

7. 歯・口腔の健康

(1) 現状と課題

近年は口腔の健康が全身の健康にも関係していることが指摘されるなど、全身の健康を保つ観点からも、歯・口腔の健康づくりへの取り組みが必要となっています。

咀嚼機能の現状

高齢者における咀嚼機能の低下は、摂取できる食品群にも大きな影響を与えると考えられており、また口腔機能は、う蝕や歯周病等に起因する歯の喪失が関係しています。

口腔機能は中年期頃から低下し始めるという報告もあり、中年期からの口腔機能の維持及び口腔機能が低下した際は回復・向上を図ることが重要です。

第3期健康増進計画アンケート調査によると50歳から74歳でなんでもかんで食べることができる人は男性61.7%、女性62.7%でした。

表1 咀嚼良好な人の割合

	村(R5) (50～74歳)	北海道(R4) (50歳以上)
男性	61.7%(37人)	70.3% ※60歳代咀嚼良好者割合
女性	62.7%(37人)	

資料：第3期中札内村健康増進計画策定等に係るアンケート調査(中札内村)すこやか北海道21(北海道)

歯科健診受診者の割合

定期的な歯科検診による継続的な口腔管理は、歯・口腔の健康状態に大きく寄与するため、生涯を通じて歯科検診を受診し、歯科疾患の早期発見・重症化予防を図ることが重要です。

第3期健康増進計画アンケート調査によると歯科医療機関で定期的(1年間に1回以上)に歯科検診を受けていると答えた人は男性が39.1%、女性が56.9%でした。(表2)

表 2 定期的(1 年間に 1 回以上)に歯科健診を受けている人の割合

	村(R5)	北海道(R4)
男性	39.1%(36 人)	41.0%
女性	56.9%(66 人)	

資料：第 3 期中札内村健康増進計画策定等に係るアンケート調査
北海道歯科保健医療推進計画

口腔機能の低下予防

高齢期において、咀嚼、嚥下機能の良否は食生活への影響だけではなく健康感や運動機能との関連性を有するといわれており、口腔機能の低下を予防することが必要です。

適切な清掃用具を用いたセルフケア等について、介護予防事業のなかで教室や歯科衛生士による個別の相談の実施などに取り組む必要があります。

(2) 目標

□ 成人歯科健診及び歯科口腔保健を推進するための施策

□ 高齢期における口腔機能の維持・向上

指 標	現 状	目 標
何でもかんで食べることができる人の割合 (50 歳から74歳)	男性61.7% 女性62.7%	増加傾向へ (国の目標値 80%)
過去1年間に歯科検診を受診した人の割合	男性39.1% 女性56.9%	増加傾向へ (国の目標値 95%)

(3) 第3期計画における対策・取り組み

項 目	内 容
成人歯科健診及び歯科口腔保健を推進するための施策	・成人歯科検診、健康教育及び健康相談の実施 ・特定健診保健指導における口腔保健と生活習慣病予防を関連づけた保健指導 ・広報等を活用した普及啓発
高齢期における口腔機能の維持・向上	・まる元運動教室で、口腔のケアに関する健康教育、口腔機能維持のための体操等の取り組み ・老人クラブ等での歯科衛生士による個別相談