

# 第6章

## 柏崎市第三次歯科保健計画

---

## 1. 歯科保健計画の方向性

# 生涯を通じた歯・口腔の健康づくりの推進

歯・口腔の健康は、食べる喜びや話す楽しみを支え、生活の質を高める上で極めて重要なものです。生涯にわたり健やかな生活を送るためには、歯・口腔の健康を維持し、適切な口腔ケアを実践することが欠かせません。

市民の歯・口腔の現状を見ると、子どもたちのむし歯は減少傾向にあるものの、食習慣や歯みがき習慣などには依然として課題が残っています。また、歯周病が進行する前の若年層に対しては、生活習慣病予防と連携した歯周病予防の取組を継続していく必要があります。

少子高齢化が進む中、健康寿命の延伸は喫緊の課題となっており、今後、更なる高齢化が進むことが見込まれるため、生涯を通じて歯・口腔の健康を維持する重要性はより一層高まります。

健康寿命の延伸に向けては、自分の口から食べる喜びや話す楽しみの基盤となる歯・口腔の機能を育成し、維持・向上することが不可欠です。

そのため、市民一人一人が自分の歯・口腔の状態に関心を持ち、乳幼児期から高齢期に至るまで、生涯を通じて切れ目なく持続した歯・口腔の健康づくりを目指します。

## 2. 取組の展開

### 1 全てのライフステージ

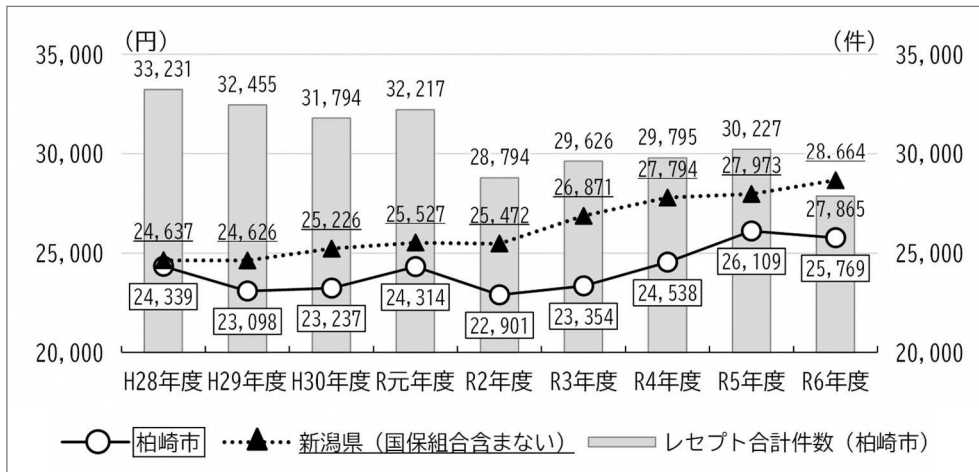
#### (1) 現状と課題

##### ○ 市民全体で生涯を通じた歯・口腔の健康を保つことが重要

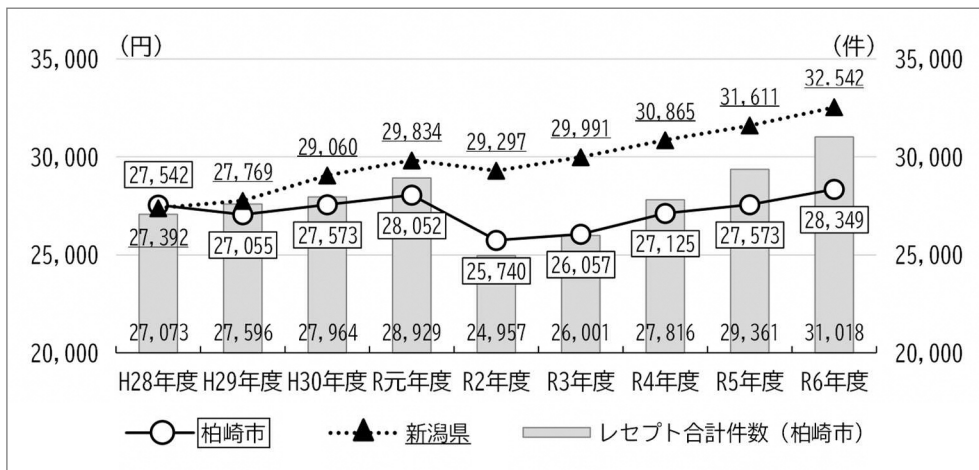
##### 【1人当たり歯科医療費】

- ・1人当たりの歯科医療費は、後期高齢者の方が高くなっています。
- ・74歳以下は、コロナ禍以降、受診控えや受診を継続していないことが考えられます。一方、75歳以上では、コロナ禍前よりレセプト合計件数が増えており、義歯の調整や継続的な治療の必要性があることが伺えます。

国民健康保険医療費(74歳以下)の推移



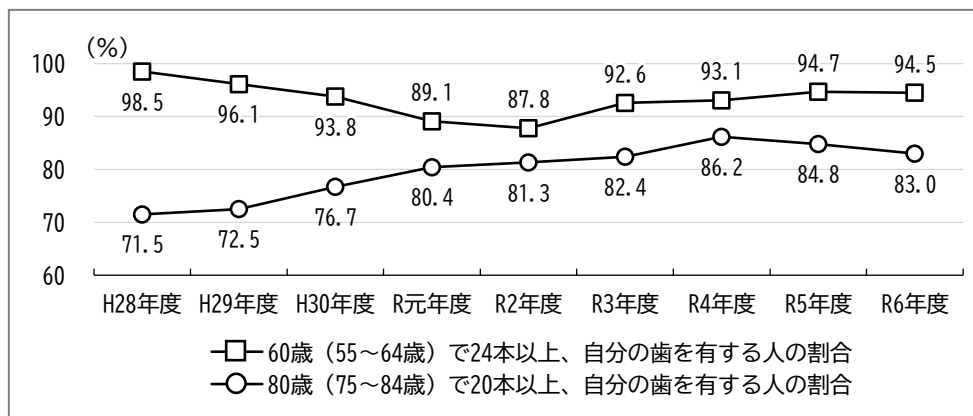
後期高齢者医療費(75歳以上)の推移



資料：平成28(2016)年度はKDBを使った疾病分類別(大中分類)統計  
平成29(2017)年度～令和6(2024)年度は「国保連合会提供疾病統計ツール」

### 【8020達成者・6024達成者の割合】

・8020「80歳（75～84歳）で20本以上、自分の歯を有する人」の割合、6024「60歳（55～64歳）で24本以上、自分の歯を有する人」の割合は、年度により多少の増減はありますが、いずれも増加傾向にあります。



資料：柏崎市歯周病検診結果

※8020は令和5（2023）年度までは75～80歳の値

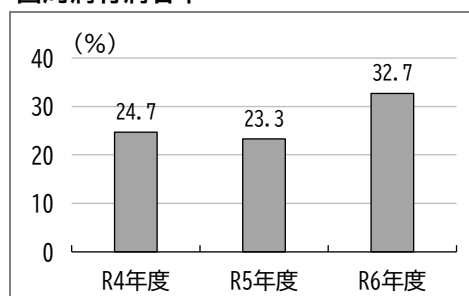
### 【妊婦の歯科健診受診率及び歯周病有病者率】

・妊婦の歯科健診受診率（柏崎市歯周病検診妊婦無料クーポン利用者割合）は、約3割となっています。受診者の歯周病有病者率は令和6（2024）年度には3割を超えています。

