

第2節 いい歯東京

1 全体目標

生涯を通じた歯と口腔の健康づくりの目指すところは、歯と口腔の満足度の向上であり、8020運動を推進することによってその達成が可能となる。このため、歯科保健目標の全体目標は「歯と口腔の満足度の向上」及び「8020運動の推進」とした。

「8020運動」は平成元年に厚生労働省と日本歯科医師会によって提唱された健康づくり運動で、う蝕、歯周病等歯科疾患の予防を進め、自分の歯・口で噛める口腔機能を維持し、生涯にわたって生活の質の向上を目指すものである。8020運動が誕生してから20年以上経過し、8020を達成する都民も増加傾向にあるが、すべての都民が達成するまでには至っていない。8020という表記から、高齢者だけの歯科保健目標と誤解される場合があるが、8020の達成には、乳幼児期から高齢期まで生涯にわたって歯と口腔の健康づくりを進める必要がある。今後とも「8020」を知り、その達成を目指す都民を増やす必要がある。

【全体目標1：歯と口腔の満足度の向上】

歯・口や入れ歯の状態についてほぼ満足している者の割合を増加させる。

○歯・口の状態についてほぼ満足している者の割合

	目標	現状
80歳以上	増やす	57.9%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

「歯と口腔の満足度の向上」は、生涯を通じた満足度の代表として80歳以上の高齢者を対象に指標とした。

【全体目標2：8020運動の推進】

- 8020を知っている都民の割合を増加させる。
- 8020を達成している都民の割合を増加させる。

○8020を知っている都民の割合

	目標	現状
20歳以上	増やす	57.6%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

○8020を達成している都民の割合

	目標	現状
80歳	50%以上	39.8%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

「東京都歯科診療所患者調査」の結果では、8020を知っている者は知らない者に比較して、有意にセルフチェック習慣が定着し、かつ口腔と全身の健康の関連性も認知していた。このため、「8020運動の推進」は「8020を知っている者の割合」と「8020の達成者の割合」を指標にした。

2 個別目標

(1) 乳幼児期

ア 健康づくりのテーマ1「乳歯のう蝕予防」

近年、乳歯のう蝕罹患状況は改善傾向にあるが、平成21年度の区市町村における3歳児のう蝕のない者の割合は、依然として地域差が認められることから、引き続き乳歯のう蝕予防を推進する必要がある。

イ 健康づくりのテーマ2「子育て支援」

乳幼児のう蝕罹患状況が大きく改善傾向にある中、少数ではあるがう蝕の極端に多い乳幼児が存在する。これらう蝕多発傾向児の一部には「気になる親子*」が含まれる可能性があることから、かかりつけ歯科医や行政の歯科担当者は、診療や歯科保健事業の中で「気になる親子」に気づいた場合には、関係機関と連携を図りながら適切な子育て支援を行う必要がある。

*気になる親子

現在のところ、明らかな虐待又は疑いをもつような所見はないが、親子の様子で気になる点がある状態【医療機関のための子育て支援ハンドブック「気になる親子に出会ったら」(東京都福祉保健局：平成18年3月)】

ウ 健康づくりのテーマ3「食育」

食べる機能の発達する乳幼児期において、歯と口腔の健康づくりとともに、味覚や口腔機能を健やかに育てる食育の推進は重要である。食育基本法の施行（平成17年7月）以後、都においても、様々な領域において多様な取組が展開されている。「歯科保健と食育の在り方に関する検討会（厚生労働省：平成20年度～21年度）」における議論等も踏まえ、地域にあった食育を推進する必要がある。

【都民の健康指標】

う蝕のない者の割合を増加させる。

○う蝕のない者の割合

	目標	現状
3歳	85.0%	83.8%

【資料】3歳児歯科健康診査結果(平成21年度)

※参考「健康日本21」の目標値:80%以上(「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):68.7%)

