

ぎふ市民歯・口腔の健康づくり計画（案）

令和8年度～令和17年度

令和 年 月

第1章 はじめに

1 計画策定の背景

(1)「岐阜市口腔保健条例」の公布、施行

本市では、「歯科※口腔保健※の推進に関する法律（平成23年8月10日公布）」に基づき、すべての市民の歯及び口腔※の健康づくりの推進の基本理念等を定めた、「岐阜市口腔保健条例（以下「条例」という。）」を平成24年3月29日に公布、同年4月1日に施行し、本市の口腔保健の取り組みを進めてきました。

こうした中、平成29年に政府の「経済財政運営と改革の基本方針（骨太の方針）」において、「オーラルフレイル対策」や「生涯を通じた歯科検診の検討」等が新たに示されました。

さらに、国において、令和6年度から「歯科口腔保健の推進に関する基本的事項（第2次）」（歯・口腔の健康づくりプラン）（以下「基本的事項」という。）が施行され、「ライフステージに応じた歯科口腔保健の実施」や「災害時における口腔保健医療サービスの提供の確保」等の新たな方針が示されています。

岐阜県では、「岐阜県民の歯・口腔の健康づくり条例」（平成22年4月1日施行、令和元年7月1日改正）に基づき、令和6年度に「第4期 岐阜県歯・口腔の健康づくり計画」（以下「県計画」という。）が施行されました。

このような口腔保健をとりまく状況の進展を踏まえ、本市においても、施行から12年経過した条例を令和6年3月31日に一部改正し、同年4月1日に施行しました。

(2)「ぎふ市民歯・口腔の健康づくり計画」の策定

改正後の条例では、基本的事項、県計画との整合を図り、口腔保健を取り巻く状況に合わせた歯・口腔の健康づくり※に関する基本的施策を総合的に推進するための計画を策定することとしています。

本計画では、乳幼児期から高齢期までのライフステージに加え、妊産婦、障がい者（児）、介護を必要とする者等が歯・口腔の健康づくりについて理解を深め、市民自らが歯・口腔の健康づくりに取り組む社会を目指しています。

また、生活習慣の改善や日常生活における歯科疾患の予防、早期発見及び早期治療に関する周知啓発や歯科保健医療の充実、災害時における口腔保健活動の提供確保に取り組めます。

（用語説明）

※歯科・・・歯や口腔内の健康を診断・治療する医学の分野。

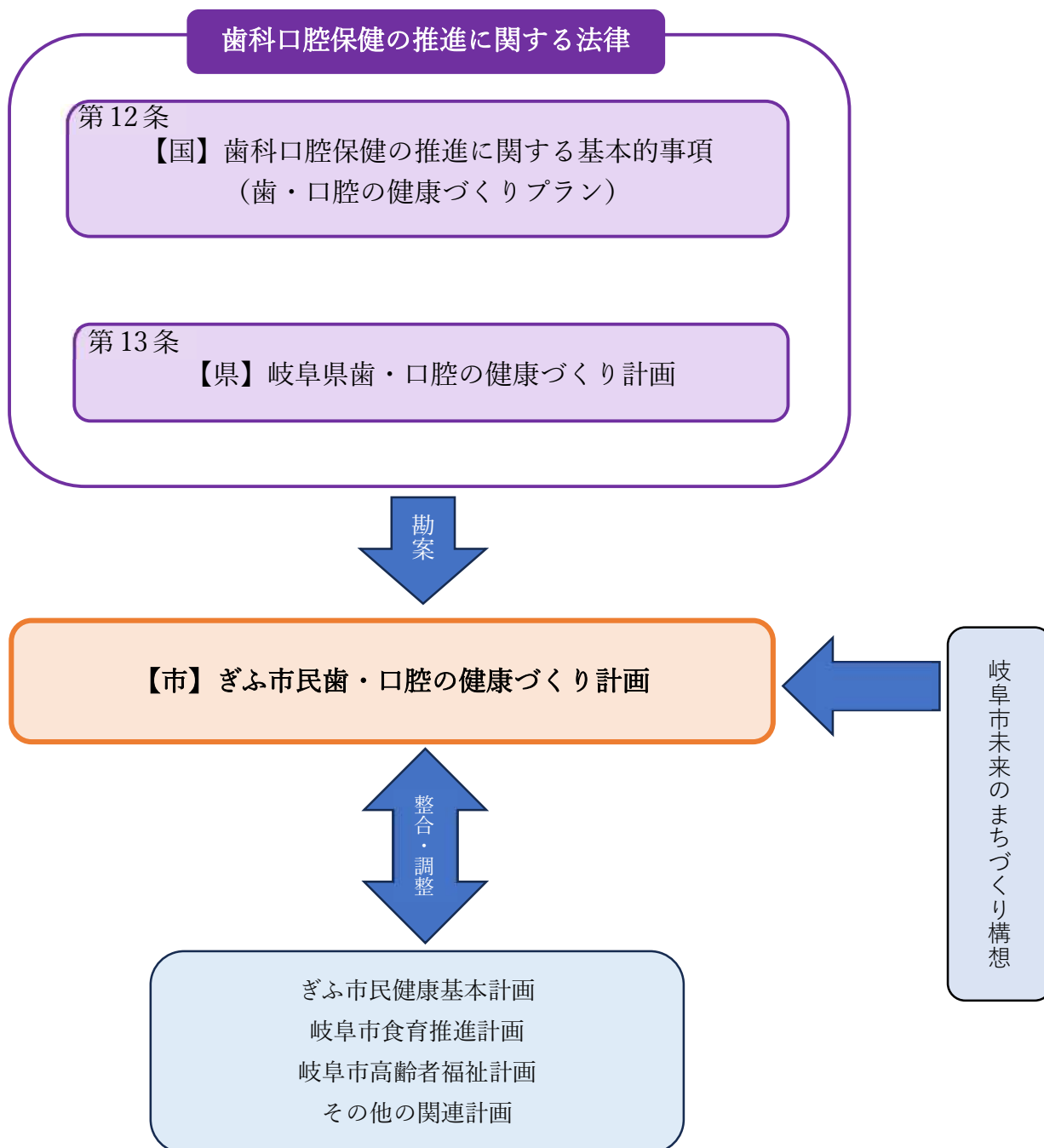
※口腔保健・・・生活の質の向上や全身の健康の維持を目指し、口腔を健康な状態に保つこと。

※口腔・・・口からのどまでの空間のこと。嚙む、飲み込むまでの一連の動作を行う。

※歯・口腔の健康づくり・・・口腔保健を推進していくための取組として、歯及び歯周組織を含んだ口腔の健全な機能の維持及び向上に努めること。

2 計画の位置付け

本計画は、基本的事項及び県計画、その他の本計画の施策実施において関連する各計画との整合性を図りながら、本市の歯・口腔の健康づくり計画として策定します。



3 SDGs（持続可能な開発目標）の視点を踏まえた計画の推進

SDGs（持続可能な開発目標）とは、2015年の国連サミットにおいて採択されて持続可能でよりよい世界を実現するための17の国際社会共通の目標です。

その理念である、「誰一人取り残さない」社会の実現をめざし、17の目標を達成するために、私たち一人ひとりが身の回りの社会問題や環境問題などの様々な課題を「自分ごと」としてとらえ、積極的に行動することが大切です。加えて、本市では、岐阜市オリジナルSDGsロゴマークを作成し、市民の皆さんや、地域団体、学校、企業など、たくさんのパートナーと協力して、SDGsの達成に向けた取組を進めていきます。

ぎふ市民歯・口腔の健康づくり計画の推進に向けて関連する以下の目標について、取組を推進していきます。

- ・目標3 すべての人に健康と福祉を
- ・目標4 質の高い教育をみんなに
- ・目標10 人や国の不平等をなくそう
- ・目標11 住み続けられるまちづくりを
- ・目標17 パートナリーシップで目標を達成しよう