妊婦の歯科健診受診率

年度	割合
R4年度	30.9%
R5年度	30.3%
R6年度	31.0%

歯周病有病者率

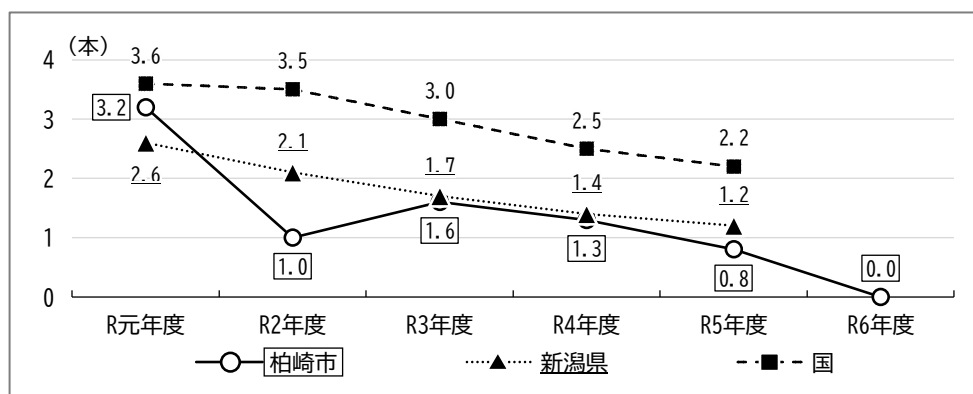


資料：柏崎市歯周病検診結果

## ○ 子どものむし歯予防の推進が重要

### 【3歳児で4本以上のむし歯がある人の割合】

・3歳児で4本以上のむし歯がある人の割合は減少傾向にあり、県や国より下回っています。



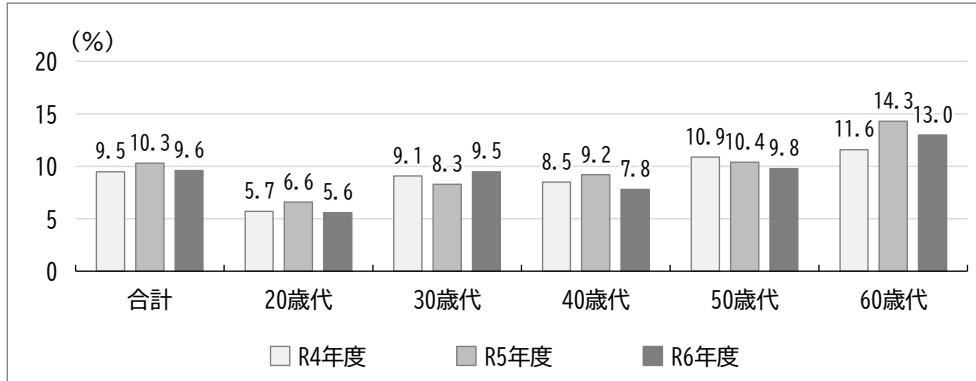
資料：厚生労働省地域保健・健康増進事業報告

※新潟県・国の令和6（2024）年度の値は未公表

## ○ 若い世代からのむし歯や歯周病の発症予防及び進行抑制が必要

### 【柏崎市歯周病検診の年代別無料クーポン利用者の割合】

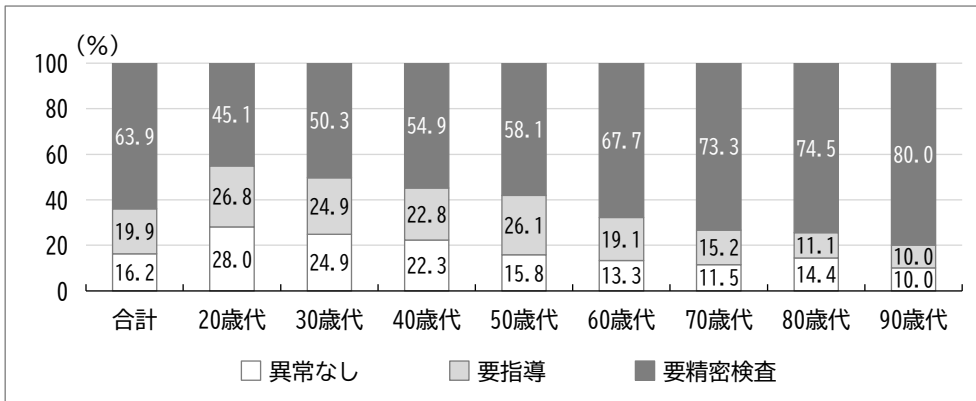
- ・利用者割合は、おおむね年齢が上がるにつれて高くなる傾向にあります。20歳代では5～6%台と、ほかの年代に比べて低くなっています。



資料：柏崎市歯周病検診

### 【柏崎市歯周病検診の年代別判定区分の状況（令和6（2024）年度）】

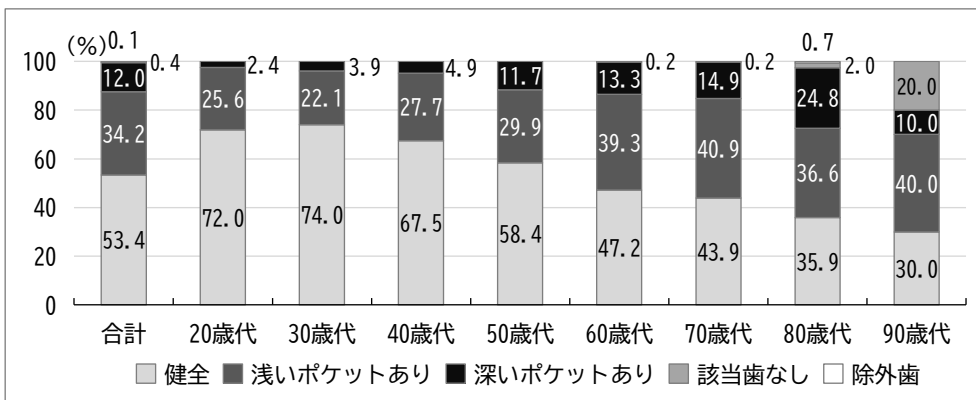
- ・年代別判定区分では、年齢が上がるにつれて要精密検査の割合が増加していますが、若い世代でも要精密検査の人が約半数います。



