

令和4年度第1回八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議 会議録

開催日時 令和4年9月22日(木) 14:00~15:30

開催場所 Zoomによるオンライン会議及び八千代市保健センター1階大会議室を併用

会議次第 1 開会

2 部長挨拶

3 委員・事務局紹介

4 会長代理者指名

5 会長挨拶

6 議題

(1) 八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例の改正について

(2) 八千代市第3次健康まちづくりプランの策定について

(3) その他

7 閉会

出席者

〈委員〉 柴崎聡 中澤正博 稲山雅治 沼尻悦子 坂田英子 小山田晴津子  
大野綾華 種村千智 根川恵美 西村あゆみ 立川誠一 大岩杉子  
木下功 土田穰 市川博康 小竹祐二 鈴木翔平 櫻井崇巨 三浦綾香  
(19名)

〈事務局〉 須藤子ども部長 立石母子保健課長 春山主査  
糟谷健康福祉部長 毛塚健康づくり課長 大澤主査

公開又は非公開の別：公開 傍聴人：0人(定員 3名)

所管部課：子ども部母子保健課 TEL 047-486-7250

## 1 開会

(事務局) 春山

みなさまこんにちは。定刻となりましたので、令和4年度第1回八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議を開催いたします。今回、初めてZOOMによるオンラインでの開催になります。事務局側の操作が不慣れなため、ご迷惑をおかけするかもしれませんが、よろしく願いいたします。

円滑な進行のため、いくつかお願いがございます。

1つ目に、ビデオは常にオンにしてください。

2つ目に、ミーティングルームに表示する名称を委員の苗字にしてください。

3つ目に、マイクはご自身が発言する時以外はミュートにしてください。

4つ目に、ご発言の場合には、手を挙げるを選択していただき、司会進行が指名するまでお待ちくださいますようお願いいたします。

本日の司会進行を勤めさせていただきます子ども部母子保健課の春山です。よろしく願いいたします。

会議に入る前に委員のみなさまにお知らせいたします。本日の会議は、八千代市審議会等

の会議の公開に関する要領の規定により会議を公開とするものとし、会議録作成のため会議の状況を録音させていただきますのであらかじめご了承下さい。

なお、本日の傍聴は0名です。

また、本日は有馬委員が所用によりご欠席となっております。

改めまして、本日はお忙しい中お集まりいただきましてありがとうございます。会議に先立ちまして、子ども部長の須藤よりご挨拶申し上げます。

## 2 部長挨拶

(事務局) 子ども部 須藤部長

みなさまこんにちは。子ども部長の須藤です。本日はお忙しい中、お集まりいただきましてありがとうございます。

また、新型コロナウイルス感染症のまん延状況が続くなか、本市の歯と口腔の健康づくりにご理解・ご協力をいただいておりますこと、この場をお借りして御礼を申し上げます。

さて、本市では令和4年6月に「八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例」を改正いたしました。

今回の条例改正では、委員の皆様からのご意見、日頃から歯と口腔の健康づくりにご尽力されている八千代市歯科医師会をはじめとする関係者の皆様方からのご提言等を取りまとめ、妊娠期から生涯に渡って食事を楽しみ、元気に過ごすためには、歯と口腔の健康を保つオーラルフレイル対策が重要であること、取り組みの結果、市民の皆様の健康寿命が延伸されるよう同健康づくりの推進における市の新たな考え方を盛り込んだものでございます。

今後につきましても、これまでの取り組みを土台としつつ、歯と口腔の健康づくりの推進について、ご協力をお願い申し上げます。簡単ではございますが私からの挨拶とさせていただきます。

本日もご忌憚のないご意見をいただけますようよろしくお願いいたします。

## 3 委員・事務局紹介

(事務局) 春山

続きまして、本日は令和4年度の全体会の初回で、昨年度も書面開催でしたので、初めてご参加の委員の方もおられます。ここで、委員の皆様のご紹介をさせていただきます。お手元に委員一覧をご用意ください。大変恐縮ですが、委員一覧の順にお名前をお呼びしましたら、カメラを切り替えますのでマイクをオンにして、一言ご挨拶いただきますようお願いいたします。(名簿順に紹介)

ありがとうございました。委嘱状は事前にお渡ししております。

以上の皆様、よろしくお願いいたします。

次に、事務局職員が自己紹介いたします。(子ども部から自己紹介)