岐阜市オリジナルSDGsロゴマーク

4 計画の期間

本計画は、2026（令和 8）年度から 2035（令和 17）年度までの 10 年間とします。社会状況の変化などを踏まえ、必要に応じ評価及び見直しを行います。

計画の成果を確認するために、計画期間の最終年度までに達成すべき目標値を設定します。

事業実施状況及び評価指標の進捗をとりまとめ、岐阜市口腔保健推進審議会に報告し、ここでの評価に基づいて必要な改善を図りながら計画を推進していきます。

(年度)												
	R6	R7	R8	R9	R10	R11	R12	R13	R14	R15	R16	R17
国	歯科口腔保健の推進に関する基本的事項（第2次） 「歯・口腔の健康づくりプラン」（12年間） ・ R11中間評価 ・ R15最終評価											
岐阜県	第4期 岐阜県歯・口腔の健康づくり計画 （6年間） ・ 中間年度(3年)で見直し											
岐阜市						・ 健康基礎調査					・ 健康基礎調査	
	ぎふ市民歯・口腔の健康づくり計画 R8年度～R17年度（10年間） R8.3策定 ・ R12中間見直し ・ R17次期計画 策定年度											

第2章 基本方針

1 基本理念

「全ての市民が生涯にわたり、健康で暮らしていく基盤として、自らの「歯」で食を楽しむことができ、自主的な努力で全身の健康にも関係する歯・口腔の健康づくりに取り組む社会」を目指します。

2 基本目標

- (1) 市民が歯科疾患の予防、早期発見及び治療に関する知識を持つことができる。
- (2) 市民が生涯にわたる歯・口腔の健康づくりを自分事と捉え、自主的に努力することができる。
- (3) 歯科健診※、歯科保健指導※および健康教育等のサービスを受けることができる環境を整備する。
- (4) ライフステージに合わせた歯・口腔の健康づくりを推進する。

3 基本的事項

- (1) 全てのライフステージにおける継続的な歯・口腔の健康づくりに関する取り組みを推進する。
 - ・乳幼児期（0歳～5歳）
 - ・学齢期（6歳～18歳）
 - ・青年期（19歳～39歳）
 - ・壮年期（40歳～64歳）
 - ・高齢期（65歳～）
 - ・全てのライフステージにおける共通の取り組み
- (2) 配慮の必要な状況にある者への歯・口腔の健康づくりに関する取り組みを推進する。
 - ・妊産婦
 - ・障がい者（児）、介護を必要とする者
- (3) 全ての市民が生涯にわたって歯・口腔の健康づくりを進めるために必要な社会環境の整備を推進する。
 - ・歯・口腔の健康づくりに関する情報提供及び知識の普及啓発
 - ・災害、感染症拡大等に備えた体制の整備
 - ・市民の自主的な努力を促進
 - ・歯科医療関係者※等との連携と実践
 - ・歯科医療に関する人材の育成及び施策の効果的な実施に資する調査及び研究

（用語説明）

※歯科健診・・・むし歯や歯周病などの口腔内の病気を早期発見し、治療や予防に繋げるための健康診査のこと。

※歯科保健指導・・・歯科医師や歯科衛生士が、歯や口腔に関する正しい知識や技術を伝えること。

※歯科医療関係者・・・歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士その他歯科医療又は歯科保健に関わる業務に従事する者。

3章 歯・口腔の健康づくりを推進するための取組方針

基本的事項 1

全てのライフステージにおける継続的な歯・口腔の健康づくりに関する取り組みを推進する。

(1) 乳幼児期（0歳～5歳）

目標

- ・むし歯*のない3歳児を増やします。
- ・むし歯予防のためフッ化物応用*の有用性を啓発します。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
10 か月児健康診査で口の手入れを始めている保護者の増加	79.8%	90.0%	口腔保健支援センター調査 (R7)
むし歯のない1歳6か月児の増加	99.3%	99.5%	乳幼児歯科健診結果 (R6)
むし歯のない3歳児の増加	94.6%	97.0%	乳幼児歯科健診結果 (R6)
3歳児でフッ化物歯面塗布を受けたことがある児の増加	77.9%	85.0%	乳幼児歯科健診結果 (R6)
3歳児で間食（おやつ）の回数が決まっている児の増加	70.3% (暫定値)	80.0%	口腔保健支援センター調査 (R7)
保育所（園）・幼稚園等で「昼食後の歯みがき」を取り組んでいる施設の増加	82.6%	90.0%	口腔保健支援センター調査 (R6)

乳幼児期の特徴

乳児（0～1歳未満）

- ・生後6～8か月頃から乳歯が生え始め、歯みがきに慣れていく時期です。
- ・母乳やミルクなど授乳による栄養摂取から、離乳食が始まり、舌や歯ぐきで食べ物をつぶして食べるなど、咀嚼*や嚥下*の機能を育てる大切な時期です。

幼児（1～5歳）

- ・2～3歳頃には乳歯が生え揃います。生えて間もない歯はむし歯になりやすいので、むし歯予防のため、子ども自らが歯を磨く練習や保護者による仕上げ磨きの習慣づけ及び食事やおやつの時間を決めるなど生活リズムを身につける大切な時期です。
- ・「食べる機能」「話す機能」など口腔機能*が発達する時期です。歯の生え方にあった食事を摂り、よく噛んで食べる習慣を身につける必要があります。
- ・不正咬合*を悪化させる習癖（指しゃぶり、爪噛み等）が始まる時期です。不正咬合は咀嚼やむし歯といった生涯の口腔保健にも影響するため、習癖の改善が必要です。
- ・シャボン玉、吹き戻し、おもちゃのラッパなどの口の周りの筋肉を使う遊びを取り

入れることで、口腔機能の発達が促されます。

現状と課題

- ・各保健センターにおいて、10 か月児及び1 歳 6 か月児、3 歳児歯科健康診査を実施しており、歯科医師や歯科衛生士による歯科保健指導を行っています。
- ・「むし歯のない1 歳 6 か月児の割合」「むし歯のない3 歳児の割合」は年々増加しており、全国や岐阜県と比べて良い状態となっています。（図表 1、図表 2 を参照）
- ・不正咬合と診断された1 歳 6 か月児は減少していますが、3 歳児は増加しています。指しゃぶり等の習癖なども要因と考えられるため、乳幼児歯科健診での指導や啓発が必要です。（図表 3 を参照）
- ・乳幼児期からの歯みがき習慣形成や口腔機能の発達へのアプローチが大切です。
- ・3 歳児フッ化物歯面塗布経験者は、新型コロナウイルス感染症の影響により事業の一部を中止していたため減少しましたが、現在は、通常の体制で実施しています。フッ化物歯面塗布は、むし歯予防において有効であるとのエビデンスに基づき、今後もフッ化物の利用の啓発が必要です。（図表 4 を参照）
- ・保育所（園）・幼稚園等で「昼食後の歯みがき」に取り組んでいる施設の増加に向けた啓発の推進が必要です。

図表1：むし歯のない1歳6か月児の割合（国・県との比較）

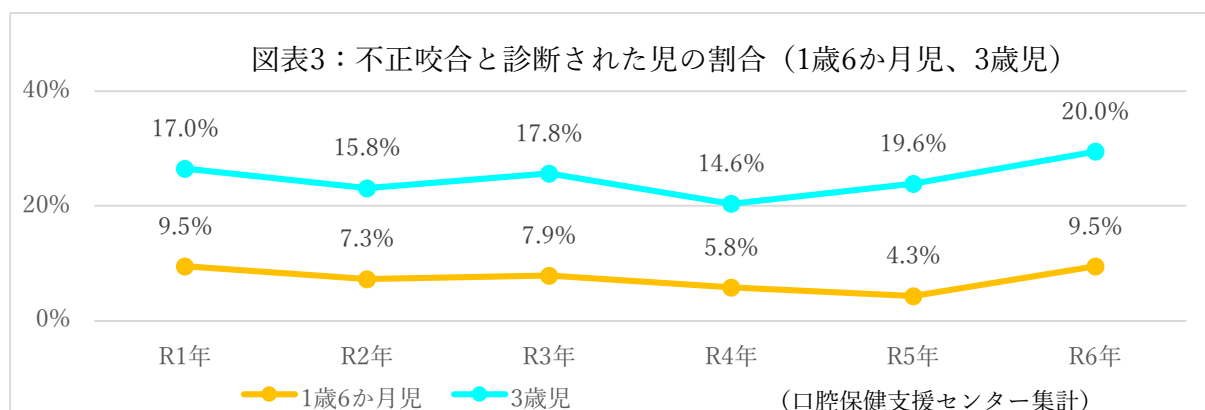
	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
岐阜市	99.3%	99.3%	99.1%	99.3%	99.3%	99.4%
岐阜県	99.0%	99.2%	99.1%	99.2%	99.3%	99.3%
全国	98.8%	99.0%	98.9%	99.2%	99.3%	99.3%

