

第4章 計画の推進体制

1 各主体の取組

(1) 市民の取組

歯と口の健康づくりは市民の皆さまご自身の取組で決まります。

「何をしたらよいか」をこれまでに記載した内容を基にまとめましたので、こちらを参考

	乳幼児期	学童期	思春期
目 標	すべての市民は、かかりつけ歯科医を持ち、自分の歯と口を大切にすることで、		
	歯と口の健康について正しい知識を身につけ、親子で歯と口の健康づくりに努めます。	歯と口の大切さについて理解をし、自ら規則正しい生活習慣・歯みがき習慣・食習慣を身につけます。	歯と口の大切さについて理解をし、自ら規則正しい生活習慣・歯みがき習慣・食習慣を身につけます。
市民の具体的な取組	<ul style="list-style-type: none"> ・奥歯が生える頃には、かかりつけ歯科医を持つようにします。 ・1歳頃から1日1回の仕上げみがきを習慣化します。 ・フッ化物入り歯みがき剤を使って歯をみがきます。 ・歯科医院で定期的にフッ化物塗布をしてもらいます。 ・砂糖の入った食べ物や飲み物は1日2回までにするよう心掛けます。 ・足の裏を床や椅子の台につけ、姿勢を正し、よく噛んで食べるように心掛けます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科医院を受診します。 ・フッ化物入り歯みがき剤を使って歯をみがきます。 ・デンタルフロスを使用し、歯と歯の間を清掃します。 ・砂糖の入った食べ物や飲み物は1日2回までにするよう心掛けます。 ・よく噛んで味わい、規則正しい食生活を送ります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科医院を受診します。 ・フッ化物入り歯みがき剤を使って歯をみがきます。 ・デンタルフロスを使用し、歯と歯の間を清掃します。 ・砂糖の入った食べ物や飲み物は1日2回までにするよう心掛けます。 ・よく噛んで味わい、規則正しい食生活を送ります。
	障がい児・者		
	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯と口のチェックや歯の清掃を受けます。 ・フッ化物入り歯みがき剤や、適切な口腔清掃用具を使って歯と口を清潔に保ちます。 		
	要介護者		
	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日の口腔ケアを行い、歯と口を清潔な状態に保ちます。 ・かかりつけ歯科医による歯と口のチェックを受けます。 		
	妊産婦		
	<ul style="list-style-type: none"> ・妊娠中に妊婦歯科健康診査を受け、自身のお口の状態を把握します。 ・産後も定期的に歯科医院を受診し、歯と口を清潔な状態に保ちます。 		
	入院患者		
	<ul style="list-style-type: none"> ・全身麻酔を伴う手術を受ける際に口の中が清潔であることが大切であることを理解し、歯と口のチェックや歯の清掃を受けます。 		
	災害時		
<ul style="list-style-type: none"> ・災害時に口腔ケアを怠るとむし歯や歯周病、誤嚥性肺炎になることを理解します。 ・「非常持ち出し袋」に歯ブラシや液体歯みがきを入れて災害に備えます。 			

に実践をお願いします。

成人期	高齢期
生涯にわたって自分の口から美味しく食べ、健康で生き生きとした生活を送ります。	
<p>歯と口の健康づくりのために、かかりつけ歯科医で歯科健診・歯科保健指導を受け、自分自身で必要なケアに取り組みます。</p>	<p>歯の喪失等による口腔機能の低下を予防し、生涯、自分の口で食べることや話すことを楽しめるように取り組みます。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科医院を受診することで、自分の口の状態を把握し、自分にあった歯のみがき方を身につけます。 ・デンタルフロスや歯間ブラシを使って歯と歯の間を清潔に保ちます。 ・フッ化物入り歯みがき剤を使って歯をみがきます。 ・よくかんで食べ、歯と口の健康維持、生活習慣予防に努めます。 ・オーラルフレイル(加齢とともに口のまわりの筋肉が衰えたり、唾液の量が減少したりすることで、滑舌の低下、わずかなむせ、食べこぼし、口の乾燥などが起きるなど、口の機能低下)について理解し、予防に取り組みます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯と口の状態を把握します。 ・食べる機能に注意し、よく噛んで食べ、口腔機能の維持向上に努めます。 ・口腔ケアに関する知識を得て、自分の口にあった歯のみがき方を身につけます。 ・フッ化物入り歯みがき剤や適切な口腔清掃用具を使って歯と口を清潔に保ちます。 ・オーラルフレイルについての理解を深め、口の体操(歯っぴー☆スマイル体操)を行うなど、予防に努めます。