以上、よろしくお願いいたします。

ここで大変恐縮ですが、子ども部長と健康福祉部長は公務のため退席させていただきます。ご了承のほどよろしくお願いいたします。

#### 4 会長代理者指名

次に、設置要領第5条3項により、「会長に事故があるとき、又は欠けたときは、会長が指名する委員が、その職務を代理する」とありますので、柴崎会長から、会長の代理者の指名をお願いいたします。

(会長)

それでは、坂田委員にお願いしたいと思います。よろしいでしょうか。

賛成される方は、手を挙げるボタンをクリックしてください。

(賛成多数)

(事務局) 春山

会長からご指名がありましたので、坂田委員、よろしくをお願いいたします。

それでは、規定により議長を柴崎会長にお願いしたいと思います。よろしくをお願いいたします。

#### 5 会長挨拶

(会長)

八千代市歯科医師会の柴崎です。不慣れですが、誠心誠意努めて参りますのでどうぞご協力のほどよろしくお願いいたします。初めてお会いする方もいらっしゃいますので、冒頭のみマスクを外してご挨拶させていただきたいと思っております。

まずは2年連続の書面開催は避けていただきたいと、自分の要望を受け入れていただき、このようなハイブリッド開催をしてくださいますして、健康づくり課・母子保健課をはじめとした関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

簡単に自己紹介させていただきますと、大学卒業後市内の歯科医院での勤務医を経て、平成11年にゆりのき台にて開業いたしました。歯科医師会の会長は今年の6月より務めております。

さて、この会議は全身の健康に繋がる歯と口腔の健康づくりについて、様々な立場の関係機関や団体の皆様と一緒に、市民の歯と口腔の健康を守っていきましょうという会議です。今日ご出席の皆様は口腔の重要性はすでにご存知のことと思っております。

人間誰も、赤ちゃんからお年寄りまで、口から食べ物を摂取するわけで、お口が健康でなければ、全身の健康を守ることはできません。

政府の「経済財政運営と改革の基本方針」、通称「骨太の方針」には、5年連続で歯科口腔に関わることが明記されており、全身の健康と口腔の健康に関わる科学的根拠の集積と国民への適切な情報提供、生涯を通じた歯科健診、いわゆる国民皆歯科健診の具体的な検討、オーラルフレイル対策、疾病の重症化予防に繋がる歯科専門職による口腔健康管理の充実、などと記載されております。

国民皆歯科健診のことは皆さん聞いたことがあるかと思いますが、八千代市では、1歳6か月歯科健康診査、2歳6か月歯科健康診査、3歳児歯科健康診査、妊婦歯科健康診査、成人歯科健康診査を実施しております。

また、市の管轄ではありませんが、千葉県歯科医師会からの委託により、当該年度 76 歳になられる後期高齢者歯科口腔健康診査を会員診療所にて実施しております。

さらに、市内小中学校、県立学校、公立幼稚園に本会より校医・園医として派遣し、学校歯科健診を実施しております。

このたび、健康づくり課をはじめとした行政の皆様のご尽力により、今年度より会員歯科診療所で行われる個別健診時の同日の保険診療を認めていただきました。

これは何より市民の皆さんの利便性を図るためで、それにより、健診の受診率が向上することを目的としており、国よりも先んじた施策と言っても過言ではありません。

また、今日の議題にもあります、八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例の改正のお手伝いをさせていただきました。この条例は平成 24 年に県内の市の中で一番早く制定されたものです。しかしながら、制定から 10 年も経って、新しい知見が出てきて、時代にそぐわないものになっていることに気づきました。そこで市の責務、歯科医師等の責務、そして市民の役割を見直し、何点か新しいキーワードを盛り込みました。

その中の一つにオーラルフレイルという言葉があるのですが、そちらについては後程お時間をいただきまして当会の「摂食嚥下リハビリテーション研究会」の代表でもある中澤先生からお話ししていただきます。

自分からはマウスガードについてお話ししたいと思います。正式にはスポーツマウスガードと言います。皆様は、スポーツデンティストという資格をご存知でしょうか。これは日本スポーツ協会公認の指導者資格で、昨年度までは、市内では所有者が自分 1 人でしたが、今年度から新たに 1 人加わりました。それでも県内の開業医では 10 数人しかおりません。この資格は簡単に言うとスポーツドクターの歯医者版とだけ思えばわかりやすいです。歯科医師の立場から、スポーツに関わる国民の健康管理、スポーツ障害やスポーツ外傷の診断、予防、研究等を行い、協議会等の維持運営の支援、並びにチームデンティストとして参加したり、またスポーツ歯科医学の研究教育普及活動として、各スポーツ団体や学校等において講演会を行ったりしております。