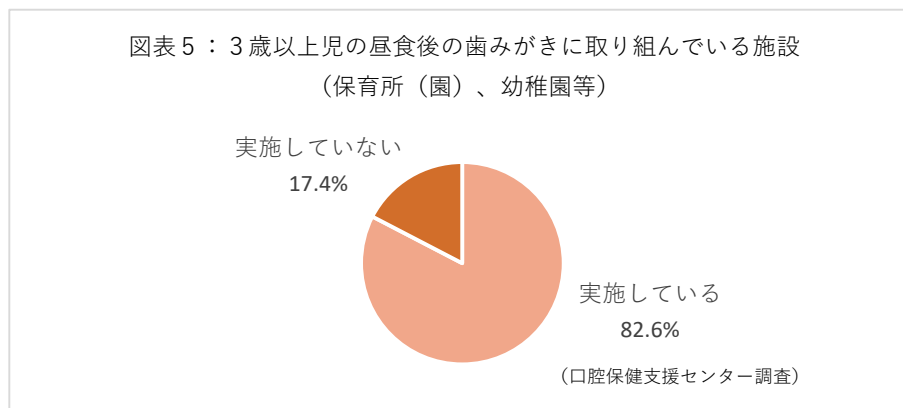
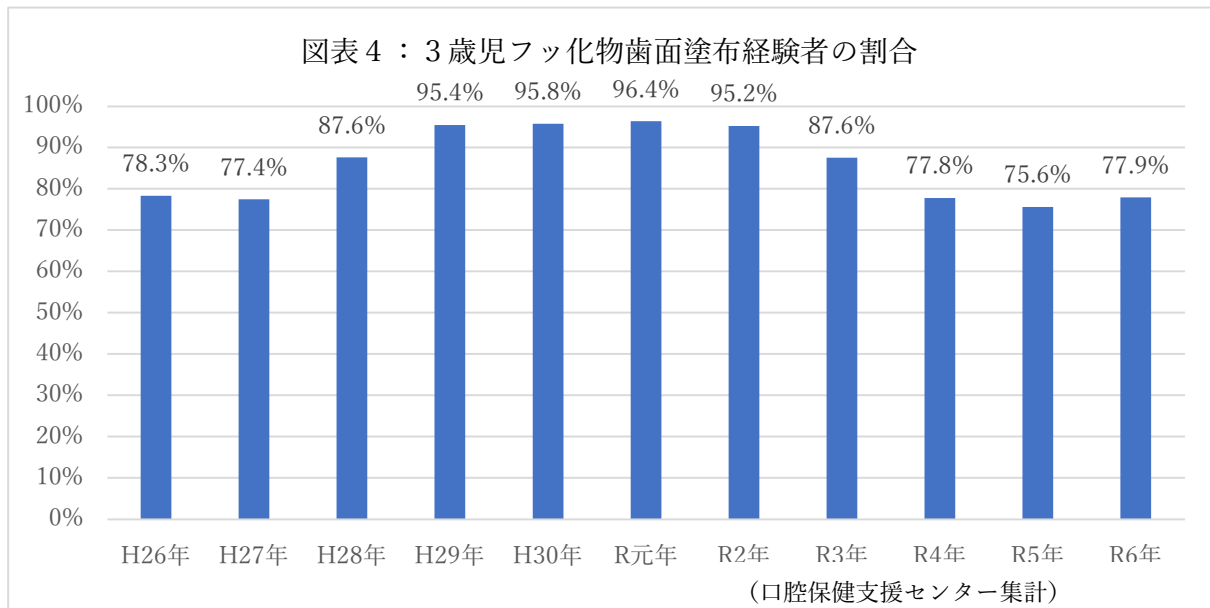
地域保健・健康増進事業報告

図表2：むし歯のない3歳児の割合（国・県との比較）

	H30年度	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
岐阜市	92.4%	91.4%	91.7%	92.3%	94.9%	95.2%
岐阜県	91.1%	91.2%	91.3%	92.2%	93.6%	93.7%
全国	86.8%	88.1%	88.2%	89.8%	91.4%	92.3%

地域保健・健康増進事業報告





本市の事業（令和７年度）	
乳幼児歯科健康診査（保健所保健予防課）	
乳児、幼児の節目の年齢において、歯科健診と指導を行い、口腔保健と口腔機能の発達の面から生涯にわたる子の健康の保持増進を図るとともに、10か月児、1歳6か月児、3歳児乳幼児健康診査の中で歯科健康診査を実施。	
幼児歯科薬物塗布（保健所保健予防課）	
1歳から未就学児を対象に、むし歯予防のためのフッ化物塗布及び歯科保健指導を実施。	
親子教室、親子歯みがき教室（保健所保健予防課）	
地域の公民館等に出張し、親子を対象に歯科健康教育を実施。	
保育所（園）等歯みがき指導（保健所保健予防課）	
依頼のあった保育所（園）等に出張し、歯科健康教育と歯みがき指導を実施。	
歯科健診（公立保育所、市立幼稚園）	
年1～2回保育所、幼稚園で、歯科健診を実施。	

施策の方向性

むし歯予防の知識の普及を促進

- ・乳幼児歯科健診において、歯科健診や歯科保健指導、保育所（園）・幼稚園等を通じて保護者に対してむし歯予防の正しい知識を啓発します。
- ・間食（おやつ）の回数を決めるなど、規則正しい生活リズムを身につけることを啓発します。
- ・むし歯予防対策として、フッ化物歯面塗布を行うとともにフッ化物の利用について正しい知識を啓発します。

歯みがき等の習慣や咀嚼や嚥下の機能を育てる取り組みの普及啓発

- ・乳幼児歯科健診や幼児歯科薬物塗布時に保護者に対して、リーフレットやチラシを配布し、口腔内の状況に応じた歯みがきの方法や生活習慣に関する正しい知識を啓発すると共に、「岐阜市親と子のハンドブックぶりあ」や「ぎふし子育て応援アプリ」で歯科健診の情報や口のケアなどの情報を提供します。
- ・乳幼児歯科健診や歯みがき教室時に保護者に対して、指しゃぶりやおしゃぶり等が咬合に与える影響を説明し、健全な口腔の育成の充実を図ります。
- ・乳幼児歯科健診や歯科薬物塗布、歯みがき教室時に保護者に対して、口腔内の発達に応じて、食べる（噛むこと・飲み込む力）や話すなどの成長を促す知識の普及を促進します。
- ・保育所（園）・幼稚園等を通じて保護者に対して正しい知識を啓発します。

フッ化物を使用して、むし歯を予防しましょう！

フッ素は、自然界に広くある元素のひとつで、他の元素と結合したフッ素化合物（フッ化物）として、お茶、食塩、海産物など多くの食品に含まれている自然環境物質です。

フッ化物のむし歯予防効果

●エナメル質の修復を促進

酸により歯から溶け出したカルシウムやリンを補うこと（再石灰化）を促進します。

●歯の質を強化

エナメル質を、酸に溶けにくい性質に変え、むし歯への抵抗力を高めます。

フッ化物を用いたむし歯予防方法（フッ化物応用）

●フッ化物塗布

歯科医院などで、高濃度のフッ化物を歯に塗る方法です。生えたての歯はフッ化物を取り込みやすく、むし歯予防効果が高いです。定期的に歯科医院で塗布することで効果が上がります。

●フッ化物入り歯みがき剤の使用

現在市販の歯みがき剤の90%以上にフッ化物が含まれており、むし歯予防に効果があります。

●フッ化物洗口（フッ化物のぶくぶくうがい）

フッ化物が含まれた溶液で30秒～1分間ぶくぶくうがいをする方法です。継続して行うことで、むし歯予防効果が高まります。

（用語説明）

※むし歯・・・口の中の原因菌が作り出す酸で歯が溶かされ穴が空いた状態のこと。

※フッ化物応用・・・フッ化物を用いて、むし歯を予防する方法。フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口、フッ素入り歯みがき剤の使用などのこと。