資料：柏崎市歯周病検診結果

### 【柏崎市歯周病検診の年代別歯周ポケットの状況（令和6（2024）年度）】

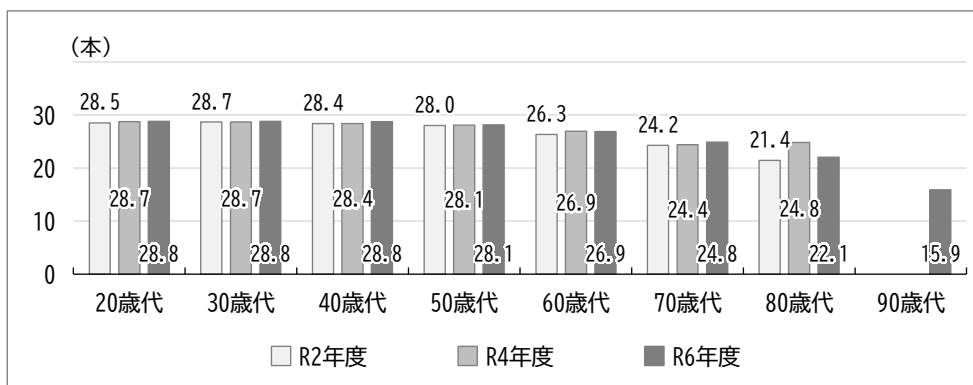
- ・若い世代でも約3割に歯周ポケットがある人がいます。



資料：柏崎市歯周病検診結果

## 【1人平均現在歯数の状況】

- ・1人平均現在歯数は50歳代以下では、28本台となっており、60歳代以上で年代が上がるにつれて本数が少なくなる傾向があります。



資料：柏崎市歯周病検診結果

※80歳代は令和2（2020）年度、令和4（2022）年度は80歳のみ

※81歳以上は令和6（2024）年度から検診開始

## 背景と課題

- ・妊娠中はホルモンバランスの変化や生活習慣の変化により、むし歯や歯周病になりやすくなります。特に歯周病は、早産や低体重児出産のリスクを高めることが知られています。
- ・むし歯予防も歯周病予防も、全ての年代において、定期的な歯科健診の受診が重要ですが、特に若い世代で歯科健診の受診率が低い傾向があります。
- ・事業所と連携して、誰もが歯科健診を受けることができる環境づくりを進める必要があります。
- ・通院が困難な障がいのある人や要介護者等は、口腔ケアが不十分になりやすいことから、施設等での歯科健診や口腔衛生管理等を実施する機会を増やしていく必要があります。

## (2) 目標指標

指標	現状値	中間値	目標値	出典
	R6	R13	R19	
妊婦の歯科健診受診率 (柏崎市歯周病検診妊婦無料クーポン利用者割合)	31.0%	増加	増加	柏崎市歯周病検診
歯科健診・歯みがき指導等、歯科保健に関する事業を行っている障害福祉サービス事業所(通所)の割合	43.8%	45.0%	50.0%	柏崎市福祉課調べ

### (3) 行動目標／取組方針

#### 行動目標



- ◇ 自分に合った適切な口腔ケアを実践します
- ◇ かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けます

#### ■市民の取組■

##### 全世代

- ・毎食後、歯をみがきます。
- ・口の中を清潔に保ちます。
- ・本人や家族、介護者や支援者が口腔ケアを行います。
- ・ゆっくりよく噛んで食べます。
- ・フッ化物を利用します。
- ・かかりつけの歯科医を持ちます。
- ・定期的に歯科健診を受けます。
- ・妊娠中の適切な時期に歯科健診や歯科治療を受けます。
- ・災害への備えとして、口腔ケア用品を備蓄します。



#### 取組方針

- ◇ 生涯を通じた定期的な歯科健診受診の定着を図るため、情報提供及び知識の普及啓発に取り組みます
- ◇ 誰もが適切な口腔ケアを受けられるよう取組を推進します

#### ■柏崎市の取組■

- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診受診の重要性を広く周知啓発します。
- ・妊婦歯科健診の受診の必要性を周知し、受診を勧めます。
- ・年代に応じた適切な口腔ケアの指導を行います。
- ・フッ化物の効果について啓発し、利用を勧めます。
- ・健診や健康教育の場での指導内容の充実を図ります。
- ・歯科医師会や地域・関係機関の協力を得て、配慮が必要な方を含め、市民が歯科健診や口腔ケアを受診しやすい体制づくりを行います。
- ・障害福祉サービス事業所と連携し、歯・口腔の健康づくりに取り組みます。
- ・災害時における口腔ケア等の重要性を周知し、関係機関と連携して災害時の歯科保健対策に取り組みます。
- ・ライフコースアプローチの視点を踏まえ、多職種が連携して歯・口腔の健康づくりを推進します。

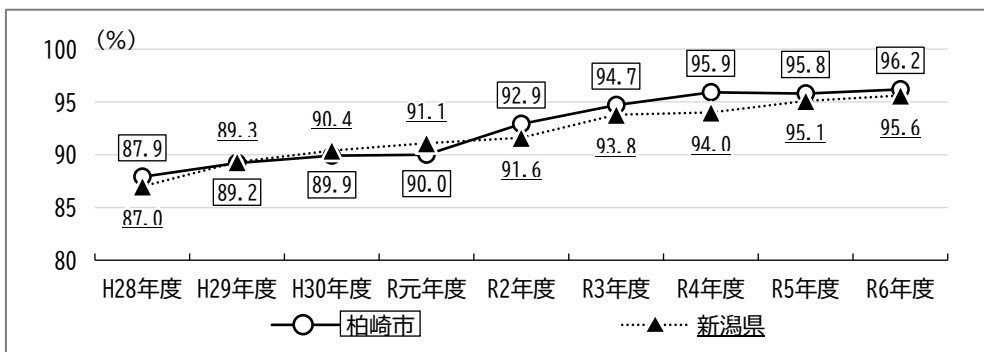
## 2 乳幼児期

### (1) 現状と課題

#### ○ 親子でむし歯予防に取り組むことが必要

##### 【3歳児でむし歯のない人の割合】

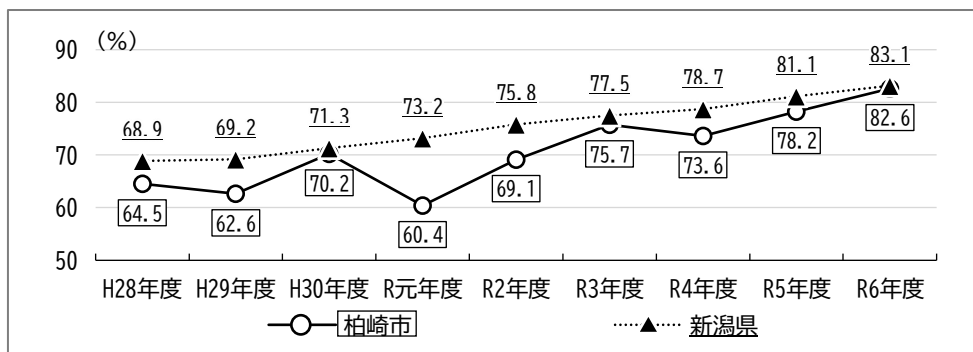
・3歳児でむし歯のない人の割合は増加傾向にあります。また、県と同水準となっています。



資料：新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策

##### 【5歳児でむし歯のない人の割合】

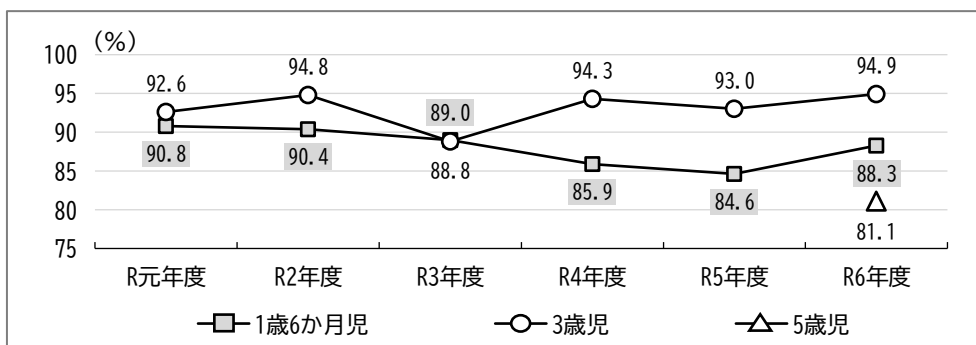
・5歳児でむし歯のない人の割合は令和元（2019）年度以降増加傾向にあります。また、これまで県を下回って推移していましたが、令和6（2024）年度には県と同水準となっています。



資料：新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策

##### 【大人が毎日仕上げみがきをする人の割合】

・大人が毎日仕上げみがきをする人の割合は、3歳児では9割を超え、増加傾向にあります。1歳6か月児や5歳児は8割台で、3歳児より仕上げみがきをする人の割合が低いです。