自分も八千代市内のバスケットボールチームの監督をしており、所属連盟の総会で講演を行いました。また先日、八千代市バスケットボール協会から原稿執筆依頼を、また、八千代市スポーツ協会より講演依頼をいただいております。

昨年 5 月に「スポーツデンティスト千葉」という、スポーツデンティストとそれに準じる方を対象に、任意団体を立ち上げました。もしご要望があればスポーツ歯科に関わる講演に出向きますので、遠慮なくお申し出いただければと思います。

さてそのマウスガードですけれども、自分は大学時代ラグビー部だったのですが、その頃はまだ装着が義務ではなく、関東医歯薬リーグという公式戦があるのですが、5 年生か 6 年生の時に装着が義務化されたように記憶しています。

マウスガードは EVA、エチレン-酢酸ビニル共重合樹脂という素材でできています。自分のものを持ってきたのですが、使用しているので皆さんに回覧するのは衛生的ではないので、資料を用意しましたので資料の 6 をご覧ください。マウスガードの効果として、歯の保護、顎の骨折の予防、口腔口唇周辺部の裂傷予防、顎関節の保護、脳震盪の予防です。

これらは全て自分自身の怪我の予防と言えるのですが、実はもう一つあります。相手選手を守ることです。

これは実際にあった話なのですが、10年ほど前に市内のバスケットボール大会から帰った女の子が、原因不明の発熱や歩行困難で1か月ほど入院したというケースがありました。いろいろと検査をしたのですが原因がわからず、ある時主治医がもう一度全身をチェックした時に、その子の太ももに菌型があるのを見つけました。試合でボールを奪うのに競ったときに、相手選手が誤ってその子のももを噛んだ形になったんですね。そこからばい菌が入って発症したというわけです。マウスガードをしていたらそのようなことは防げたわけで、先に言った相手の身体を守るということにも繋がるということです。

マウスガードは主に接触を伴うコンタクトスポーツで装着されていますけれども最近では野球あるいはスキーやスノーボードなどのコンタクトを伴わないウィンタースポーツでも装着されるようになってきました。

金足農業、現在の所属は北海道日本ハムの吉田輝星選手は、甲子園で投げている時に、随分歯が白いなと思われた方もいらっしゃるのではないかと思います。あれは実際には白いマウスガードをしていました。今は大阪桐蔭や花巻東など強豪校もマウスガードの有用性を知り、こぞって装着するようになってきました。

市販のもの、カスタムメイド、いわゆる歯科医院で作るものがありますが、作製する場合は、これも絶対にと行ってしまいますけれども、歯科医院で作ってください。市販のものの方が若干安いのですが、申し訳ありませんが素人さんが作るの形はひどいし、何より噛み合わせがめちゃくちゃです。そのようなものを装着したら、外傷から守れないばかりでなく、パフォーマンスも低下させます。マウスガードを作る場合は歯科医院に相談してください。どちらの歯科医院で対応しているかわからない時は、千葉県歯科医師会のホームページのマウスガード協力歯科医一覧から検索をしてください。

こちらの資料は、お時間のある時に改めてゆっくりお読みいただければと思います。

余談ですが、これはあまり知られていない話なのですが、亡くなった高倉健さんは、散歩、ウォーキングの時にマウスガードを装着して歩いていらっしゃいました。主治医ではないので想像の域を出ませんが、健さんもマウスガードを装着することで姿勢が正しくなり、体幹が強くなることを実感していたのではないのでしょうか。

最後に、昨年の書面開催において広報やホームページを通じて情報発信をという要望がありましたので、そのことについて現状をお話しします。広報やちよのけんこうかんりコーナーで本会会員が定期的に執筆しています。八千代市歯科医師会の公式サイトがありますが、本会の担当理事にお願いしまして、サイト内に「歯の豆知識」というコーナーを6月より設けて情報発信しております。八千代市歯科医師会で検索すればすぐヒットしますのでぜひご覧ください。

さて、挨拶が長くなりましたが、本会議は1時間半を予定しております。時間内で終了できますようご協力のほどよろしく願いいたします。

それでは次第に則りまして進めていきたいと思っております。

はじめに本日の資料の確認を事務局よりお願いいたします。

(事務局) 春山  
(資料の確認)

(会長)

これより議題に入ります。

議題 1 の八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例の改正について、事務局よりお願いします。

