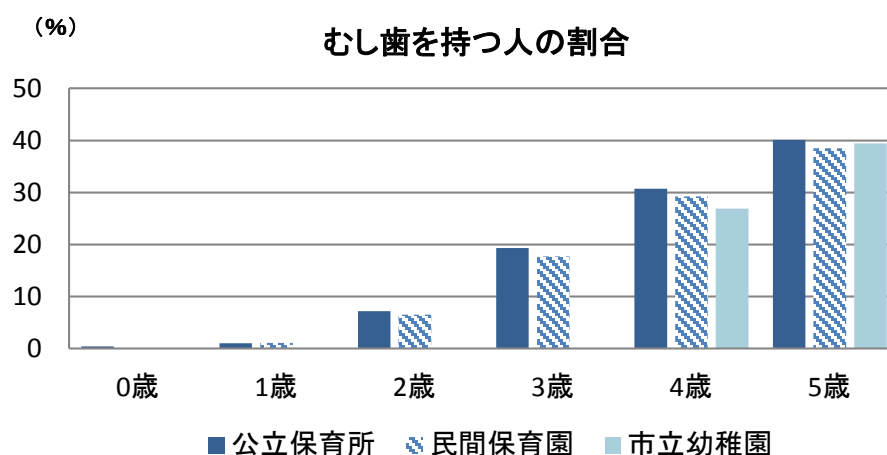
保育所（園）、幼稚園では、歯科健康診査、健康教育およびフッ化物洗口などを通して、歯や口の健康づくりを推進しています。

（2）平成 27 年度の実績

① 歯科健康診査

保育所（園）、幼稚園では、歯科健康診査を実施するとともに、必要な場合は、受診勧奨を行っています。

受診者数：公立保育所 5,229 人、民間保育園 15,121 人、市立幼稚園 2,426 人



平成27年度歯科健診結果（神戸市こども家庭局、神戸市教育委員会）

② フッ化物洗口の実施

むし歯予防を目的として、保育所（園）、幼稚園に通う4歳、5歳児クラスの希望者を対象に、フッ化物洗口を実施しています。

フッ化物洗口の実施状況（平成27年度）

| | 対象施設数 | 実施施設数 | 実施施設割合 | (A)対象施設の4歳・5歳児入所児童数（人） | (B)フッ化物洗口希望者数（人） | B / A |
|-------------|-------|-------|--------|------------------------|------------------|-------|
| 公立保育所 | 58 | 58 | 100.0% | 2,500 | 2,441 | 97.6% |
| 民間保育園 | 124 | 115 | 92.7% | 5,065 | 4,889 | 96.5% |
| 幼保連携型認定こども園 | 49 | 44 | 89.8% | 2,826 | 2,299 | 81.4% |
| 私立幼稚園 | 68 | 15 | 22.1% | 8,752 | 1,438 | 16.4% |
| 幼稚園型認定こども園 | 15 | 5 | 33.3% | 2,380 | 868 | 36.5% |
| 市立幼稚園 | 40 | 40 | 100.0% | 2,580 | 2,495 | 96.7% |
| 合計 | 354 | 277 | 78.2% | 24,103 | 14,430 | 59.9% |

*注 対象施設数：4歳、5歳児が在籍している施設数のみ

(3) 平成28年度の取り組み

フッ化物洗口について、正しく理解を深めて、安全に実施するために、園長や職員などを対象として、研修会を実施しました。今後も、保護者などを対象に、歯科口腔保健に関する啓発を行っていきます。