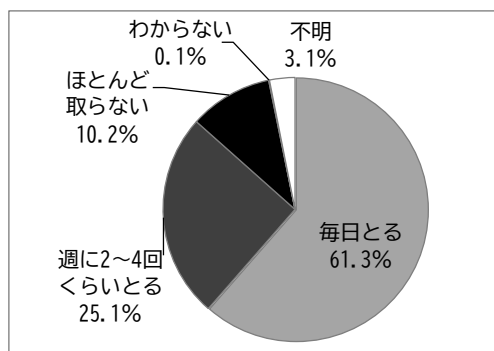


資料：柏崎市乳幼児健診問診票

※5歳児健診は令和6（2024）年度から開始

### 【週2回以上お菓子や甘い飲み物をとる人の割合】

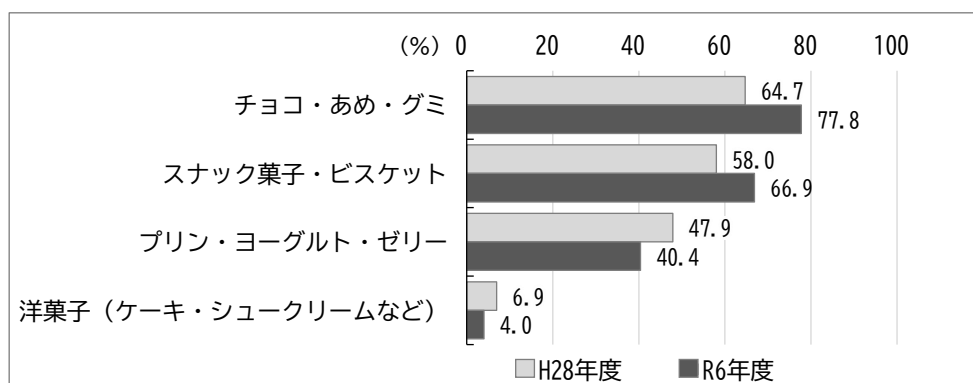
・週2回以上お菓子や甘い飲み物をとる人の割合は8割を超えており、頻回にとっている家庭が多くなっています。



資料：柏崎市令和6（2024）年度4歳児・5歳児保護者食育アンケート

### 【家庭でよく食べるおやつの種類】

・子どもが家庭でよく食べるおやつとして、口の中に長く入っているものや、歯にくっつきやすいものが増えています。



資料：柏崎市令和6（2024）年度4歳児保護者歯科保健アンケート

## 背景と課題

- ・むし歯予防対策の一つとして実施しているフッ化物洗口は、対象となる全ての施設での実施に至っていない状況です。
- ・子どものむし歯は減少傾向にありますが、1人で複数本むし歯のある子などが一定数おり、おやつのとりの方や歯みがきなどの生活習慣が身に付いていない子が見られます。

## (2) 目標指標

指標		現状値 R6	中間値 R13	目標値 R19	出典
3歳児で4本以上のむし歯がある人の割合		0.0%	0.0%	0.0%	厚生労働省地域保健・健康増進事業報告
3歳児でむし歯のない人の割合		96.2%	維持	維持	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
5歳児でむし歯のない人の割合		82.6%	86.0%	90.0%	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
大人が毎日仕上げみがきをする人の割合	1歳6か月児	88.3%	90.0%	92.0%	柏崎市乳幼児健診問診票
	3歳児	94.9%	95.0%	95.0%	
	5歳児	81.1%	86.0%	90.0%	

### (3) 行動目標／取組方針

#### 行動目標



◇ 望ましい食習慣や生活リズムを整え、歯みがき習慣を身に付けます

#### ■市民の取組■

##### 乳幼児期



- ・毎食後の歯みがきを習慣にします。
- ・保護者が仕上げみがきをします。
- ・おやつやの量や回数を決めて食べます。
- ・甘い飲み物はできるだけ控えます。
- ・定期的にフッ化物歯面塗布を受けます。
- ・ゆっくりよく噛んで食べる習慣を身に付けます。
- ・発達段階に応じた口腔機能を獲得します。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けます。

#### 取組方針

◇ 望ましい口腔衛生習慣が家庭を基盤に身に付けられるよう、関係機関と連携して取り組みます

#### ■柏崎市の取組■

- ・乳幼児期からかかりつけ歯科医を持つことを啓発します。
- ・定期的な歯科健診の受診を勧めます。
- ・年齢に応じたフッ化物の利用の推進を図ります。
- ・成長や発達に応じた健全な口腔機能の獲得に向けた啓発と指導を行います。
- ・乳幼児健診において、仕上げみがきの重要性と実践方法を周知します。
- ・幼稚園・保育園での歯科健康教室を継続して行い、指導内容の充実を図ります。
- ・生活習慣や食習慣と関連付けて、むし歯予防に関する知識を普及します。
- ・望ましい食生活やよく噛んで食べる習慣の定着を図るため、食育と連携して取り組みます。
- ・「毎月18日19日はいい歯・食育の日」を普及・推進します。