## 6 議題

### 議題(1) 八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例の改正について

(事務局) 春山

事務局より八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例の改正について説明させていただきます。資料1と2をご覧ください。

まず、資料1の新旧対照表の左側にありますとおり、八千代市では平成24年6月に「八千代市市民の歯と口腔の健康づくり推進条例」を制定し、生涯にわたる市民の健康の保持増進のために、歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発、定期的な予防管理の推進、歯と口腔の健康づくりのための仕組みづくりの大きく3つの取り組みを推進してまいりました。

その結果、現在の八千代市の状況は、資料2-1、2-2をご覧ください。

まず、資料2-1の母子保健分野の状況をご説明いたします。妊娠期から幼児期にかけて、むし歯予防の基本となる時期ですので、健診や相談事業を実施しています。次ページに歯科健診の受診率やむし歯有病者率を3年間分掲載しています。母子保健法で定められた健診である1歳6か月児では有病者率が1%以下となっています。次の法定健診は3歳児で、こちらも有病者率は約11%と、むし歯のないお子さんが約9割となっています。妊婦歯科健診は、令和3年度は受診率が3割を超えており、今後さらに受診率向上を目指していきたいと考えております。

これらの妊娠期から幼児期を経て、4歳児、5歳児の状況を見ていくと、公立保育園の状況のみとなりますが、こちらも年々有病者率が下がっていることが見てとれます。

さらに永久歯が生え揃う12歳児も同様に有病者率が下がっています。

次に、成人・高齢者分野の状況については、資料2-2をご覧ください。

成人・高齢者向けに、健康教育事業や相談事業を実施したほか、40歳以上の方を対象とした成人歯科健診の結果をまとめています。これは、できるだけ多くの歯を残せるように、年に1回歯科医院でチェックしていただくものです。

約2300人の方がお受けになられていますが、受診率が2%に満たない状況です。

ただ、市民意識調査の結果では、5割の方が定期的に歯科健診を受けていると回答しているので、かかりつけで定期的にチェックを受けている市民が多いことがうかがえます。

県でも同様なのですが、高齢になっても多くの歯を残せるようになっていくことに合わせて、むし歯や歯周病にかかる方も多くなっているという傾向があります。引き続き、健診受診率向上に努めてまいります。

これらの状況を踏まえて、制定から10年が経過し、口腔機能低下を意味する「オーラルフレイル予防」といった新たな概念が生まれて、むし歯や歯周病予防に加えて、生涯食事や会話を楽しむために口の機能を維持向上することの重要性が高まっています。

こうした背景を踏まえ、令和4年6月28日に市民の健康寿命を延伸する施策を推進することを目指して、条例を改正いたしました。

改正した部分は、資料1の新旧対照表の右側の部分で、下線部でお示ししております。キーワードとしては、健康寿命の延伸、オーラルフレイル、マウスガード、などの新たな取り組みに向けた概念が入りました。改正内容の施行期日は10月1日としております。

資料3をご覧ください。市民向けに9月15日号の広報やちよにて、条例改正に関する周知を行いました。人生100年時代と言われております。生まれる前から、100歳を元気に迎えるまでの歯科保健サービスやご自身で取り組んでいただきたいことを日記のように示しております。

また特に、今回の条例改正の肝であるオーラルフレイル予防や、高齢になっても肉をはじめとするたんぱく質をしっかりと噛んで摂取することを推奨する「8029運動」についてご紹介しております。

これらの内容を、議題2の八千代市第3次健康まちづくりプランにおいて推進していくこととしております。

改正にあたりましては、令和4年5月に市民の皆様から広くご意見を募るパブリックコメントを実施いたしました。その際、本会議の委員の皆様にもご意見をいただきましたので、ここでご紹介するとともに、市の状況についてご説明いたします。必要に応じて歯科医師の先生からコメントをいただけますでしょうか。

まず、1つ目に「学校でのフッ素塗布」ということで、お子さんのむし歯予防のため、学校においてフッ素塗布を行えるようにとのご要望がありました。このことについて、専門家のお立場から、ご意見をいただきたく、柴崎先生お願いいたします。

(会長)

それでは本題に入る前に、ちょっと言葉を整理しておきたいと思っております。

まず、フッ素について、現在では、国際純正・応用化学連盟(IUPAC)の勧告によって、フッ素は元素名であり、水や食品中の無機のフッ素は、フッ化物と表記するとされています。これに従い、今後はフッ素と表記しているものは、フッ化物としてお話しさせていただきます。