※咀嚼・・・食物を細くなるまでよく噛むこと。

※嚥下・・・口の中の食物を胃に送り込むこと。

※口腔機能・・・噛む（咀嚼機能）、食べる（摂食機能）、飲み込む（嚥下機能）、発音、唾液の分泌等のこと。

※不正咬合・・・かみ合わせや歯並びの状態が良くない状態のこと。

(2) 学齢期 (6 歳～18 歳)

目標

- ・むし歯のない 6 歳児・12 歳児を増やします。
- ・むし歯や歯肉炎※などの歯科疾患※予防に関する知識の普及をします。
- ・むし歯予防のためフッ化物応用の有用性を啓発します。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
むし歯のない 6 歳児 (小 1) の増加	74.1%	80.0%	学校保健統計調査 (R6)
むし歯のない 12 歳児 (中 1) の増加	81.7%	90.0%	学校保健統計調査 (R6)
小学校で「昼食後の歯みがき」を実施する施設の増加	74.5%	90.0%	県学校歯科保健状況調査 (R6)
歯肉の状態が要精検※の 12 歳児 (中 1) の減少	2.3%	2.0%	学校保健統計調査 (R6)
15 歳児 (中 3) 処置完了者※の割合の増加	62.0%	80.0%	学校保健統計調査 (R6)
よく噛んで食べる 6 歳児 (小 1) の増加	82.9%	90.0%	「食」に関わる実態調査 (R6)
よく噛んで食べる 12 歳児 (中 1) の増加	54.4%	65.0%	「食」に関わる実態調査 (R6)

学齢期の特徴

小学生 (6～12 歳)

- ・乳歯と永久歯が混在し歯みがきが難しく、むし歯や歯肉炎になりやすい時期です。
- ・よく噛んで食べる習慣や歯みがき習慣の定着が大切です。
- ・甘味食品 (菓子、飲料等) を好む傾向にあり、間食の回数も増えてきます。

中学生・高校生 (13～18 歳)

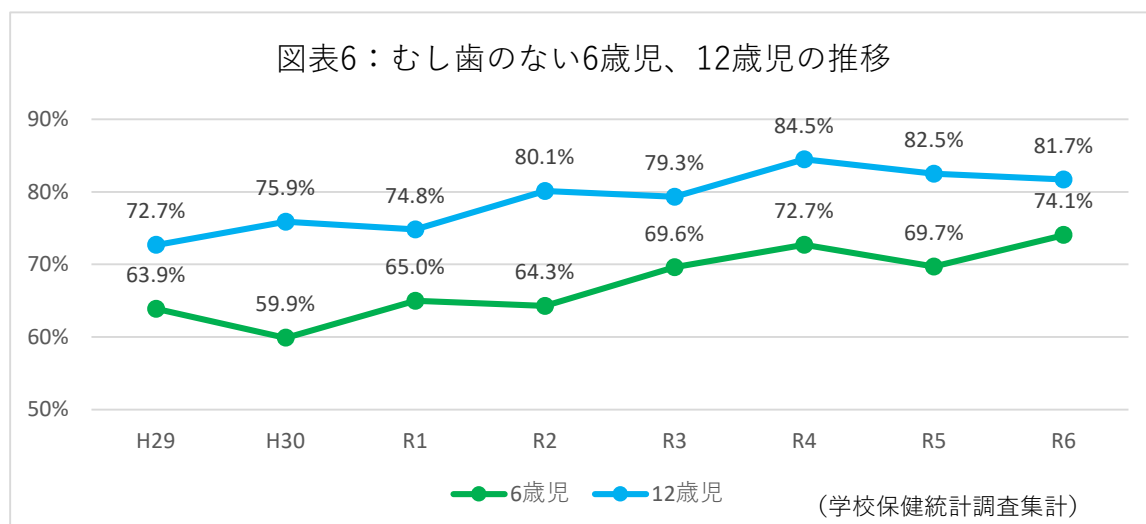
- ・永久歯列が完成する時期です。
- ・自ら食べ物を選択的に摂取できる年代であることから、偏った食習慣や生活リズムの乱れにより、むし歯や歯肉炎が起きやすい時期です。
- ・女性ホルモン※の分泌の影響や生活習慣の変化により「思春期性歯肉炎※」が起きやすい時期です。

現状と課題

- ・小・中・高等学校では、毎学年、学校保健安全法に基づいた定期の歯科健康診査を実施しています。
- ・むし歯予防に加え歯肉炎についての知識の普及が必要です。
- ・歯科疾患を予防するためには、子どものころからの教育、よく噛んで食べる習慣、

甘味食品の過度な摂取の抑制、歯みがき習慣の定着、規則的な食習慣や生活リズムを身につける事が大切です。

- ・むし歯のない6歳児、12歳児は増加傾向にありますが、さらなるむし歯予防の知識の普及啓発が必要です。（図表6を参照）
- ・昼食後の歯みがきを実施している小学校・中学校の増加に向けた取り組みが必要です。



図表7：むし歯のない6歳児の割合（国・県との比較）

	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
岐阜市	65.0%	64.3%	69.6%	72.7%	69.7%
岐阜県	62.1%	61.4%	64.3%	69.7%	70.1%
全国	59.8%	63.5%	66.9%	70.0%	71.5%

学校保健統計調査

図表8：むし歯のない12歳児の割合（国・県との比較）

	R1年度	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
岐阜市	74.8%	80.1%	79.3%	84.5%	82.5%
岐阜県	74.0%	76.7%	79.8%	81.3%	81.0%
全国	68.2%	70.6%	71.7%	74.2%	73.4%

学校保健統計調査

本市の事業（令和7年度）

歯科健康診断（教育委員会事務局学校安全支援課）

小・中・高等学校において、毎学年学校安全保健法に定期の健康診断を行うことが定められており、歯、口腔の健康診断と必要に応じた子どもへの指導を実施。

小・中学校歯みがき指導（保健所保健予防課）

依頼のあった、小・中学校を訪問し、歯科健康教育と歯みがき指導を実施。

施策の方向性

歯科疾患（むし歯・歯肉炎）予防知識の普及を促進

- ・むし歯や歯肉炎予防の知識の普及を、小・中・高等学校における歯みがき指導等により促進します。
- ・むし歯予防対策として、フッ化物の利用について正しい知識を啓発します。
- ・未成年者への喫煙の害の1つとして、喫煙と歯周病の関係の知識を普及します。

かかりつけ歯科医^{*}を持つことの重要性の啓発を促進

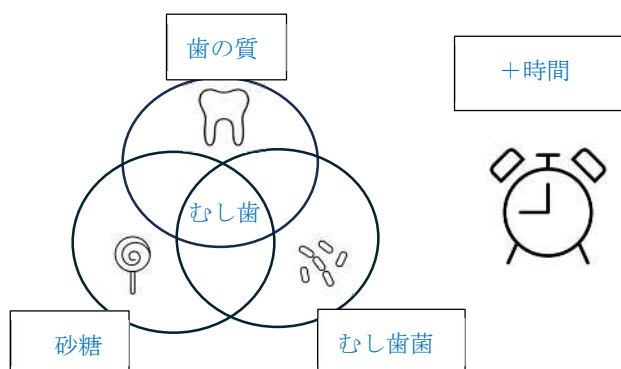
- ・小・中・高等学校で行われる歯科健康診断の結果で、要指導・要治療と判断された生徒が歯科医院を受診し、適切な治療を受ける事の重要性を啓発します。

規則的な食習慣や生活リズムの形成の啓発を促進

- ・学校関係者と連携し、自分にあった歯みがきの方法の習得や、よく噛んで食べる事及び規則的な食習慣や生活リズムを身につける事の重要性や、甘味食品（菓子、飲料等）が歯に与える影響について啓発します。