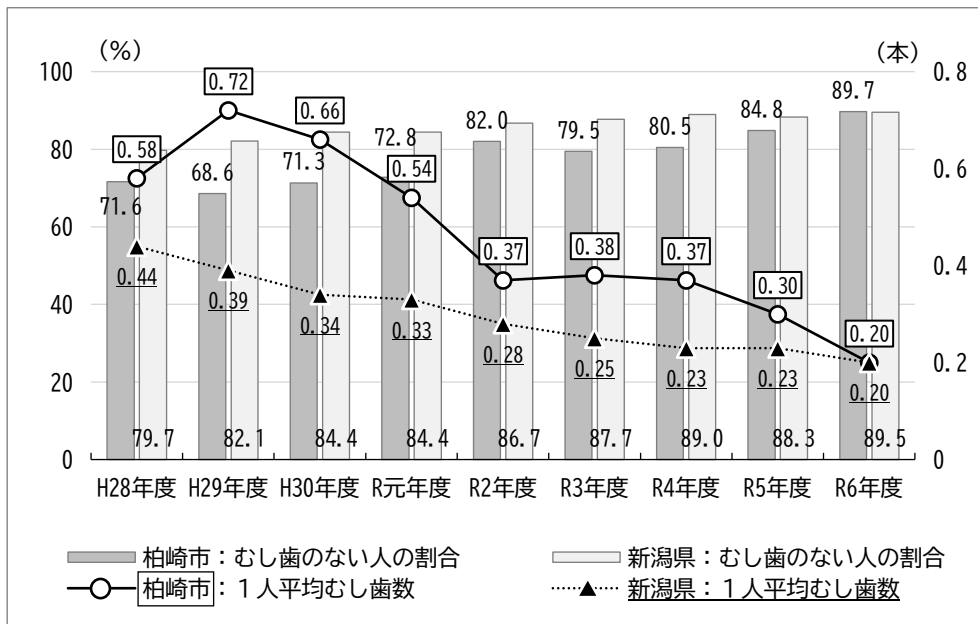
### 3 学童期・思春期

#### (1) 現状と課題

##### ○ 歯みがき習慣の定着化や治療の必要性を知ることが必要

##### 【12歳児でむし歯のない人の割合・1人平均むし歯数】

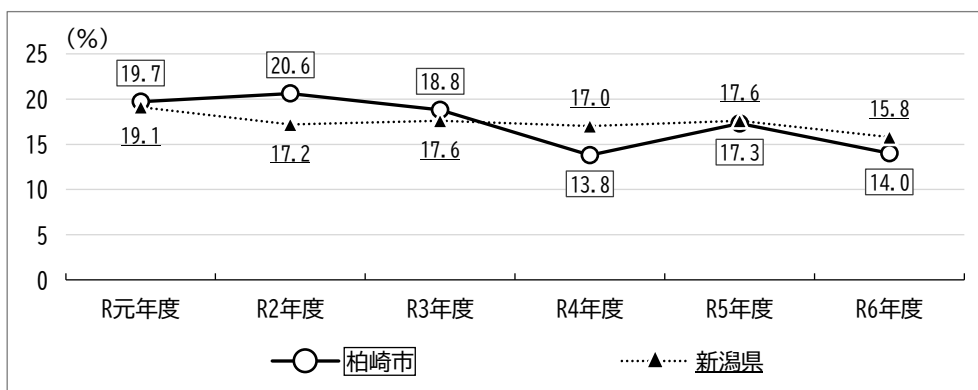
- ・フッ化物洗口の普及等により、むし歯のない人の割合は増加傾向にあります。
- ・1人平均むし歯数は減少傾向にあり、県の平均に近づいています。



資料：新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策

##### 【中学3年生の歯肉炎有病者の割合】

- ・中学3年生の歯肉炎有病者の割合は微減傾向にあり、県とおおむね同様の傾向となっています。

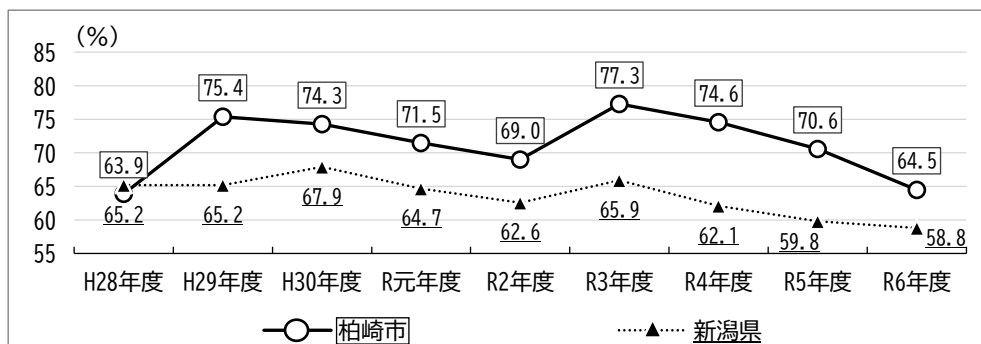


資料：柏崎市…柏崎市教育委員会健康診断結果集計表  
新潟県…新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策

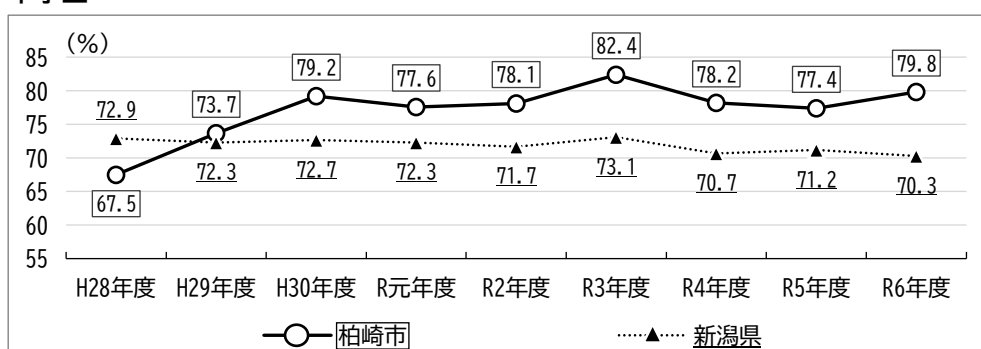
### 【治療済みのむし歯の割合（小学生・中学生）】

- ・小学生では、県の水準を上回っていますが、令和3（2021）年度以降減少傾向にあります。
- ・中学生では、7～8割台で推移しており、県水準を上回っています。

#### 小学生



#### 中学生

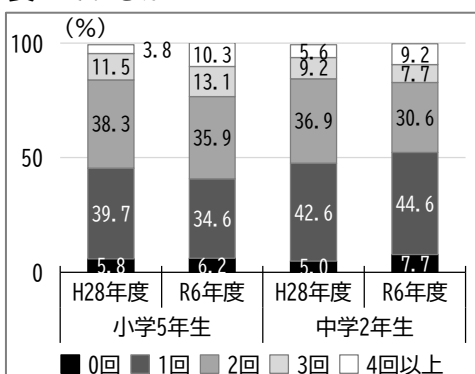


資料：柏崎市…柏崎市教育委員会健康診断結果集計表  
新潟県…新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策

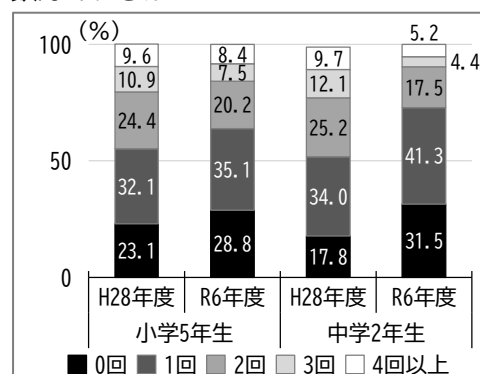
### 【休みの日に、おやつ・甘味飲料をとる人の割合】

- ・休みの日に1日3回以上お菓子を食べている人の割合は、小学5年生・中学2年生ともに増加しており、特に小学5年生では、1日4回以上食べる子が増加しています。
- ・休みの日に1日3回以上甘い飲み物を飲んでいる人の割合は、小学5年生・中学2年生ともに減少しています。

#### 学校が休みの日に1日何回お菓子を食べているか



#### 学校が休みの日に1日何回甘い飲み物を飲んでいるか



資料：柏崎市令和6（2024）年度小学5年生・中学2年生歯科保健アンケート

### 背景と課題

- ・子どものむし歯は減少傾向にありますが、むし歯があっても治療を受けていない子が見られます。

## (2) 目標指標

指標		現状値 R6	中間値 R13	目標値 R19	出典
12歳児でむし歯のない人の割合		89.7%	90.0%	95.0%	新潟県歯科疾患の現状と歯科保健対策
中学3年生の歯肉炎有病者の割合		14.0%	13.0%	11.0%	柏崎市教育委員会健康診断結果集計表
治療済みのむし歯の割合	小学生	64.5%	70.0%	78.0%	柏崎市教育委員会健康診断結果集計表
	中学生	79.8%	81.0%	83.0%	

## (3) 行動目標／取組方針

### 行動目標



◇ 自分の歯・口腔に関心を持ち、むし歯や歯周病を予防する方法を身に付けます

### ■市民の取組■

#### 学童期・思春期

- ・毎食後の歯みがきを習慣にします。
- ・小学校中学年までは保護者が仕上げみがきをします。
- ・おやつや甘味飲料の適量を理解し、とり過ぎに注意します。
- ・3食ゆっくりよく噛んで食べます。
- ・歯の大切さを理解し、自分の歯や歯ぐきの状態に関心を持ちます。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けます。
- ・むし歯や歯肉の所見を指摘されたら、必ず歯科受診をします。