フッ化物の局所応用ですが、代表的な方法としては、「フッ化物歯面塗布」と「フッ化物洗口」があります。

「フッ化物歯面塗布」とは、萌出後の歯に直接フッ化物溶液を作用させる方法で、歯科医師や歯科衛生士という専門家だけができる、個人を対象にしたフッ化物局所応用です。

臨床的な応用としては唯一の方法ですが、この方法は、使用するフッ化物溶液のフッ化物濃度が9000ppmと極めて高いので、安全性の観点から、一人一人の子供に対して、歯科医師などの専門家が、原則として、医療機関において対処しなければならない方法です。フッ化物の過剰摂取によって、白い斑点や縞模様が出る斑状歯、歯のフッ素症とも言います、やフッ素の急性中毒の出現の可能性があるからです。

かたや、「フッ化物洗口」、洗口とは洗う口と書きます。これは比較的低濃度(毎日法で225ppm、週1回法で900ppm)のフッ化物水溶液を頻回ブクブクうがいをするることによって、萌出後の歯に直接作用させる方法です。学校などで、集団で応用することができます。

従いまして、フッ化物塗布を学校で行うことはできません。学校において、フッ化物の局所応用を行いたいということでしたら、フッ化物洗口ということになります。市内の学校の

中にはPTAと学校の協力で行っているところもあります。

また弊社としても、千葉県歯科医師会でフッ化物洗口事業の経費援助を行っていることの情報提供を教育委員会にしており、市内全小中学校に通知してもらっています。ただし、コロナ禍で洗口による飛沫飛散のこともあり、その後の対応は各学校の判断にお任せしております。以上になります。

(事務局) 春山

ありがとうございます。市といたしましては、市民に向けてかかりつけ歯科医をもちましよう、という周知と合わせて、むし歯予防としてのフッ素塗布の効果や重要性を周知してまいります。

次に、キャラクターの利用や丁寧な表現により、市民の関心・協力を引き寄せ、共感を得るものとしてほしい、というご意見と、経過・進捗を説明する「工程表」を示してほしい。とのご意見をいただきました。

より多くの市民に関心をお持ちいただけるよう、貴重なご意見として参考とさせていただきます。また、条例には規定しませんが、議題2の第3次健康まちづくりプランにて指標をお示しし、計画に対する評価をしております。

最後に、国の施策へのご意見ということで、要介護者の方への口腔ケアについて、現状のご報告をいただきましたので情報共有させていただきます。具体的には、介護保険サービスの通所系には口腔機能向上を目的とした加算があるが、算定条件が厳しく、加算を取得している事業所は少ない。国の政策への意見になるが、算定条件が緩和されれば加算を取得する通所サービスが増え、オーラルフレイル対策につながると思う。とのご意見でした。以上です。

(会長)

ここまでの内容でご質問やご意見はありますか。具体的な取り組みについては次の議題でご意見いただきたいと思います。会場、もしくはオンラインでご参加の方、いかがでしょうか。

(意見なし)

次に、議題2の八千代市第3次健康まちづくりプランの策定について、事務局よりお願いいたします。

## 議題(2) 八千代市第3次健康まちづくりプランの策定について

(事務局) 大澤

事務局より八千代市第3次健康まちづくりプランの策定について説明させていただきます。共有画面をご覧ください。

健康まちづくりプランとは市の健康増進計画です。第2次プランまでは、計画の柱立てを母子分野の「すこやか親子世代」、成年期の「はつらつ成年世代」、高齢期の「いきいき高齢者世代」と世代別に示してまいりましたが、令和5年度からの次期計画である第3次計画からは、食生活・運動・歯科・こころ・お酒・たばこ・生活習慣病・感染症・地域の9分野



に分けて、めざす姿や取り組みを書き上げてまいります。歯科の分野は1つの分野として世代を超えて見ていくことができるようになります。健康寿命延伸のために子どもの頃から歯と口腔の健康づくりに取り組んでいきます。

歯科分野の取り組みと目標についてご説明いたします。資料4をご覧ください。今回の第3次計画においてのめざす姿は3つあります。

1つめは「生涯において日常生活にわたり、歯を失う原因である歯や口腔の疾患予防、口腔機能の維持及び外傷予防に向けた取り組みを行う」

2つめは「かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受けることにより、歯と口腔の疾患を早期に発見し、早期に治療を受けることによって口腔機能を維持向上させる」