むし歯の原因を知り、むし歯を予防しましょう！

3つの条件（むし歯菌、歯の質、砂糖）が重なった時、時間の経過とともにむし歯ができます。



条件	予防方法
むし歯菌	むし歯菌を増やさないことが大切です。 ① むし歯がある場合は、歯科医院で治療を行い、続けて定期健診を受けましょう。 ② 歯みがきで、歯垢を落とし、口の中を清潔に保ちましょう。寝ているときは唾液の量が減り、むし歯のリスクが上がるため、夜寝る前は、念入りに磨きましょう。
歯の質	歯の質を強くするため、フッ化物を使うことをおすすめします。 ① フッ化物入りの歯みがき剤を使用する。 ② 歯科医院等で、定期的にフッ化物を塗ってもらう。 ③ フッ化物洗口（フッ化物のぶくぶくうがい）をする。 ※誤飲防止のため、うがいが上手にできる4歳以降が適切です。

砂糖	砂糖はむし歯菌の栄養源になります。砂糖をとる回数が増えると、むし歯になるリスクが高くなります。
時間	だらだらと飲食をすると、口の中が汚れやすくなり、むし歯のリスクが上がります。 時間を決めて食事をしましょう。

●代用甘味料と上手に付き合おう。

代用甘味料とは、砂糖の代わりに使用される甘味物質の総称です。
その中には、甘みがあってもむし歯の原因になりにくい甘味料がありますので、
間食で取り入れてみませんか？

●キシリトールってむし歯にならないの？

代用甘味料の一つであるキシリトールはむし歯にならないって聞いたことありませんか？
キシリトールはむし歯の原因となる酸を作らず、また唾液の分泌を促進し、
お口の中の酸を中和すると言われています。
ただ、キシリトールの取り過ぎはお腹が緩くなることもあるため注意しましょう。

毎日の歯みがきや間食の内容等に気を付け、むし歯を予防しましょう。

(用語説明)

- * 歯肉炎・・・原因菌の感染によって歯ぐきが赤く腫れ、歯肉に炎症が起きている状態をいう。
- * 歯科疾患・・・むし歯や歯周病などのお口の病気のこと。
- * 要精検・・・要精密検査のこと。
- * 処置完了者・・・むし歯の処置がすべて完了している人のこと。
- * 女性ホルモン・・・主にエストロゲンとプロゲステロン。
- * 思春期性歯肉炎・・・思春期に見られる歯肉炎の一種。
- * かかりつけ歯科医・・・地域住民の生涯にわたる口腔機能の維持・向上をめざし、安全・安心な歯科医療を提供する歯科医師をいう。

(3) 青年期 (19 歳～39 歳)

目標

- ・ 歯周炎※ (4 mm以上の歯周ポケットを有する) にかかっている人を減らします。
- ・ 定期的に歯科健診を受診する人を増やします。
- ・ 歯周病※と全身の健康の関わりを知っている人を増やします。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
25 歳で歯周炎 (4 mm以上の歯周ポケットを有する) にかかっている人の減少	46. 5%	40. 0%	節目歯科健診結果 (R6)
30 歳代で歯周炎 (4 mm以上の歯周ポケットを有する) にかかっている人の減少	55. 1%	45. 0%	節目歯科健診結果 (R6)
過去 1 年間に歯科健診を受診した人の増加	54. 3%	80. 0%	健康基礎調査 (R6)
歯間部清掃用具 (デンタルフロス、歯間ブラシ) を使用する人の増加	59. 8%	70. 0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4 : 20 歳～39 歳)
オーラルフレイルを知っている人の増加	12. 2%	50. 0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4 : 20 歳～39 歳)
喫煙と歯周病の関わりを知っている人の増加	52. 7%	75. 0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4 : 20 歳～39 歳)
喫煙者で過去 1 年間に歯科健診を受診した人の増加	37. 1%	60. 0%	健康基礎調査 (R6:20 歳～39 歳)

青年期の特徴

- ・ 青年期の前半は、就職や一人暮らし等の生活環境の変化に伴い、生活習慣が不規則になりやすくむし歯や歯周炎になりやすい時期です。また、学校保健安全法に基づいた歯科健診がなくなり、定期的に歯科健診を受ける機会がなくなる時期です。
- ・ 青年期の後半は、むし歯や歯周炎によって悪化するリスクのある生活習慣病※ (心疾患、糖尿病等) の人が徐々に増加してくる時期です。

現状と課題

- ・20 歳、25 歳、30 歳、35 歳の節目の年齢を対象に、節目歯科健康診査を実施しています。受診率は減少傾向にあるため、節目歯科健康診査の周知及び定期的な歯科健診の必要性の啓発が必要です。（図表 9 を参照）
- ・節目歯科健康診査では、25 歳の半数の人が歯周炎にかかっているため、歯周病予防の知識の普及啓発が必要です。（図表 10 を参照）
- ・セルフケア※としての歯間部清掃用具（デンタルフロス・歯間ブラシ）を使用する人は増加傾向にありますが、6 割前後のため啓発が必要です。（図表 11 を参照）
- ・かかりつけ歯科医による定期的な歯科健診を受けることの重要性の知識の普及が必要です。
- ・口腔の健康と全身の健康との関わり・口腔機能低下・オーラルフレイル※に関する言葉や意味の理解を促進する必要があります。
- ・喫煙者の歯科健診の受診率が低いため、喫煙と歯周病の関係についての知識の普及及び歯科健診受診の啓発が必要です。

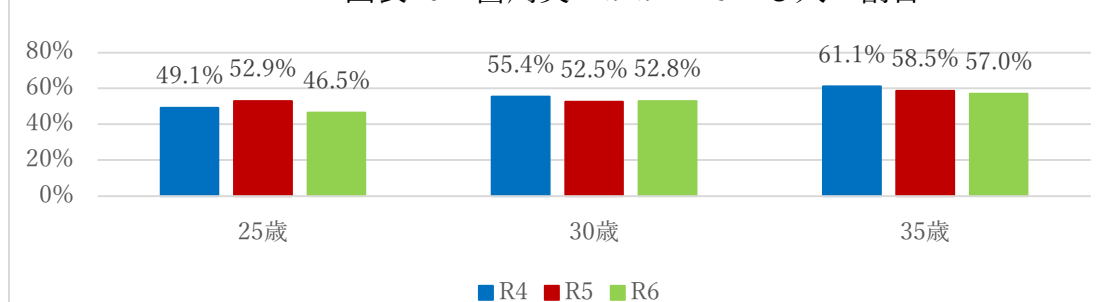
図表9：節目歯科健康診査の受診率

単位（％）

	R1	R2	R3	R4	R5	R6
25 歳				7.1	6.6	6.9
30 歳	10.8	10.2	9.1	7.3	8.8	7.0
35 歳	9.7	9.9	8.4	6.6	9.1	7.7

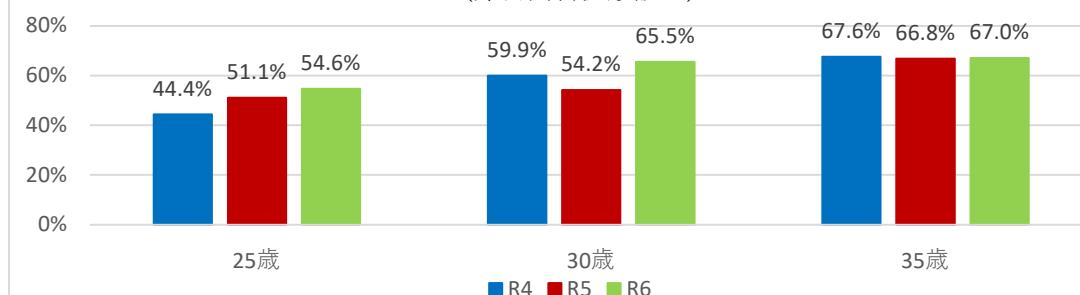
岐阜市節目歯科健康診査

図表10：歯周炎にかかっている人の割合



図表11:デンタルフロスや歯間ブラシを使用する人の割合

(節目歯科健康診査)



本市の事業（令和7年度）
節目歯科健康診査（保健所保健予防課） 青年期の歯科健診の機会を確保し、加齢とともに増加する歯周疾患を予防、健康の保持増進を図るため、20・25・30・35歳を対象に歯科健康診査と歯科保健指導を実施。
地域における健康講話（保健所保健予防課） 地域の公民館等に出張し、歯科疾患予防や口腔ケア [※] 等の歯科健康教育を実施。