4. 青少年期（6～17歳）

目標：むし歯を予防し、歯と口の健康づくりの基礎をつくる

（1）推進方策・事業展開

生涯を通じた歯と口の健康づくりの基盤を形成するために、大変重要な時期です。顎の成長が著しく、14歳頃に永久歯の歯並びが完成していきます。

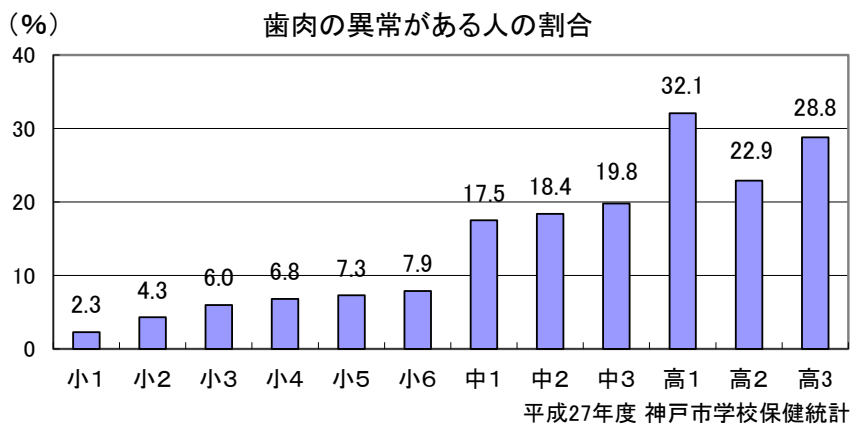
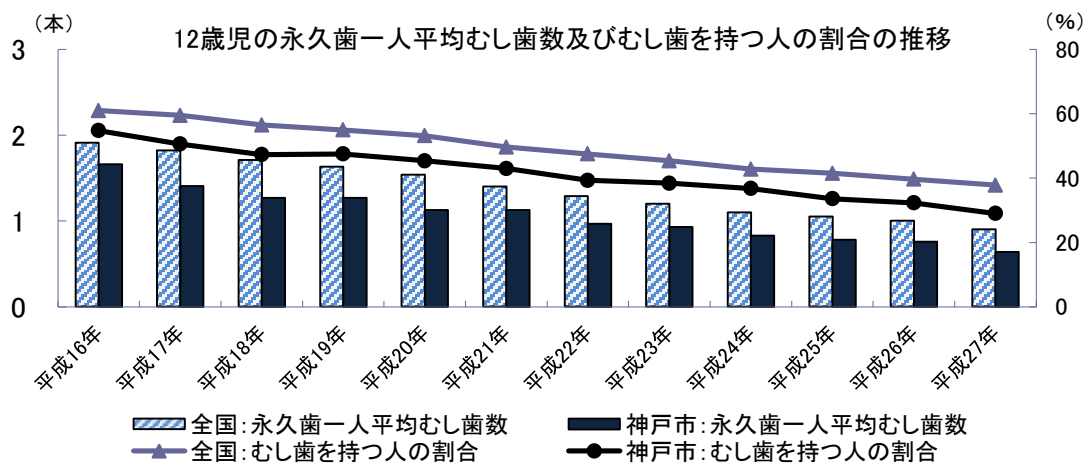
むし歯を持つ児童生徒の割合は減少しましたが、中学生・高校生では、歯肉の異常の割合が増加しています。学校歯科保健教育の充実を図り、学校保健委員会*などを活用して、健康な児童生徒を育成していきます。