3つめは「障害、災害下において、誤嚥性肺炎の発症等の二次的な健康状態の悪化を防ぎ、口腔機能の維持を図る」となります。

次のページをご覧ください。数値目標としましては、国の健康日本21や県の口腔保健計画の指標と同内容とし、比較ができるよう設定しております。

8つの指標を設けております。

- ・食事の際に支障なく噛むことができる60代の人割合
- ・定期的に歯科健診を受ける人の割合
- ・60代で24本以上の自分の歯を有する人の割合
- ・80代で20本以上の自分の歯を有する人の割合

ここまでの数値の出典は、「市民意識調査」とありますが、令和3年度に実施した、八千代市第2次健康まちづくりプランの最終評価と次期計画策定のためのアンケート調査のことです。こちらは市のホームページよりご覧いただくことができます。

- ・40代で進行した歯周病（4mm以上の歯周ポケット）を有する人の割合
- ・60代で進行した歯周病（4mm以上の歯周ポケット）を有する人の割合
- ・3歳児におけるむし歯のない人の割合
- ・12歳児における1人平均むし歯数

以上の出典は、歯科健診の統計となります。

目標値につきましては今後設定予定としております。

次に目標に向けためざす姿ごとの取り組みについてご説明いたします。

八千代市全体で健やかなまちづくりに取り組むためには、市民一人ひとりが個別に努力すればいいのではなく、また行政だけの取り組みだけでは十分ではないため、個人や家庭とそれを取り巻く地域、そして行政と関係機関が、それぞれの活動領域で役割を發揮していくことが大切となります。

そのため、本計画は「市民の取り組み」「地域・職域での取り組み」「行政の取り組み」という作りとなっています。

まず、めざす姿1への取り組みですが、むし歯や歯周病、お口のケガの予防のために子どもころから日常生活の中で、自分自身で取り組むお口の健康についての内容となっています。

市民の取り組みとしては、フッ素入り歯みがき剤を正しく使用することや、オーラルフレイル対策のためのお口の体操をすることなどが挙げられます。

地域の取り組みとしては、例えばですが、長寿会で歯に関する講演会を企画していただいたり、やちよ元気体操応援隊の皆さまにお口の体操を取り組んでいただくなどです。

次のページをご覧ください。行政の取り組みとして、現在も行っていることとして、資料3の広報特集号のようなお口に関する情報提供を行ったり、歯科相談や歯科講演会の開催を行ったりしております。また、条例の一部改正に基づく新たな取り組みとして、オーラルフレイル対策の体操の普及啓発やマウスガード使用の周知があります。

健康づくり課では、オーラルフレイル対策のお口の体操「やちよお口いきいき体操」を作成しましたので動画をご覧ください。4分弱の動画です。さわりだけですが、よろしければマスクの下で一緒をお願いします。

(「やちよお口いきいき体操」動画視聴)

次にめざす姿2への取り組みです。こちらは定期的な歯科健診や口腔機能のチェックなどの歯科医師等によるケアを受けることにより、早期に歯や口の疾患を発見し、早期に治療を受けることによって口腔機能の維持向上を目指すものです。

市民の取り組みとしては、かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診や歯科保健指導、予防処置を受けることなどが挙げられます。

地域・職域の取り組みとしては、現在も行っておりますが、歯科健診啓発ポスター等を歯科医院や産婦人科、幼稚園保育園等に貼っていただくことなどがあります。

次のページをご覧ください。行政の取り組みとしては、現在も行っておりますが、かかりつけ歯科医を持つことや、定期的な歯科健診受診を促すこと等を推進していきます。

最後にめざす姿3への取り組みです。こちらは、障害児・障害者・要介護者や災害下において、口腔機能の維持を目指します。

市民の取り組みとしては、障害や介護度に応じた歯科治療や口腔ケアを受け、口腔機能の維持をはかることや、災害に備えて各自で口腔ケア用品を備蓄することが挙げられます。

地域・職域の取り組みとしては、ケアマネや支援をする方々が、障害児・障害者や要介護状態の方の歯科治療や口腔ケアが出来る病院や歯科医院の情報を共有することなどがあります。

次のページをご覧ください。行政の取り組みとしては、地域・職域の取り組みである「障害児・障害者・要介護者向けの病院や歯科医院等の情報提供」や、災害時の口腔ケア用品の備蓄の必要性や避難所での口腔衛生に関する啓発活動などを行っていきます。

