

町民の健康な歯を守る！

# 只見町「むし歯（う歯）予防活動」の実施



▲仕上げ磨きが重要



▲(写真/朝日小学校)歯科衛生士による歯科教室でむし歯予防の指導



▲歯科衛生士と一緒にブラッシングチェック



▲染め出し液を塗った後にみがき残しを確認

福島県は、全国でもむし歯（う歯）が多い県と言われています。また、県内の市町村別にみても只見町は常にワースト10以内に入っています。このような状況を受けて町では、平成28年度からこれまで実施してきた歯科保健事業の強化を行っています。具体的には、子どもたちが生涯に渡って健康な歯を維持できるよう、①定期的な歯科衛生士によるむし歯予防指導②フッ化物歯面塗布③フッ化物洗口などのむし歯予防の活動を強化して実施しています。

今回は、このむし歯予防の活動についてご紹介いたします。

## ―はじめに―

歯科疾患は進行すると、ものがうまく噛めなくなる「咀嚼障害」や歯の喪失が生じ、「食べる」という最も大事なことだけでなく発語など全身の健康に影響を与えます。故に、歯と口腔の健康を保つことは、食事や会話を楽しむなど豊かな人生を送る基礎となります。

厚生労働省が実施する統計分析では、80歳代において歯の喪失が少なく、よく咬めている方は、生活の質及び活動能力が高く、運動、視聴覚機能に優れていることが明らかとなっています。

取り組みでは、小児期におけるむし歯予防策を実施しており、日本全体では、乳歯のむし歯は減少かつ軽症化の傾向を示し、永久歯のむし歯も20代頃まで減少傾向にあります。しかし、13歳でむし歯になったことのある人は90%を超え、50歳代で歯周病になっている人は80%を超えます。また、歯の喪失は60歳代で半分に当たる14歯を失い、80歳代では約半数の人がすべての歯を喪失しているなど、課題も多いのが現状です。

## ―ハチマルニイマル運動

### の基本方針―

只見町では、乳幼児のフッ素塗布など小児期におけるむし歯予防の取り組みを従来から行ってきました。しかしながら、3

## ―只見町の現状―

進めることが重要です。



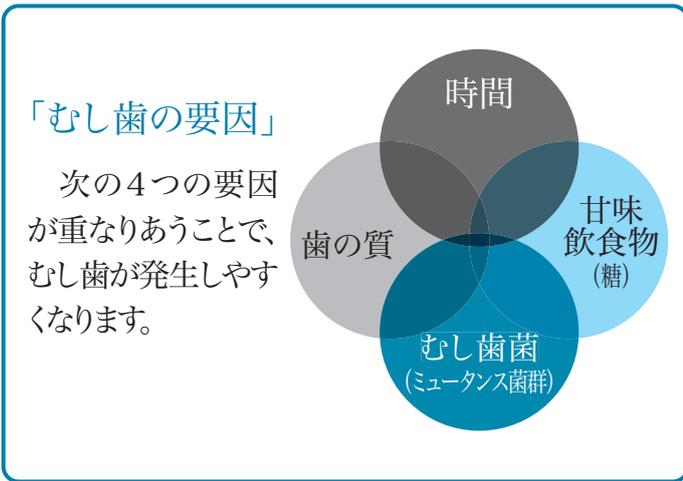
▲むし歯になりやすい・なりにくい食べものの指導



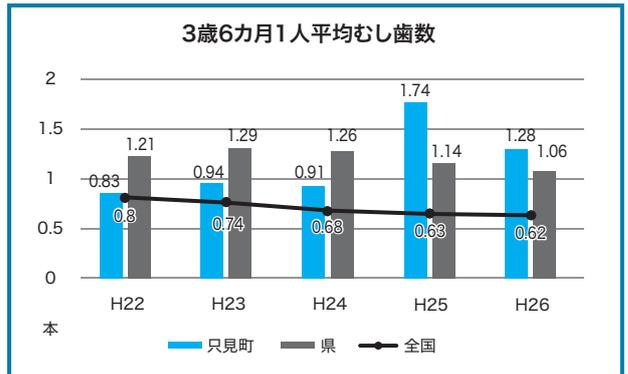
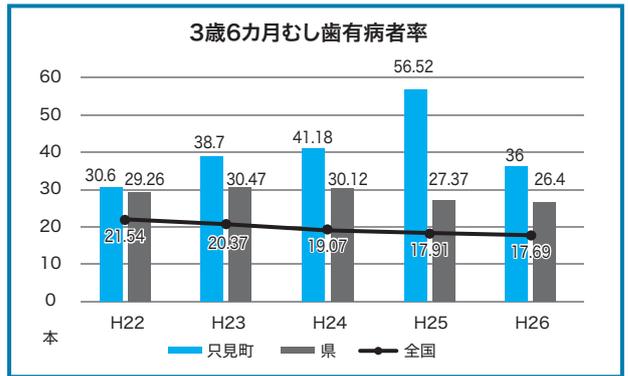
▲覚えたブラッシングを実践



▲(写真/朝日保育所)染め出し液を塗って磨き残しを確認する子どもたち



- 「口腔環境改善のための町の取り組み」**
- ① 歯科衛生士によるむし歯予防指導
  - ② フッ化物歯面塗布
  - ③ フッ化物洗口



従来から行ってきたフッ素塗布事業の継続と推進に加え、保育所でのフッ化物洗口を実施しています。これは、低濃度フッ素化合物がむし歯の発生を抑制し、歯の質を強化するという働きに着目し、低年齢から実施することでむし歯予防を図るためのものであります。統計では、フッ化ナトリウムのむし歯抑制効果は子供時期で60%以上と言われています。また、今年度からは、「なぜむし歯になるのか」、「口腔の健康とは何なのか」などを学ぶための歯科教室を、保育所、小

— **口腔環境改善のための只見町の取り組み** —

歳時の乳歯のむし歯は全国平均を大きく超え、むし歯の多い地域となっております。50歳以降では、平均して2年に1本強の歯を喪失しており、60歳になると17.8歳以下となり、80歳以上の平均現在歯数は全国平均の4.6歯を大きく下回っています。特に、奥歯は見えにくいため歯の喪失を放置する傾向があり、その結果、左右のかみ合わせに狂いが生じ、前歯も早期に失いやすい傾向があります。

◆ **問合せ先**

朝日診療所 歯科・保健福祉課 (筆者) 歯科医 齋藤さゆり

— **最後に** —

正しい知識を身に着けるために、地域、学校、家庭、医療機関、行政機関などが連携し、これらの事業を着実に推進して、むし歯のない町、高齢者の歯の喪失者が少ない元気な町を目指します。

学校、中学校において実施します。さらに、専門家によるブラッシング指導を行い、各年代において、歯の知識や適切な清掃法を身に付け、個々の状況に応じた歯口清掃指導を行います。これにより、生涯にわたる基本的な歯科保健習慣行動の形成を学び、健康な口腔維持のための生活習慣を身につける狙いがあります。自己管理に加えて専門家による歯石除去や歯面清掃、予防処置を併せて行うことが重要であり、保健センターやかかりつけ歯科医を活用し、定期的に歯科保健検査や、保健指導を受ける習慣を確立することが必要です。