地域診断に有効に活用できる指標として、3歳児歯科健康診査におけるう蝕のない者の割合を健康の指標とする。

【都民の知識と行動指標1】

フッ化物配合歯磨剤を使用している者の割合を増加させる。

○フッ化物配合歯磨剤を使用している者の割合

	目標	現状
3歳	70%以上	55.3%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

う蝕予防のためのフッ化物配合歯磨剤の利用をさらに推進する必要がある。

【都民の知識と行動指標2】

甘味飲料をほぼ毎日飲む者の割合を減少させる。

○甘味飲料をほぼ毎日飲む者の割合

	目標	現状
3歳	20%以下	27.8%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

甘味の適切な摂取等の食習慣の定着は、う蝕リスク要因の低減だけでなく、味覚を育てるという食育の視点からも重要である。

【都民の知識と行動指標 3】

週に1回以上、子供の歯と口腔を観察している保護者の割合を増加させる。

○週に1回以上、子供の歯と口腔を観察している保護者の割合

	目標	現状
3歳	90%以上	81.3%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

保護者による口腔の観察は、歯科保健への関心を高め、親子の触れ合いを通して子育ての楽しさを実感する機会ともなる。保護者が正しい観察方法を修得し、さらに楽しさも感じられるよう、歯科保健指導にも工夫が求められる。

【都民の知識と行動指標 4】

かかりつけ歯科医を持つ者の割合を増加させる。

○かかりつけ歯科医を持つ者の割合

	目標	現状
3歳	60%以上	45.0%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

個々人のう蝕罹患リスクに応じ、かかりつけ歯科医による予防管理を定期的に受けることは重要である。特に乳幼児期は、保護者の歯科保健行動の影響も大きいいため、保護者自身の積極的な受診も望まれる。

(2) 学齢期

ア 健康づくりのテーマ1「永久歯のう蝕予防」

永久歯のう蝕罹患状況は減少傾向にあるが、平成21年度の区市町村における12歳児の一人平均う蝕数は、7区市町村において12歳児のDMF歯数が1歯未満を示す一方、7歯以上を示す地域もあるなど、地域差が非常に大きいため、更なる改善を図る必要がある。

イ 健康づくりのテーマ2「歯周疾患の予防」

歯肉炎の罹患状況は大きな変化が認められず、引き続き課題となっている。歯周病の初期段階である歯肉炎の予防は、生涯にわたる口腔の健康づくりの重要な課題である。丁寧な歯磨きによるセルフケアに加え、かかりつけ歯科医による予防管理を推進する必要がある。

ウ 健康づくりのテーマ3「食べる機能の健やかな発達」

歯の交換期である学齢期は、食べる器官としての口腔の健康を意識させ、口腔機能の健やかな発達を促すのに適した時期である。十分に歯と口腔を使って食べることは、身体の栄養のみならず味わいやくつろぎ、表情の表出など多面的に良い影響を及ぼす。食べる機能の健やかな発達のために、「嚙ミング30*」の実践等を普及する必要がある。

*嚙ミング30（カミングサンマル）

地域における食育を推進するための一助として、より健康な生活を目指すという観点から一口30回以上嚙むことを目標として作成されたキャッチフレーズ【歯科保健と食育の在り方に関する検討会報告書(厚生労働省：平成21年7月)】

【都民の健康指標1】

一人平均歯う歯数を減少させる。

○一人平均歯う歯数

	目標	現状
12歳	1歯以下	1.3歯

【資料】東京都の学校保健統計書(平成21年度)

※参考「健康日本21」の目標値:1歯以下（「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):1.9歯）

【都民の健康指標2】

歯肉に炎症所見のある者の割合を減少させる。

○歯肉に炎症所見のある者の割合

	目標	現状
12歳	減らす	17.6%

【資料】東京都の学校保健統計書(平成21年度)