次に策定スケジュールについてご説明いたします。

資料5をご覧ください。こちらは、健康まちづくりプランの推進評価委員会のスケジュールです。

11月に健康まちづくりプランの策定委員会を開催し、素案をご承認いただいたのち、12月に市民の皆様に広くご意見をいただくためのパブリックコメントを実施、それらを踏まえて2月に健康まちづくりプラン策定委員会にて計画をご承認いただき、3月策定となります。

(会長)

ありがとうございました。先程から出ている「オーラルフレイル」という言葉について、本会の中澤先生より、専門家の立場から追加説明をお願いします。

(中澤委員)

では、私の担当している「高齢者の口腔ケア」についてお話をさせていただきます。

口腔ケアという言葉は、お口のお掃除をイメージされますが、それで構わない年代もあれば、高齢者の場合には、掃除だけではなく、ガム噛みトレーニング、唾液腺マッサージ、摂食トレーニング、食事の介助も口腔ケアの一部というふうにも言われております。

まず最初に、八千代市歯科医師会が実施している摂食嚥下リハビリテーション、あとは摂食トレーニングのお話をさせていただこうと思います。

口の中の汚れが残っている状態で食事をすると細菌が肺に入ってしまいます。そこで、まずは清掃が重要になります。ブラッシングのほか、粘膜を刷掃する「くるりーな」というブラシも使えます。これらのケアは介護者のキーパーソンにも使い方を丁寧に説明し、理解していただくことが大切です。

また、清掃のほかに唾液腺マッサージやストレッチの仕方も詳しく説明させていただき、口腔健診や、必要に応じて、内視鏡による嚥下検査もさせていただいております。内視鏡検査の情報を摂食嚥下リハビリテーション研究会で精査し、この方の場合には自分で吐き出す力が足りなかったのも、それをトレーニングしようということになりました。周知用のリーフレットも作っております、現在、9名の歯科医師会員で対応しております。

続きまして、摂食トレーニング方法です。2018年にむし歯や歯周病などのほか、さらに口腔機能低下症という病名もつきました。これまでは「適切な補綴(ほてつ)装置を入れてもらいなさい。」だけで良かったのですが、それだけではなく、「さらに機能訓練をしてもらいなさい、そして、しっかり咀嚼能力を回復させなさい。」、そういうことが大切になってきています。

実は先行研究の中で、65歳の段階で、さきいかやたくあんを食べられる人と食べられない人では、健康寿命が3年近くも違うという結果が出ています。

そこで、我々歯科医師会は、簡単な摂食トレーニングとしまして、ガム噛みトレーニングというものを始めました。ガム噛みトレーニングをするだけで、咀嚼能力は改善し、さらには運動機能も改善されました。

今後は、さらに、転倒リスクとの兼ね合いも評価し、研究を始めております。こちらの方は、コロナ前になりますが、行政の方とも連携しまして、いろいろ具体策を提案させていただきました。

まずは、咀嚼能力の維持向上による健康寿命の延伸に関する啓発活動や、一般市民には、ご自身で咀嚼能力を評価できるようなガムを用いてご自身で評価してもらうことなどです。もし、咀嚼能力が低いのであれば、現状を認識していただいて、かかりつけの歯科医院で適切な補綴装置を作ってもらい、さらにはその上で、ガム噛みトレーニングをして、咀嚼能力の向上に取り組みました。

こちらの方は、同じ八千代市歯科医師会の25名の協力医の歯科医師と一緒に実施しております。ご興味ある方は八千代市歯科医師会のホームページに論文を掲載しておりますので、ぜひお読みいただければと思います。

また、実際にガム噛みトレーニングをやってみたい方は、先ほどの25名の協力歯科医院で、費用がかからず受けられますので、ご検討いただければと思います。

さらに、いわゆる口を清潔にする「口腔ケア」に関して、コロナ禍における高齢者施設の状況について、千葉県医師会医師会と協力し、調査研究させていただきました。

そうしますと、実は、ほとんど口腔ケアがされていなかったというとても恐ろしい事実につながりました。それに伴って、やはり発熱とか誤嚥性肺炎がかなり増えていたという結果が出ております。

ブラッシングというと、つい、細かいブラッシングを想像してしまうかもしれませんが、丁寧なブラッシングが必要な年齢層と、高齢者施設における口腔ケアは異なります。

実際に九州大学歯学部では、とても面白い研究をされました。介護職員が行う週2回の標準化された口腔ケア、具体的には5分～10分間、スポンジブラシや歯ブラシでのブラッシングと、舌・歯ぐき・口唇・頬のマッサージを行うというものです、これだけで、肺炎および入院日数が3分の1にまで減少し、誤嚥性肺炎が激減しています。