施策の方向性

歯肉炎や歯周病予防の知識の普及を促進

- ・「二十歳のつどい」でチラシを配布するなど、習慣的な歯みがきやセルフケアとしてのデンタルフロス等の使用、かかりつけ歯科医による定期的な歯科健診を受けることの重要性の知識の普及を促進します。
- ・喫煙と歯周病の関係の知識を普及します。
- ・乳幼児歯科健診、保育所（園）・幼稚園等を通じて親世代への知識を普及します。

口腔の健康と全身の健康との関わり・口腔機能低下・オーラルフレイルに関する知識の普及を促進

- ・地域における健康講話等において、オーラルフレイルの意味を理解し、意識の醸成を図ることを推進します。

定期的に歯科健診を受けましょう！

むし歯や歯周病の初期段階は痛みや自覚症状がほとんどなく、自覚症状が現れる頃には進行していることが多いです。また、歯周病は、肺炎、糖尿病、心筋梗塞、脳梗塞などの全身の病気に関連していると言われています。

むし歯や歯周病を予防するためには…

① 毎日の歯みがきを丁寧に行う

歯ブラシは鉛筆を持つように握り、細かく振動するように動かし、力を入れすぎないように磨きましょう。また、毎日の歯みがきに「フロス」や「歯間ブラシ」をプラスし、歯と歯の間の歯垢を取り除き、特に寝る前の歯みがきは念入りに行いましょう。

② 歯科医院で定期健診を受ける

自覚症状がなくても、むし歯や歯周病の早期発見のために、半年に一度は、歯科医院で口の状態を確認してもらうことが大切です。また、毎日の歯みがきだけでは取り切れない、歯垢や歯石をきれいに除去してもらいましょう。

岐阜市では、20 歳から 70 歳までの 5 歳刻みの年齢の方を対象に、「節目歯科健康診査」を実施しています。

【健診内容】

- ・むし歯、歯周病などの診査
- ・噛み合わせ、口の粘膜の状況
- ・歯垢や歯石の付着状況
- ・歯みがき指導 など

オーラルフレイルを知っていますか？

加齢に伴い、要介護状態につながる高齢者の心身の虚弱を「フレイル」といい、口の機能が衰えることをオーラルフレイルといいます。

オーラルフレイルは、全身のフレイルを引き起こす原因の 1 つになりやすいため、その予防をすることが大切です。

早めに気づき、対処することで予防ができ、健康な状態に近づけることができます。

あなたは大丈夫ですか？ オーラルフレイルチェック

☐ 自分の歯の本数は 0 ～ 19 本ですか？

（さし歯や金属を被せた歯は自分の歯として数えます。インプラントは自分の歯として数えません。）

☐ 半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか？

☐ お茶や汁物でむせることがありますか？

☐ 口の渇きが気になりますか？

☐ 普段の会話で、言葉をはっきり発音できないことがありますか？

※ 5 つの項目のうち、2 つ以上該当する場合はオーラルフレイルの可能性が高いです。

オーラルフレイルを予防するためには…

- ・口の中を清潔に保つ
- ・定期的に歯科医院で歯科健診を受ける
- ・意識的に外出をする機会を増やし、人と話す機会を作る
- ・噛みごたえのあるものをよく噛んで食べる

(用語説明)

* 歯周炎・・・歯を支える歯ぐきや骨などの組織に炎症が起きている状態のこと。

* 歯周病・・・歯の周りの組織に炎症がおきている歯肉炎や歯周炎の総称のこと。

* 生活習慣病・・・食事、運動、喫煙、飲酒等の生活習慣が要因となり発症する疾病のこと。

* セルフケア・・・自分で行う歯みがき等の口腔ケア。

* オーラルフレイル・・・加齢に伴い口の機能が衰え始める初期段階の状態で「口のフレイル（虚弱）」のこと。

* 口腔ケア・・・歯や口の中を清潔に保つだけでなく、口腔機能の維持・回復、全身の健康や生活の質の向上を目指すケアの総称のこと。

(4) 壮年期 (40 歳～64 歳)

目標

- ・40 歳で歯周炎 (4 mm以上の歯周ポケットを有する) にかかっている人を減らします。
- ・オーラルフレイルを知っている人を増やします。
- ・定期的に歯科健診を受診する人を増やします。
- ・歯周病と全身の健康の関わりを知っている人を増やします。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
40 歳代で歯周炎 (4 mm以上の歯周ポケットを有する) にかかっている人の減少	57.5%	50.0%	節目歯科健診結果 (R6)
過去 1 年間に歯科健診を受診した人の増加	51.4%	80.0%	健康基礎調査 (R6)
歯間部清掃用具 (デンタルフロス、歯間ブラシ) を使用する人の増加	68.2%	75.0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4)
60 歳で 24 本以上自分の歯を有する人の増加	91.4%	95.0%	節目歯科健診結果 (R6)
オーラルフレイルを知っている人の増加	18.5%	55.0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4)
糖尿病と歯周病の関わりを知っている人の増加	72.8%	80.0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4)
喫煙と歯周病の関わりを知っている人の増加	55.6%	75.0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4)
8020 運動※を知っている人の増加	63.3%	75.0%	岐阜県成人歯科保健実態アンケート (R4)

壮年期の特徴

- ・加齢に伴い、歯周病にかかる人は増える時期です。
- ・むし歯や歯周病で自分の歯を失うことにより、咀嚼の機能が低下する人が増える時期です。
- ・糖尿病、肥満などの生活習慣病を有する人が増え、それに伴い口腔状態が悪化する人が増えます。
- ・歯周病は全身の健康と大きく関わるため、生活習慣などを見直し、むし歯や歯周病を予防することが重要です。

現状と課題

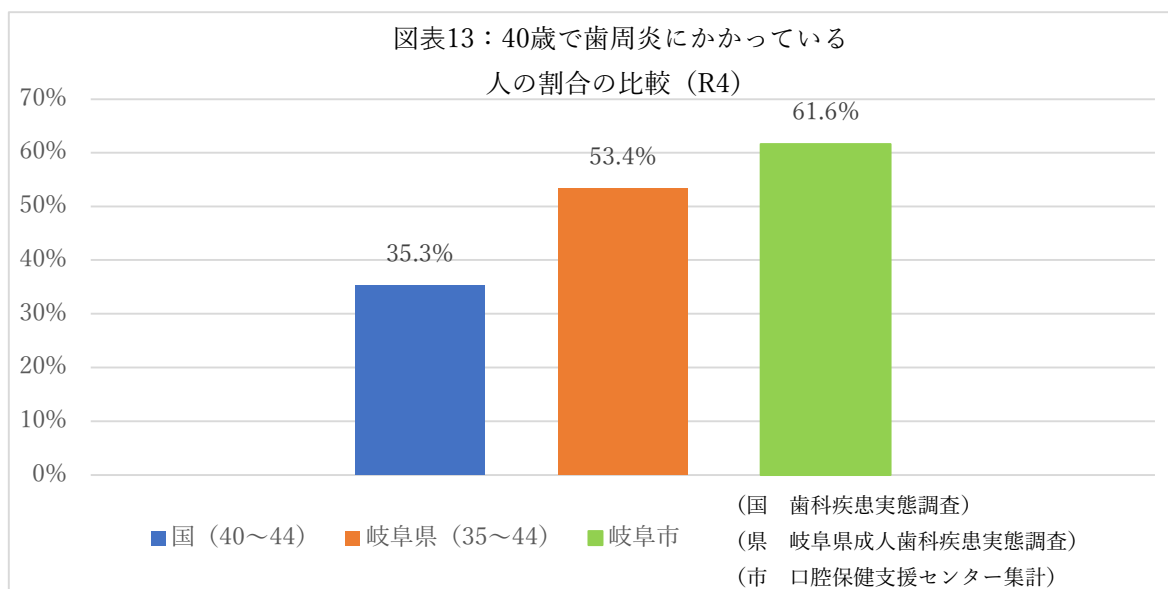
- ・40歳、45歳、50歳、55歳、60歳の節目の年齢を対象に、節目歯科健康診査を実施しています。受診率は減少傾向にあるため、節目歯科健診の周知及び定期的な歯科健診の必要性の啓発が必要です。（図表12を参照）
- ・40歳で歯周炎（4mm以上の歯周ポケットを有する）にかかっている人は、全国、岐阜県と比較しても高い状況となっており、歯周病予防の知識の普及が必要です。（図表13を参照）
- ・セルフケアとしての歯間部清掃用具（デンタルフロス・歯間ブラシ）を使用する人は増加傾向にありますが7割前後のため、さらなる啓発が必要です。（図表14を参照）
- ・むし歯や歯周炎の予防のため、歯間部清掃用具（デンタルフロス・歯間ブラシ）を用いたセルフケアの重要性の啓発が必要です。
- ・歯科医師・歯科衛生士による歯石除去及び歯面清掃等のプロフェッショナルケア※の重要性の啓発が必要です。
- ・自身の口腔機能の維持や低下を予防するため、口腔の健康と全身との関わり・口腔機能低下・オーラルフレイルに関する知識の普及が必要です。