学校保健統計として毎年把握されている12歳児におけるう蝕及び歯肉炎の罹患状況を指標とする。

【都民の知識と行動指標 1】

ほぼ毎日、1本ずつ丁寧に歯を磨く者の割合を増加させる。

○ほぼ毎日、1本ずつ丁寧に歯を磨く者の割合

	目標	現状
12歳	増やす	47.4%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

【都民の知識と行動指標 2】

かかりつけ歯科医を持つ者の割合を増加させる。

○かかりつけ歯科医を持つ者の割合

	目標	現状
12歳	90%以上	59.7%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

歯肉炎の予防には、セルフケアとしての丁寧な歯磨き習慣の定着と、かかりつけ歯科医による歯面清掃等のプロフェッショナルケアの双方が必要である。

【都民の知識と行動指標 3】

ゆっくりよく噛んで食べるようにする者の割合を増加させる。

○ゆっくりよく噛んで食べるようにする者の割合

	目標	現状
9歳	増やす	59.8%

【資料】幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査報告(平成21年度)

歯の交換期にあたる9歳児を対象に、噛ミング30の実践としてゆっくりよく噛んで食べる習慣の定着を図る。

(3) 成人期

ア 健康づくりのテーマ1「8020の普及」

(全体目標の再掲)

イ 健康づくりのテーマ2「歯周疾患の予防」

ウ 健康づくりのテーマ3「歯の喪失の抑制」

成人期・高齢期における最大の課題は、歯の喪失の防止とその要因となる歯周病の予防である。平成21年度に実施した東京都歯科診療所患者調査によると、60歳（55歳～64歳）で将来8020を達成できると見込まれる自分の歯を24歯以上有する者は、男女とも60%を超えている。このため、歯周病の予防と歯の喪失の抑制を引き続き推進することで、8020の達成者を5割以上とすることが可能であると考えられる。

【都民の健康指標1】

進行した歯周病に罹っている者の割合を減少させる。

○進行した歯周病に罹っている者(CPIコード3以上)の割合

	目標	現状
40歳(35歳～44歳)	18%以下	20.1%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

【都民の健康指標2】

24歯以上有する者の割合を増加させる。

○24歯以上有する者の割合

	目標	現状
60歳(55歳～64歳)	70%以上	63.4%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

※参考「健康日本21」の目標値:50%以上（「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):60.2%）

区市町村が実施する歯周疾患検診において、把握が可能な40歳における進行した歯周病に罹患した者の割合及び60歳における24歯以上持つ者の割合を指標とする。

【都民の知識と行動指標1】

8020を知っている者の割合を増加させる。

○8020を知っている者の割合

	目標	現状
20歳以上	増やす	57.6%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

8020を知っている者の割合を指標とする。(全体目標の再掲)

【都民の知識と行動指標2】

糖尿病・喫煙が歯周病のリスクであることを知っている者の割合を増加させる。

○糖尿病が歯周病のリスクであることを知っている者の割合

	目標	現状
20歳以上	増やす	42.3%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

○喫煙が歯周病のリスクであることを知っている者の割合

	目標	現状
20歳以上	増やす	54.4%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

※参考「健康日本21」の目標値:100% (「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):35.9%)

喫煙は、がんや循環器病、歯周病など多くの疾患と関連があるほか、妊娠に関連した異常のリスク因子である。歯科健診や歯科受診は、歯の着色や歯肉のメラニン色素沈着等喫煙の影響を身近に感じ、禁煙の重要性を知る良い機会となる。喫煙と歯周病の関連性について、さらに周知を図る必要がある。

歯周病は糖尿病の合併症*の一つで、糖尿病も歯周病も生活習慣の改善による予防が可能である。糖尿病の患者は増加傾向にあり、糖尿病と歯周病の関連性について周知を図る必要がある。