### 取組方針

◇ 歯・口腔の健康の重要性を認識し、自己管理能力を高められるよう取組を推進します

### ■柏崎市の取組■

- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的な歯科健診受診の重要性を保護者や子どもたちへ啓発します。
- ・学校でのフッ化物洗口を継続して行います。
- ・健全な口腔機能の発達に向けた啓発と指導を行います。
- ・小学校中学年までの仕上げみがき継続を周知し、啓発します。
- ・小学校・中学校での歯科健康教育と教材配布を継続し、指導内容の充実を図ります。
- ・喫煙が歯・口腔の健康に及ぼす影響について啓発します。
- ・望ましい食生活やよく噛んで食べる習慣の定着を図るため、食育と連携して取り組みます。
- ・「毎月18日19日はいい歯・食育の日」を普及・推進します。

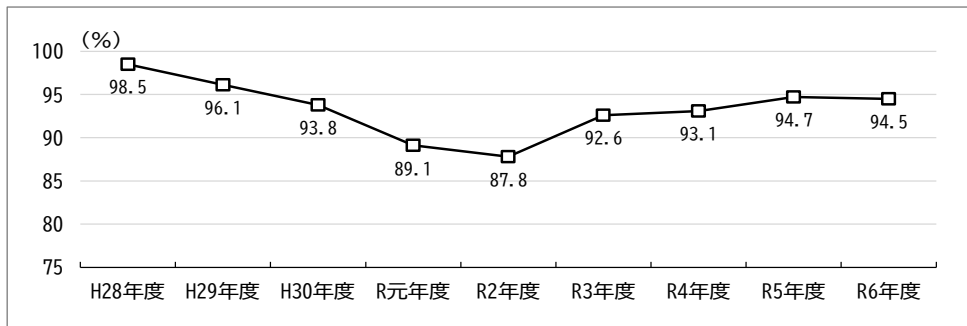
# 4 青年期・壮年期

## (1) 現状と課題

○ 歯科疾患を発症する若い世代から歯・口腔の健康を意識することが重要

### 【6024「60歳で24本以上、自分の歯を持つ人」の割合（55～64歳）】

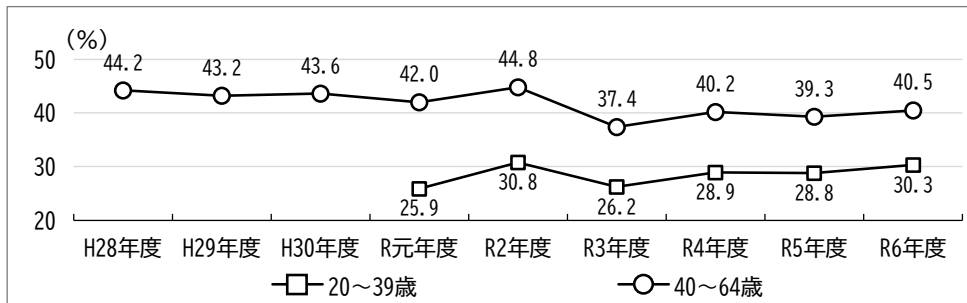
・令和2（2020）年度以降増加傾向にあり、9割台で推移しています。



資料：柏崎市歯周病検診結果

### 【過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合（20～64歳）】

・過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合は、コロナ禍の影響もあり、令和3（2021）年に減少し、その後横ばいとなっています。20～39歳は令和4（2022）年度以降2割台で推移し、40～64歳の3～4割台に比べて低くなっています。

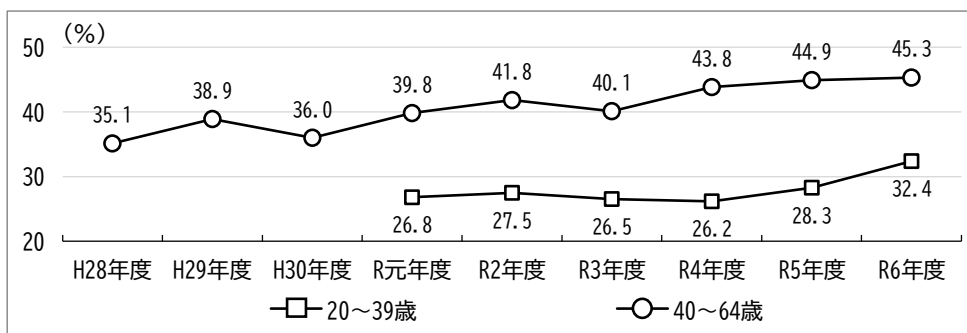


資料：柏崎市歯周病検診問診票

※20～39歳は令和元（2019）年度から検診開始

### 【歯ブラシ以外に歯間ブラシやデンタルフロスを使っている人の割合】

・歯ブラシ以外に歯間ブラシやデンタルフロスを使っている人の割合は、令和3（2021）年度以降はおおむね増加傾向にあります。しかし、20～39歳は40～64歳に比べて低くなっています。

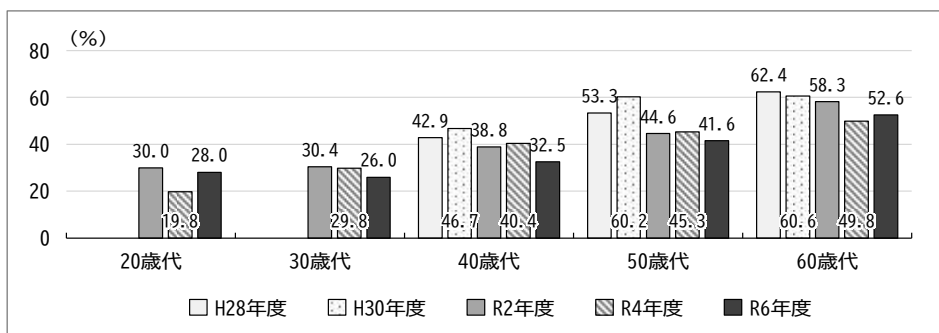


資料：柏崎市歯周病検診問診票

※週2～3回以上使っている人の割合  
 ※20～39歳は令和元（2019）年度から検診開始

### 【歯周炎を有する人の割合】

・歯周炎を有する人の割合は、以前より減少傾向にありますが、20歳代・30歳代の若い世代でも2割を超えており、年代が上がるにつれて増加する傾向があります。

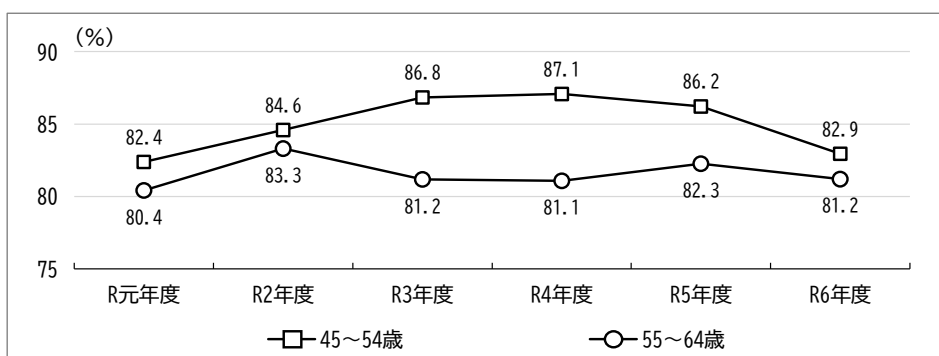


資料：柏崎市歯周病検診結果

※歯周炎を有する人…4mm以上の歯周ポケットのある人  
 ※20～39歳は令和元（2019）年度から検診開始

### 【咀嚼良好者の割合】

・咀嚼良好者の割合はいずれの年代も8割台で推移していますが、45～54歳では直近では減少傾向にあります。



資料：柏崎市特定健康診査等質問票

※何でも噛むことができると回答した人の割合

### 背景と課題

・歯周病は歯を失う原因となることから予防が大切ですが、若い世代では歯周病に関する意識が低くなっています。柏崎市歯周病検診の結果では、20歳代や30歳代でも歯周ポケットがある人がいます。