かかりつけ歯科医とは

歯が痛くなった時に一時的に通院するのではなく、むし歯や歯周病などを予防することを目的に、年に1回以上定期的に通院する歯科医院のことを指します。

ちょっとした歯と口の不安や疑問点など何でも相談でき、歯科治療だけでなく、予防処置をしてもらうほか、自身の歯と口にあった歯みがきの仕方などを教えてもらいます。

歯科医院に定期的にかかる3つのメリット

- ①むし歯が初期の段階で発見できる!
- ②歯周病の進行を抑えることができる!
- ③歯科衛生士によるケアでお口爽やか!

📞こんな風に予約しましょう
 「むし歯がないか診て欲しい」
 「歯周病でないか検査して欲しい」
 「フッ化物塗布をして欲しい」



(2) 市民を支える関係者の取組

※連携して市民の取組を支えます。

具体的な取組	歯科医療等関係者		
	地域の歯科医院	歯科医師会	学校歯科医
	<ul style="list-style-type: none"> ・かかりつけ歯科医の役割(学校歯科医の役割その他の役割)に応じて、良質かつ適切な歯科医療等業務を行います。 ・歯と口の健康づくりに関する知識の普及啓発を行います。 ・行政や医療機関、保健医療等関係者との緊密な連携を図り、適切に業務を行います。 ・行政や保健医療等関係者が実施する歯と口の健康づくりに関する施策に協力します。 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯と口の健康づくりに関する知識の普及啓発を行います。 ・行政や医療機関、保健医療等関係者との緊密な連携を図り、適切に業務を行います。 ・行政や保健医療等関係者が実施する歯と口の健康づくりに関する施策に協力します。 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校保健安全法第1条「児童、生徒、学生及び幼児並びに職員の健康の保持増進を図り、もって学校教育の円滑な実施とその成果の確保に資する」にのっとり、「保健教育(歯科保健に関する助言等)」、「保健管理(歯・口の健康診断を実施し処置及び要保健指導者のスクリーニング等)」、「組織活動(学校保健安全計画への助言等)」を行います。
	保健医療等関係者 (保健・医療・社会福祉・労働衛生・教育)	事業者	保険者
<ul style="list-style-type: none"> ・歯と口の健康づくりに関する正しい知識を身につけます。 ・それぞれの業務において市民の歯と口の健康づくりの推進を図ります。 ・行政や歯科医療等関係者、他の保健医療等関係者との緊密な連携を確保するよう努めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・雇用する労働者の歯と口の健康づくりの推進を図るため、労働者が定期的に歯科健診を受けるとともに、必要に応じて歯科保健指導を受けることができるよう、職場環境の整備その他の必要な配慮をするよう努めます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・被保険者の歯と口の健康づくりの推進を図るため、被保険者が歯科健診及び歯科保健指導を受けることができる機会を確保するよう努めます。 	

2 計画の進行管理

本計画で示した様々な施策を確実に実行し、基本理念を達成するために、計画全体の進捗状況を随時確認しながら、それを踏まえた施策の実施や相互調整を行うなど、適切に対応していきます。

・本計画は、PDCAサイクルに基づき推進していきます。

PDCAとは、「Plan（計画）」、「Do（実行）」、「Check（評価）」、「Action（改善）」のことで、P→D→C→A→P→D→…と繰り返していくことで、進行状況における問題を解決し、改善しながら基本理念の達成を目指していくものです。

・毎年度、行政の取組について評価します。本計画の指標の6割は、毎年評価できるため、2年連続で数値が悪くなった項目については対策を検討し、細かく軌道修正をしていきます。

図50 PDCAサイクルイメージ
歯と口腔の健康づくり推進計画



今後のスケジュール

R3(2021) 年度	R4(2022) 年度	R5(2023) 年度	R6(2024) 年度	R7(2025) 年度	R8(2026) 年度
計画開始	中間評価・中間見直しに向けたアンケート調査	中間評価・中間見直し		最終評価に向けた歯と口に関するアンケート調査	最終評価 次期計画策定

中間評価

- ・令和4年度に中間評価・中間見直しに向けた歯と口に関するアンケート調査を行います。
- ・令和5年度に中間評価・中間見直しを行います。

最終評価

- ・令和7年度に最終評価に向けた歯と口に関するアンケート調査を行います。
- ・令和8年度に最終評価を行い、次期計画を策定します。