*糖尿病の主な合併症：網膜症、神経障害、腎症、動脈硬化、歯周病

【都民の知識と行動指標3】

週に1回以上、フロスや歯間ブラシを使用している者の割合を増加させる。

○週に1回以上、フロスや歯間ブラシを使用している者の割合

	目標	現状
40歳(35歳～44歳)	80%以上	62.3%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

歯間部清掃器具の適切な利用は、歯周病予防に効果があることから、セルフケアとして習慣化することを引き続き推奨する。

【都民の知識と行動指標 4】

かかりつけ歯科医で定期健診や予防処置を受けている者の割合を増加させる。

○かかりつけ歯科医で定期健診又は予防処置を受けている者の割合

	目標	現状
40歳(35歳～44歳)	70%以上	59.6%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

※参考「健康日本21」の目標値:

定期的な歯石除去や歯面清掃を受ける人30%以上(「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):43.2%)

定期的な歯科検診を受ける人 30%以上(「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):35.7%)

歯周病予防のプロフェッショナルケアとして、かかりつけ歯科医による歯面清掃や歯石除去を推奨する。

(4) 高齢期

ア 健康づくりのテーマ1「歯と口腔の満足度の向上」

(全体目標の再掲)

イ 健康づくりのテーマ2「8020の実現」

8020は乳幼児期から高齢期にわたる健康づくりの到達点を象徴する言葉である。平成21年度の東京都歯科診療所患者調査の結果では、8020の達成者は39.8%で、すべての都民が達成するまでには至っていない。このため、8020の実現を目指し、生涯にわたる歯と口腔の健康づくりをいっそう推進する必要がある。

【都民の健康指標 1】

歯・口の状態についてほぼ満足している者の割合を増加させる。

○歯・口の状態についてほぼ満足している者の割合

	目標	現状
80歳以上	増やす	57.9%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

【都民の健康指標 2】

8020の達成者を増加させる。

○8020の達成者の割合

	目標	現状
80歳	50%以上	39.8%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

※参考「健康日本21」の目標値:20%以上 (「健康日本21」中間評価報告(平成19年4月):25.0%)

歯と口腔の満足度及び8020の達成状況を指標とする。(全体目標の再掲)

【都民の知識と行動指標 1】

口腔ケアが誤嚥性肺炎を予防することを知っている割合を増加させる。

○口腔ケアが誤嚥性肺炎を予防することを知っている割合

	目標	現状
20歳以上	増やす	31.6%
すべての職員が知っている介護保険施設	増やす	46.5%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

介護保険施設等における口腔ケア実態状況調査(平成21年度)

誤嚥性肺炎の予防法としての口腔ケアは、医療現場では急速に普及し、一般的な取組となっている。一方「介護保険施設等における口腔ケア実態状況調査」の結果では、介護保険施設において「口腔ケアが誤嚥性肺炎の予防に効果があることを介護に携わらない事務職等までほぼ全員知っている」とする割合は46.5%と半数に及んでいない。

今後は、高齢者や介護保険施設の職員等にも周知し、さらに予防を進める必要がある。

【都民の知識と行動指標 2】

よく噛む(一口30回程度)ようにしている者の割合を増加させる。

○よく噛む(一口30回程度)ようにしている者の割合

	目標	現状
65歳(60歳~69歳)	増やす	41.4%

【資料】東京都歯科診療所患者調査(平成21年度)

多様な食品をよく咀嚼し、おいしく味わって食べることは、「食」による満足感やくつろぎを得ることに通じる。またしっかり咀嚼することは、高齢者の不慮の事故として多い誤嚥・窒息を予防する。しかし、高齢になるにつれて歯数が減少し、さらに筋力の衰えも加わって、咀嚼効率が低下しがちであることから安全で味わいのある食生活を営むため、嚙ミング30の実践を推奨する。

【都民の知識と行動指標3】

在宅療養者の摂食・嚥下障害に関して、医師・歯科医師等と連携している訪問看護ステーションの割合を増加させる。

○在宅療養者の摂食・嚥下障害に関して、医師・歯科医師等と連携している訪問看護ステーションの割合

	目標	現状
訪問看護ステーション	増やす	67.0%

【資料】介護保険施設等における口腔ケア実態状況調査(平成21年度)