図表12：節目歯科健康診査の受診率

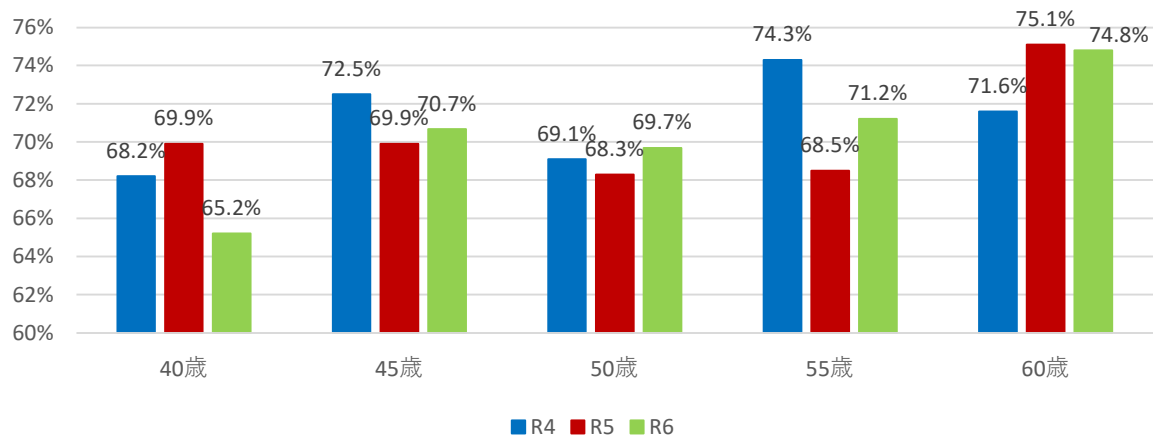
単位（％）

	R1	R2	R3	R4	R5	R6
40歳	11.6	11.8	9.6	7.5	6.8	8.3
45歳	8.6	8.3	7.6	7.4	6.8	8.0
50歳	12.1	11.3	10.2	8.5	7.8	9.0
55歳	10.5	10.5	9.5	8.3	8.8	10.8
60歳	13.3	12.3	12.6	10.4	9.8	9.5

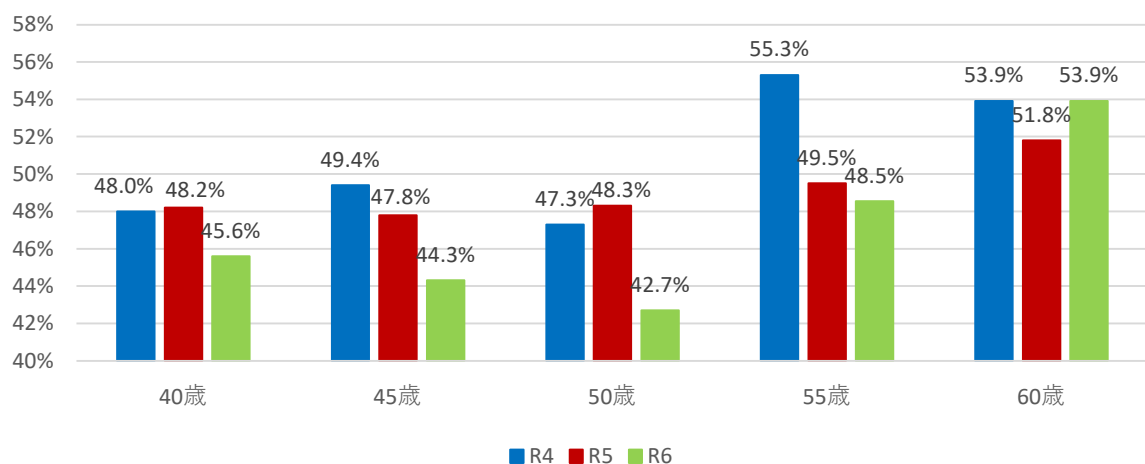
岐阜市節目歯科健康診査



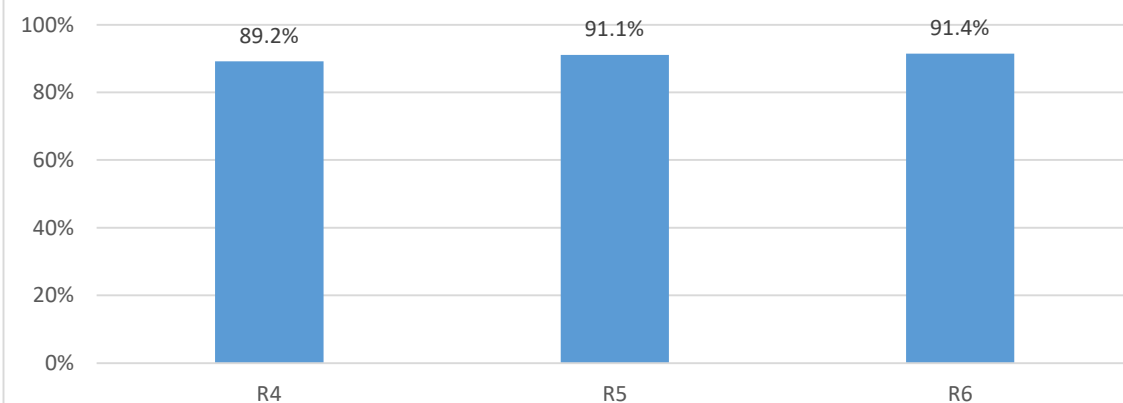
図表14：デンタルフロスや歯間ブラシを使用する人の割合
(節目歯科健康診査問診)



図表15：過去1年以内に歯科健診を受けた者の割合
(節目歯科健康診査問診)



図表16：60歳で24本以上自分の歯を有する者の割合
(節目歯科健康診査)



本市の事業（令和7年度）	
節目歯科健康診査（保健所保健予防課）	
壮年期の歯科健診の機会を確保し、加齢とともに増加する歯周疾患を予防、健康の保持増進を図るため、40・45・50・55・60歳を対象に歯科健診と歯科保健指導を実施。	
地域における健康講話（保健所保健予防課）	
地域の公民館等に出張し、歯科疾患予防や口腔ケア、オーラルフレイル予防等の歯科健康教育を実施。	

施策の方向性

歯周病予防の知識の普及を促進

- ・節目歯科健康診査や地域における健康講話等において、歯ブラシや歯間ブラシ等を用いたセルフケアの重要性の啓発をし、むし歯や歯周病予防の取り組みを推進します。
- ・節目歯科健康診査や地域における健康講話等において、かかりつけ歯科医を持ち歯科医師・歯科衛生士による歯石除去及び歯面清掃等のプロフェッショナルケアの重要性を啓発します。
- ・喫煙によって歯周病が悪化することについて周知します。

口腔の健康と全身との関わり・口腔機能低下・オーラルフレイルに関する知識の普及を促進

- ・地域における健康講話等において、歯周病と糖尿病等をはじめとする基礎疾患と口腔の健康との関わりやオーラルフレイル予防の知識を普及し、自身の口腔の健康や口腔機能の維持や低下に関心が持てるよう啓発します。

（用語説明）

*8020 運動・・・・・・・・・・「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」という運動のこと。

*プロフェッショナルケア・・・歯科医師や歯科衛生士が行う歯石除去や歯のクリーニング、フッ化物歯面塗布等のこと。

(5) 高齢期 (65 歳～)