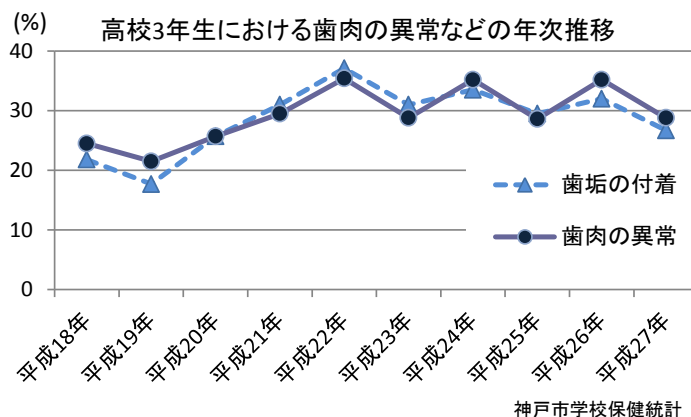
（2）平成27年度の実績

① 定期健康診断における歯科健診の実施

健診結果にもとづき、適切な予防処置、治療勧告や個別指導などの事後措置を行い、児童・生徒の健康の保持増進を図っています。

受診者数：小学校 75,535人、中学校 34,885人、高等学校 7,321人、特別支援学校 893人
12歳児一人平均むし歯数：0.64本





② 学校保健委員会の中で学校歯科保健をテーマに実施

学校保健委員会において歯と口の健康づくりをテーマにするなど、学校・家庭・地域が連携して学校歯科保健に取り組むように働きかけています。

実施数：小学校 24 校（164 校中）、中学校 8 校（84 校中）

③ 学校歯科保健研修会の開催（平成 27 年 10 月 29 日）

学校における歯・口の保健指導を通じて、児童が歯と口の健康づくりを実践できるようになるための具体的な指導方法について、教職員が研究を行っています。

「特別な配慮が必要な子どもへの対応と歯科治療」をテーマに開催。68 人参加。

④ よい歯の表彰式の開催（平成 28 年 1 月 21 日）

歯科口腔保健の取り組みについて優良な学校および児童を表彰することにより、児童・生徒の歯科口腔保健意識の向上を図っています。

優秀校園表彰 73 校園、個人表彰（小学 6 年生） 176 人

⑤ 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクールの開催、学校給食だよりでの啓発

- ・ 図画・ポスターコンクール実施、入選者 49 人
- ・ 学校給食だよりの 6 月・11 月号に、歯と口の健康づくりに関する啓発記事を掲載

(3) 平成 28 年度の取り組み

上記の取り組みを引き続き実施していくことにより、むし歯や歯周疾患の予防や食育の視点も踏まえた啓発などを行い、生涯における歯と口の健康づくりを推進していきます。

- ・ 学校歯科保健研修会の開催（平成 28 年 10 月 13 日）
 - 「学校歯科保健の魅力 ～楽しくなる学校歯科保健～」をテーマに開催。79 人参加。
- ・ 学校給食だよりの 6 月・11 月号に、歯と口の健康づくりに関する啓発記事を掲載
 - 6 月 歯と口の健康週間（6/4～6/10）の周知
 - 11 月 いい歯の日（11/8）の啓発、歯並びに影響する姿勢について

*学校保健委員会は、学校における健康に関する課題を研究協議し、健康づくりを推進するための組織。校長、養護教諭・栄養教諭・学校栄養職員などの教職員、学校医、学校歯科医、学校薬剤師、保護者代表、児童生徒、地域の保健関係機関の代表などを主な委員とし、保健主事が中心となって、運営することとされている。

5. 若者・壮年期 (18~64歳)

目標：歯周病を予防し、よくかんで健康増進

(1) 推進方策・事業展開

仕事で多忙であるという理由から、生活習慣の乱れが生じ、歯と口の健康づくりが不十分になりやすい時期。

40歳歯周疾患検診結果によると、約9割の人が歯周病の治療が必要な状態です。

歯周病は、歯を失うだけでなく、全身の健康にも影響することから、早期発見および定期的な管理が重要です。歯周疾患検診の受診率向上に努めるとともに、職域保健と連携し、歯周病に関する正しい情報提供を行います。

(2) 平成27年度の実績

① 歯周疾患検診の実績

- ・平成27年度 40歳歯周疾患検診の受診者数：1,632人／22,781人（受診率：7.2%）
- ・平成27年度 50歳歯周疾患検診の受診者数：728人／20,621人（受診率：3.5%）
- ・平成27年度 直営歯周疾患検診の受診者数：504人（35歳と41歳以上の市民対象）

② 歯周疾患検診の受診勧奨

◆「神戸けんしんガイド」での啓発

親しみやすいイラストを用いて検診制度を紹介する「神戸けんしんガイド」を作成して、歯周疾患検診についても掲載しました（広報紙KOBEBE4月号）。また、ちらし版をハローワーク、ファミリーマート、ローソンなどに設置して広報に努めました。

(3) 平成28年度の取り組み

① 職域との連携

神戸市地域・職域保健に関する実務者会において、40歳・50歳歯周疾患検診などの情報提供や、歯周病予防リーフレットの紹介を行いました。



ハッピーパックニュース 11月号には、「かかりつけ歯科医を持ちましょう」をテーマに40歳・50歳歯周疾患検診と後期高齢者（75歳）歯科健診の案内を掲載しました。

② 広報啓発 **新規**

かかりつけ歯科医での定期的な歯科健診受診の大切さを啓発するとともに、歯周疾患検診、妊婦歯科健診、後期高齢者（75歳）歯科健診等の受診を促すチラシを作成し、各区役所などで配布しました。

平成28年度 歯と口の健康週間 標語

健康も 楽しい食事も いい歯から！

あなたは、最近、歯医者さんに行きましたか？

神戸市で昨年度に実施した歯科健診(検)診を受けた7,850人のうち、かかりつけ歯科医を決めている人は・・・55%ありました！
そして、年齢が高くなるほどその割合も多くなっています。

しかし、かかりつけ歯科医を決めていても、41%の人は、1年以内に歯科健診を受けていませんでした。歯に問題があると生活習慣病など、さまざまな病気になる確率が高くなります。年に一度は、歯科健診(検)診を受けて、歯と口の健康を保ちましょう！