もう一度言います。たった週2回です。今日ここに来られている方々は、週2回ではないですよ。最低でも1日に2～3回は口腔ケアされている、それが当たり前ですね。

週2回だけでもこれだけ変わるということは、失礼ですけれども、残念ながらどれだけできていないかという認識を持たれた方がよろしいのではないかと思っております。

口腔機能やオーラルフレイルに関して、ご質問等があれば、ぜひ、八千代市歯科医師会口腔ケアセンター、電話番号047-485-7535、FAX番号047-487-7535までご連絡いただければ幸いです。以上です。

(会長)

中澤先生、濃密にご講演いただきありがとうございます。ここまでの内容でご質問やご意見はありますか。会場でご参加の方は挙手を、オンラインでご参加の方は手を挙げるボタンをクリックしてください。

いらっしゃらないでしょうか。訪問歯科診療をご存じではない方もまだ多いのですが、当会では積極的に訪問歯科診療を行っておりますので、ご利用いただければと思います。

健康寿命の延伸に向けて様々なライフステージで歯と口腔の健康づくりに取り組んでいきたいと考えておりますので、皆様よろしく願いいたします。

最後に事務局よりその他として事務連絡をお願いいたします。

### 議題(3) その他

(事務局) 春山

本日ご説明申し上げたとおり、資料1のとおり条例を改正し、第1条の「目的」により、市の方針をお示ししておりますように、市民の健康の保持増進及び健康寿命の延伸を図ってまいります。

委員の皆様におかれましても、ご所属の団体に戻られましたらめざす方向についてご報告していただけると幸いです。

今後、先程の第3次健康まちづくりプランの策定スケジュールのご説明のとおり、歯科に関する計画は、健康まちづくりプランの委員会にて審議・承認を行ってまいります。

なお、2月頃に計画の最終決定を迎えます。この最終決定につきましては、柴崎会長に一任していただき、資料送付に代えさせていただきたいと存じますが、ご了承いただけますで

しょうか。ご了承いただける場合は、手を挙げるボタンをクリックしてください。会場の皆様は挙手をお願いいたします。

…全員挙手…

ありがとうございます。

本会議につきましては、第3次プランは世代別ではなく、分野別に推進することを踏まえて、部会制を廃止し、八千代市審議会等の整理統合及び運営等に関する指針に基づき、審議会委員の上限目安である10人程度に編成を変えていく方向で検討しております。

次年度以降は、歯科専門の会議体として、こちらの会議で出たご意見を健康まちづくりプラン全体の会議にお諮りしていく体制をイメージしていただければと思います。

本日お忙しい中ご出席いただきありがとうございました。今後はこれまでの会議で積み上げたものをベースに、さらに歯と口腔の健康づくりを推進してまいりたいと思います。以上です。

(会長)

その他、ご意見はいかがでしょうか。

(木下委員)

長寿会連合会の木下です。条例の第1条の目的に健康寿命の延伸が明記されたということ、8020運動と8029運動、オーラルフレイル対策が明記されたことも、高齢者にとっては大変ありがたいことと思っております。

これからこうした内容の周知徹底が必要だと感じました。長寿会は幹部の集まりの他、地区長寿会、単位クラブが40～50団体あります。こうしたところで周知徹底するために、高齢者向けのパンフレットなどを作っていただくと啓発にスムーズに取り組めると思うので、ぜひお願いしたいと思います。

(会長)

貴重なご意見ありがとうございます。事務局はぜひご意見を参考にしてください。

なお、「8029」は「ハチマルニク」と読みます。高齢になっても肉などの良質なたんぱく質を摂りましょうという運動です。

(土田委員)

最近、舌を怪我してしまい、しげしげと舌を見る機会がありました。舌苔には1000種ほどの菌がいるそうです。専用の舌ブラシもあり、舌が白くなると胃が悪いなどとも言われますが、舌の清掃の効果がどんなものなのか、ぜひ伺ってみたいと思います。

(会長)

ご質問ありがとうございます。個々人の口腔の状況が異なるので一概に言えませんが、かかりつけ歯科医でお口の状態に合わせてアドバイスしていただくのがよろしいのではないかと思います。

他にはご意見など、よろしいでしょうか。

## 7 閉会

(会長)

皆様のご協力により、予定時刻よりも早く終了できそうです。

それでは、これをもちまして、令和4年度第1回八千代市歯と口腔の健康づくり推進会議を終了いたします。みなさまご協力ありがとうございました。