## (2) 目標指標

指標		現状値 R6	中間値 R13	目標値 R19	出典
60歳で24本以上自分の歯を持つ人の割合（55～64歳）		94.5%	95.0%	95.0%	柏崎市歯周病検診結果
過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合	20～39歳	30.3%	45.0%	60.0%	柏崎市歯周病検診問診票
	40～64歳	40.5%	50.0%	60.0%	
歯ブラシ以外に歯間ブラシ又はデンタルフロスを使っている人の割合	20～39歳	32.4%	48.0%	60.0%	柏崎市歯周病検診問診票
	40～64歳	45.3%	52.0%	60.0%	
40代における歯周炎を有する人の割合		32.5%	28.0%	25.0%	柏崎市歯周病検診結果
60歳における咀嚼良好者の割合（55～64歳）		81.2%	86.0%	90.0%	柏崎市特定健康診査等質問票

### (3) 行動目標／取組方針

#### 行動目標



◇ 自分や家族の歯・口腔の健康に関心を持ち、定期的に歯科健診を受けます

#### ■市民の取組■

##### 青年期・壮年期



- ・自分に合った歯間部清掃用具（歯間ブラシ・デンタルフロス）を使用し、口腔ケアを行います。
- ・自分や家族の歯・口腔の健康に関心を持ちます。
- ・自分や家族の健康に配慮した食生活を心掛けます。
- ・歯周病が全身の健康に影響することやオーラルフレイルについて理解します。
- ・喫煙が歯・口腔の健康に及ぼす影響を理解します。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、自覚症状がなくても定期的に歯科健診を受けます。

#### 取組方針

◇ 歯科疾患予防のための情報発信を行い、定期的な歯科健診受診の定着を図ります

#### ■柏崎市の取組■

- ・家族でかかりつけ歯科医を持つことを勧めます。
- ・定期的な歯科健診受診の重要性を周知し、自覚症状がなくても受診するよう働き掛けを行います。
- ・歯周病検診について広く周知し、受診を勧めます。
- ・健診等の場で、適切な口腔ケアの方法を指導します。
- ・家庭での歯・口腔の健康づくりの重要性を啓発し、家族で取り組むことを勧めます。
- ・事業所を通じて、歯周病検診や歯・口腔の健康に関する情報提供を行います。
- ・望ましい生活習慣と合わせて、オーラルフレイルや歯科疾患予防に関する知識の普及啓発を行います。
- ・喫煙が歯・口腔や全身の健康に及ぼす影響について周知啓発を行います。
- ・各種イベントやSNSを通じて、市民の歯・口腔の健康に対する関心を高める取組を推進します。

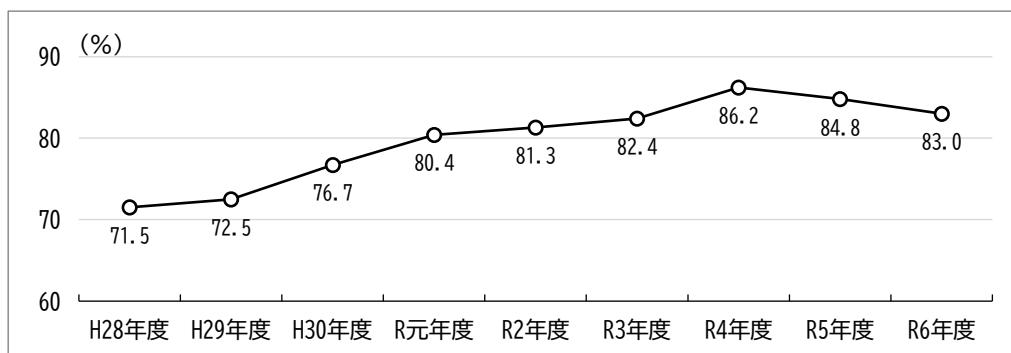
## 5 高齢期

### (1) 現状と課題

#### ○ 1本でも多く自分の歯を維持できるようにする必要がある

##### 【8020「80歳で20本以上、自分の歯を持つ人」の割合（75～84歳）】

・8020「80歳（75～84歳）で20本以上、自分の歯を有する人」の割合は、増加傾向にあり、令和6（2024）年度には8割台となっています。

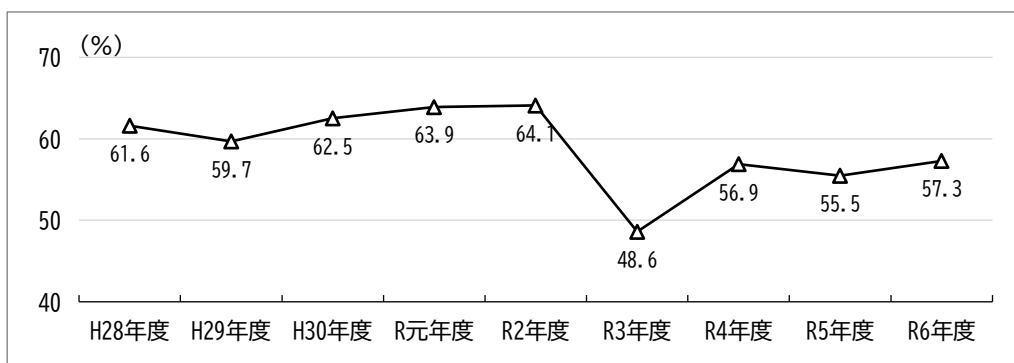


資料：柏崎市歯周病検診結果

※令和5（2023）年度までは75～80歳の値

##### 【過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合】

・過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合は、コロナ禍の影響もあり、令和3（2021）年度以降は、令和2（2020）年度以前の水準を下回って推移しています。