いつだったかしら～？

かかりつけ歯科医を持つと・・・

継続的にかかることで、お口の中の小さな変化にも気づいてもらえます！
ブラッシング指導や生活習慣に対するアドバイスなどをしてくれます！

私は、かかりつけ歯科医を決めています！

| 年齢 | 割合 |
|-----|-----|
| 75歳 | 80% |
| 50歳 | 60% |
| 40歳 | 45% |
| 35歳 | 30% |

痛んだときだけでなく、日頃から歯科医師や歯科衛生士と気兼ねなく相談できる関係を作りましょう！

かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診を受けていくことは、歯と口の健康を守る近道です。
神戸市の歯科健診(検)診を一つのきっかけにして、お口のホームドクターを持ちましょう！

妊婦の方には・・・
妊婦歯科健診が1回無料で受けられます！

40歳の方には・・・
歯周疾患検診が1回無料で受けられます！

50歳の方には・・・
歯周疾患検診が1回無料で受けられます！

75歳の方には・・・
後期高齢者歯科健診が1回無料で受けられます！

35歳と41歳以上の方には・・・
歯周疾患検診が1回無料で受けられます！

いずれの健診(検)診も、対象の者にはご案内いたします。
市内の実施医療機関に予約の上、受診券(クーポン券)を持参してください。
実施医療機関についてはホームページでご確認ください。

神戸市 歯科検診 検索

みがいて健口、かんて健康、歯っぴー神戸

歯周病は、全身病?!

日本人が歯を失う原因の第1位である歯周病。自覚症状はほとんどなく、不十分な歯磨きや、不規則な生活などにより歯周病が重症化する人も増えています。また、歯を失うと心臓病や脳梗塞になりやすくなるなど、全身に影響します。

歯周病は、体全体に大きく影響

- 狭心症・心筋梗塞**：歯周病が原因で動脈硬化になり、心臓に血流が滞りやすくなることもある
- 糖尿病**：歯周病の細菌が血管に入り、肺炎にかかる
- 骨粗しょう症**：骨が弱くなって、食事によって得られるカルシウムが不足し、骨を弱くする
- 脳梗塞**：歯周病の人はそうでない人の約2倍脳梗塞になりやすい
- 糖尿病**：重症の歯周病は、糖尿病を悪化させることがある
- メタボリックシンドローム**：歯周病の細菌が脂肪を溶かして動脈に感染することがある

成人の8割が歯周病

| 状態 | 割合 |
|------|-------|
| 歯周病 | 77.3% |
| 健康 | 14.2% |
| 歯がない | 8.5% |

(厚生労働省・平成23年歯科疾患実態調査)

～自分でできる歯周病チェック～

- 歯ぐきに赤くはれた部分がある。
- 口臭がなんとなく気になる。
- 歯ぐきがやせてきた。 **歯周病は、体全体に大きく影響**
- 歯と歯の間にものがつまりやすい。
- 歯をみがいたあと、歯ブラシに血がついたり、ゆすいだ水に血が混じることがある。
- 歯と歯の間の歯ぐきが、鋭角的な三角でなく、丸くなっている部分がある。
- ときどき、歯が浮いたような感じがする。
- 指でさわってみて、少しくらつく歯がある。
- 歯ぐきから膿(うみ)が出たことがある。

チェックは回数つきましたか？

| チェックが | 良好と思われる。これからもいねいな歯磨きを心がけ、年1回は歯科検診を受けましょう。 |
|--------|----------------------------------------------------------------------------|
| ない | |
| 1～2個 | 歯周病の可能性がります。まず、歯みがきの方法を再確認しましょう。歯科医院にて、歯周病でないか、歯みがきが正しくできているか、確認してもらいましょう。 |
| 3～5個以上 | 初期あるいは中等度以上に歯周病が進行しているおそれがあります。早めに歯科医院で相談しましょう。 |

歯みがきのポイント

歯ブラシによる歯垢(プラーク)コントロール

- ① 毛先を歯肉にきちんとあててみがく
- ② 軽い力でみがく
- ③ が弱みに動かしてみがく

歯垢のたまりやすいところ

- ① 歯と歯の間
- ② 歯と歯肉の境目
- ③ 奥歯の噛み合わせ
- ④ 凸凹しているところ
- ⑤ 歯の低い歯

※歯ブラシの毛先を上手に使って、口の中を観察し自分に合ったみがき方を工夫しましょう。