要介護高齢者等在宅療養患者の中には、摂食・嚥下障害によって、口から安全に食べられない者が少なくない。「介護保険施設等における口腔ケア実態状況調査」の結果では、在宅療養患者に日ごろから接している訪問看護ステーションにおいて、利用者の食事時の誤嚥・窒息について心配なことがあったとする回答は89.4%であったが、実際に摂食・嚥下障害に関して医師・歯科医師と連携しているとする割合は67.0%であった。

高齢化がさらに進む都においては、摂食・嚥下障害に対する医療連携を推進し、在宅療養者の生活の質の向上を図る取組が重要である。

3 かかりつけ歯科医及び区市町村の支援

かかりつけ歯科医による支援や区市町村による健康づくりの状況を各ライフステージに合わせて示す。

(1) 乳幼児期

ア かかりつけ歯科医の支援

歯科医師は診療や健診の場面を通して、「気になる親子」を早期に発見し、関係機関に連絡することにより、親子を支援することが可能である。かかりつけ歯科医による子育て支援として、子供家庭支援センター等と連携・相談し、気になる親子を支援している歯科医師の割合を例示する。

イ 区市町村の取組

う蝕の罹患状況には地域差があり、フッ化物洗口はその改善に効果がある。区市町村におけるう蝕予防の積極的な取組として、フッ化物洗口の実施区市町村数を例示する。また、歯科から発信する「食育」の推進状況を「嚙ミング30」に取り組む区市町村数として例示する。

(2) 学齢期

ア かかりつけ歯科医の支援

歯科医療機関における効果的なう蝕予防法として、フッ化物の定期的な歯面塗布及びフッ化物洗口の指導がある。かかりつけ歯科医によるう蝕予防の支援として、フッ化物応用を推進する歯科医師の割合を例示する。

イ 区市町村の取組

う蝕の罹患状況には地域差があり、フッ化物洗口はその改善に効果がある。区市町村におけるう蝕予防の積極的な取組として、フッ化物洗口の実施区市町村数を例示する。また、歯科から発信する「食育」の推進状況を「嚙ミング30」に取り組む区市町村数として例示する。

(3) 成人期

ア かかりつけ歯科医の支援

喫煙の習慣があると、歯周病に罹りやすく重症化する傾向がある。このため歯周病の治療には禁煙支援が必要となる。また、歯周病は糖尿病の合併症であり、糖尿病とともに治療を進める必要がある。かかりつけ歯科医による歯周疾患の予防及び歯の喪失抑制の支援として、禁煙支援を行う歯科医師の割合及び糖尿病の患者の主治医と連携して治療する歯科医師の割合を例示する。

イ 区市町村の取組

区市町村による歯周疾患の予防及び歯の喪失抑制の取組として、糖尿病及び喫煙と歯周病の関連について普及啓発する区市町村数及び歯周疾患検診の実施区市町村数を例示する。

(4) 高齢期

ア かかりつけ歯科医の支援

歯と口腔の満足度の向上には、生活を支える視点に立った歯科医療の提供が必要である。かかりつけ歯科医による支援として、在宅療養者の摂食・嚥下障害に対応できる歯科医師の割合及び在宅療養支援歯科診療所数を例示する。

イ 区市町村の取組

区市町村による歯と口腔の満足度の向上のための取組として、口腔ケアによる誤嚥性肺炎の予防の普及啓発及び摂食・嚥下機能支援事業*実施区市町村数を例示する。

*摂食・嚥下機能支援推進事業

地域において摂食・嚥下機能支援事業を推進するため、平成 22 年度医療保健政策区市町村包括補助事業の先駆的事業・例示事業として「摂食・嚥下機能支援推進協議会」を提示。