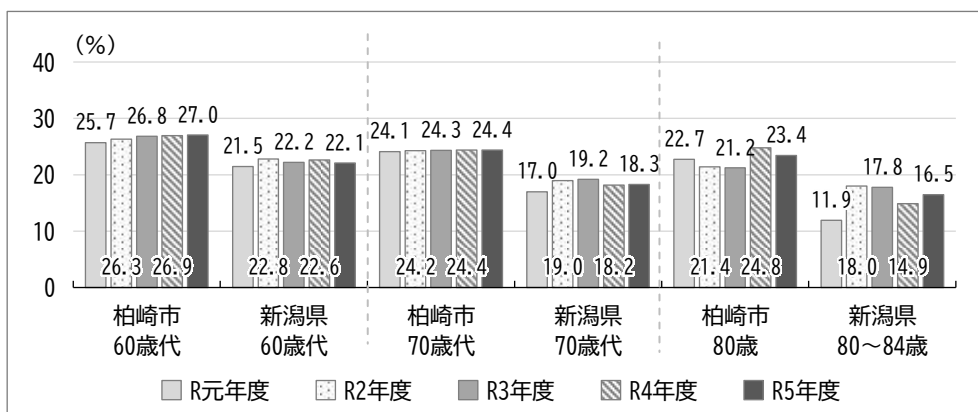


資料：柏崎市歯周病検診問診票

※令和5（2023）年度までは65～80歳の値。令和6（2024）年度は65～84歳の値

## 【1人平均現在歯数の状況】

・1人平均現在歯数は各年代ともに、県に比べて本数が多くなっています。

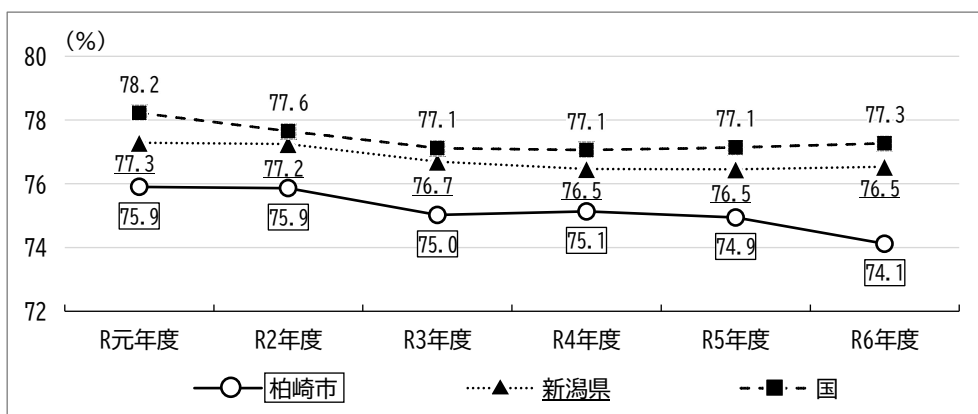


資料：柏崎市…柏崎市歯周病検診結果  
新潟県…新潟県県民健康・栄養実態調査

※新潟県の令和元（2019）年度・令和5（2023）年度は大規模調査、他は小規模調査の値

## 【咀嚼良好者の割合（65～74歳）】

・65～74歳では7割台で微減傾向となっています。また、国・県の水準をやや下回っています。

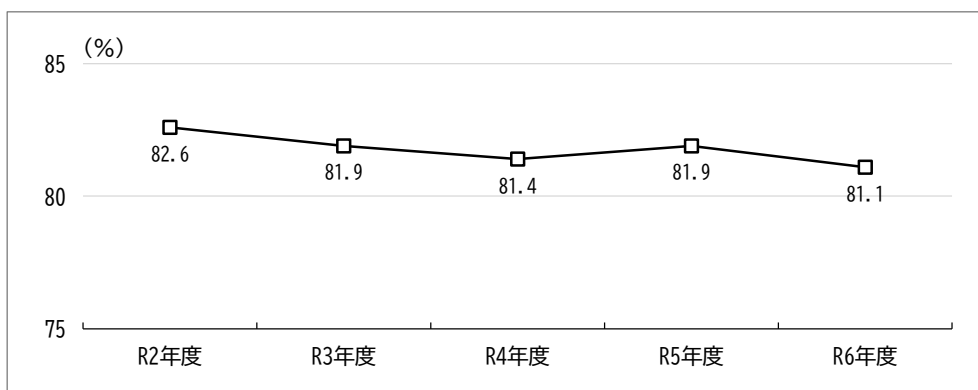


資料：柏崎市特定健康診査等質問票

※何でも噛むことができると回答した人の割合

## 【嚥下良好者の割合（75～84歳）】

・75～84歳における嚥下良好者の割合はほぼ横ばいで8割台で推移しています。

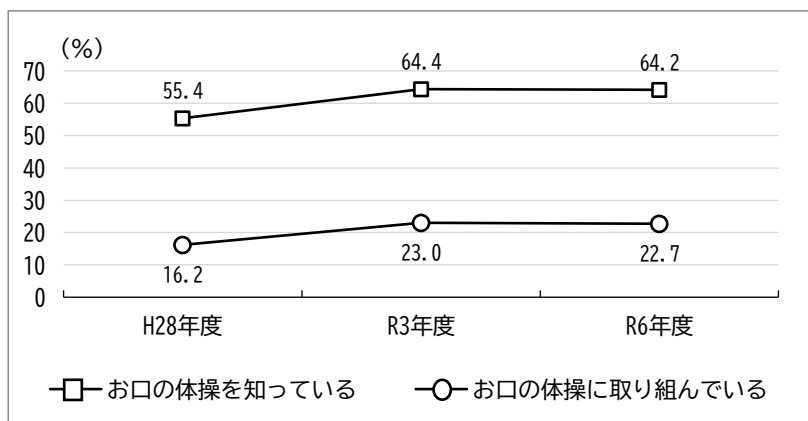


資料：柏崎市高齢者健康診査質問票

※お茶や汁物でむせるにいいえと回答した人の割合

## 【お口の体操を知っている人の割合】

・お口の体操を知っている人の割合は平成28（2016）年度から増加しており、実際に取り組んでいる人の割合も増加しています。



資料：柏崎市歯周病検診問診票

## 背景と課題

・高齢期では歯の本数を維持することに加え、<sup>ごえん</sup>誤嚥性肺炎予防やオーラルフレイル予防のため、口腔機能を維持することも重要となっています。

## (2) 目標指標

指標	現状値	中間値	目標値	出典
	R6	R13	R19	
80歳で20本以上自分の歯を持つ人の割合（75～84歳）	83.0%	84.0%	85.0%	柏崎市歯周病検診結果
過去1年間に歯科健康診査を受診した人の割合（65～84歳）	57.3%	58.0%	60.0%	柏崎市歯周病検診問診票
70歳における咀嚼 <sup>モシヤク</sup> 良好者の割合（65～74歳）	74.1%	77.0%	80.0%	柏崎市特定健康診査等質問票
80歳における嚥下 <sup>えんげ</sup> 良好者の割合（75～84歳）	81.1%	84.0%	88.0%	柏崎市高齢者健康診査質問票



## オーラルフレイル

オーラルフレイルとは、わずかなむせや噛みにくいなどの「口のささいな衰え」を放置したり、適切な対応をしないままにしたりすることで、口腔の機能低下、食べる機能の障がい、さらには心身の機能低下までつながる負の連鎖が生じてしまうことに対して警鐘を鳴らした概念です。

### (3) 行動目標／取組方針

#### 行動目標



◇ 食事をおいしく味わい、会話を楽しむために、清潔な口腔を保ちます

#### ■市民の取組■

##### 高齢期



- ・自分に合った歯間部清掃用具（歯間ブラシ・デンタルフロス）を使用し、口腔ケアを行います。
- ・入れ歯は毎日洗います。
- ・歯・口腔の健康が誤嚥性肺炎の予防や全身の健康に関係していることを理解します。
- ・ゆっくりよく噛んで食べることが認知症の予防につながることを理解します。
- ・お口の体操でオーラルフレイルを予防し、口腔機能の低下を防ぎます。
- ・適切な口腔ケアを受け、口腔内を清潔に保ちます。
- ・かかりつけ歯科医を持ち、自覚症状がなくても定期的に歯科健診を受けます。

#### 取組方針

◇ 口腔機能の維持・向上に向けた取組を推進し、適切な口腔ケアを受けられるよう支援します

#### ■柏崎市の取組■

- ・かかりつけ歯科医における定期的な歯科受診の継続を勧めます。
- ・オーラルフレイルに関する知識を普及し、予防の取組を推進します。
- ・地域におけるお口の体操の普及に継続して取り組みます。
- ・家族や介護者・支援者に対し、口腔ケアの重要性や実践方法に関する情報提供を行います。
- ・口腔機能の維持向上のため、多職種が連携して取り組みます。
- ・介護サービスや歯科医療との連携を推進し、要介護高齢者が適切な口腔ケアを受けられる体制づくりを行います。
- ・全身の健康、認知症や介護予防と関連付けて、歯・口腔の健康の重要性を周知啓発します。
- ・関係機関と連携して、災害時の口腔ケア対策に取り組みます。