目標

- ・オーラルフレイルを知っている人を増やします。
- ・定期的に歯科健診を受診する人を増やします。
- ・80 歳で自分の歯が 20 本以上ある人を増やします。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
過去 1 年間に歯科健診を受診した人の増加	56.8%	85.0%	健康基礎調査 (R6)
オーラルフレイルを知っている人の増加	19.8%	60.0%	岐阜県成人歯科 保健実態アンケ ート (R4)
80 歳で自分の歯が 20 本以上ある人の増加	71.7%	80.0%	ぎふ・さわやか 口腔健診結果 (R6)
8020 運動を知っている人の増加	67.6%	80.0%	岐阜県成人歯科 保健実態アンケ ート (R4)
ぎふ・さわやか口腔健診を受診する人の増加	8.4%	13.0%	ぎふ・さわやか 口腔健診結果 (R6)
糖尿病と歯周病の関係を知っている人の増加	71.8%	80.0%	岐阜県成人歯科 保健実態アンケ ート (R4)
喫煙と歯周病の関係を知っている人の増加	50.8%	75.0%	岐阜県成人歯科 保健実態アンケ ート (R4)

高齢期の特徴

- ・加齢に伴い、摂食・嚥下機能※が低下しオーラルフレイルになりやすくなります。
- ・口腔機能の低下に伴い、噛む力や飲み込む力が衰え、誤嚥性肺炎※を引き起こしやすくなります。

現状と課題

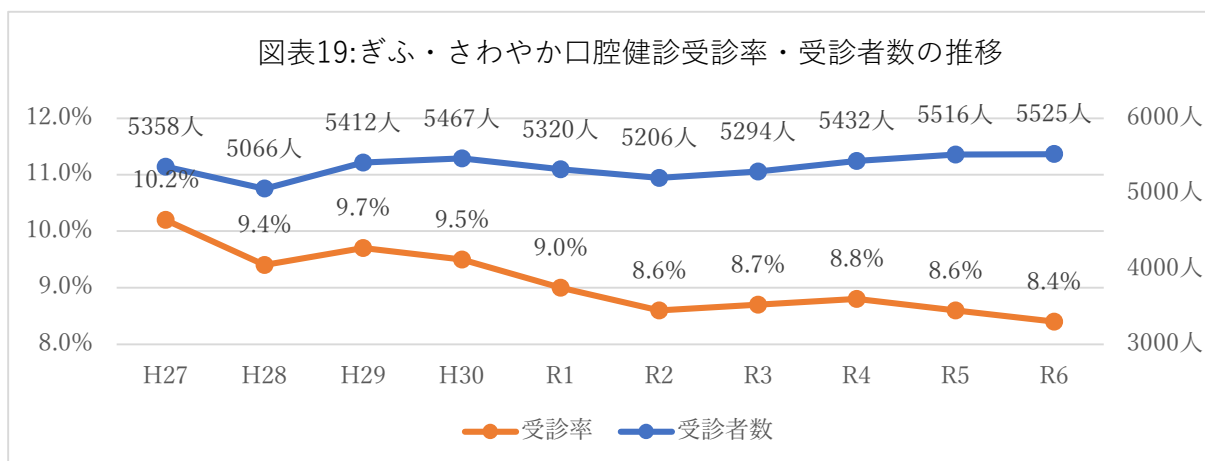
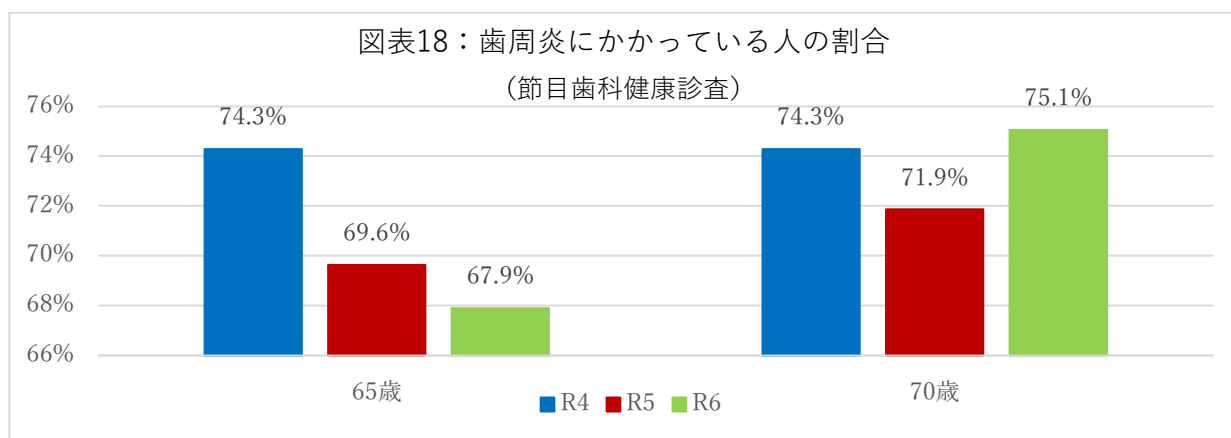
- ・オーラルフレイルを知っている人が 19.8%であり、さらなる知識の普及啓発が必要です。
- ・自分の歯をより多く保有する人は増加しています。
- ・節目歯科健康診査の受診率は 10%前後と減少傾向にあるため、節目歯科健康診査の周知及び定期的な歯科健診の必要性の啓発が必要です。(図表 17 を参照)

- ・ 65 歳、70 歳では、節目歯科健康診査で歯周炎にかかっている者は 70%前後となります。(図表 18 を参照)
- ・ 75 歳以上を対象として、ぎふ・さわやか口腔健診を実施しています。受診者数は、ほぼ横ばいで推移していますが、対象者数が増加傾向にあるため、受診率の増加は見られません。継続した受診勧奨が必要です。(図表 19 を参照)
- ・ 口腔の健康と全身との関わりについて啓発が必要です。
- ・ 摂食・嚥下機能の低下など、口腔機能の低下やオーラルフレイルが起こりやすくなります。
- ・ 口腔機能低下症*やオーラルフレイルに関する情報提供を行い、それを自ら実践できるよう啓発が必要です。
- ・ 加齢や歯周病の進行に伴い歯肉が下がり、根面う蝕*が増加傾向にあるため、根面う蝕予防の知識の普及啓発が必要です。

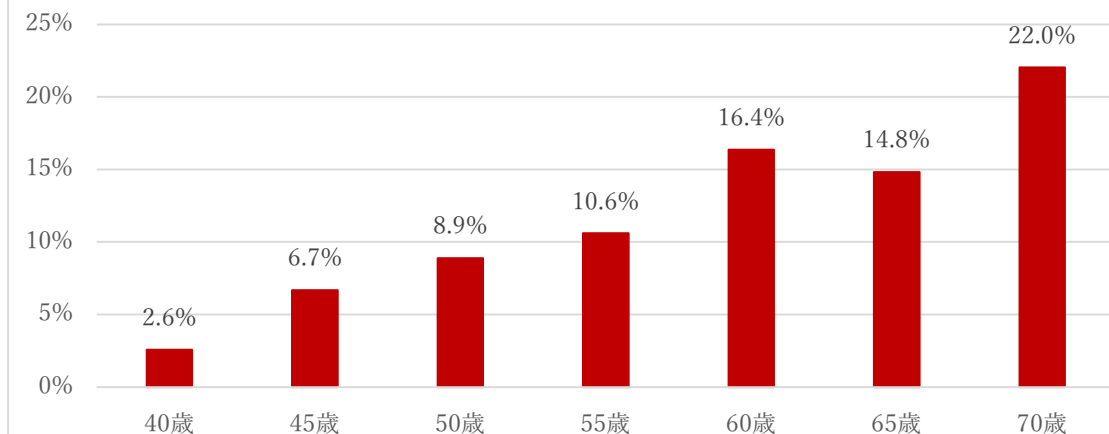
図表17：節目歯科健康診査の受診率 単位（％）

	R1	R2	R3	R4	R5	R6
65歳	11.4	11.8	11.4	10.7	10.8	10.3
70歳	13.2	12.6	11.1	10.0	10.4	10.0

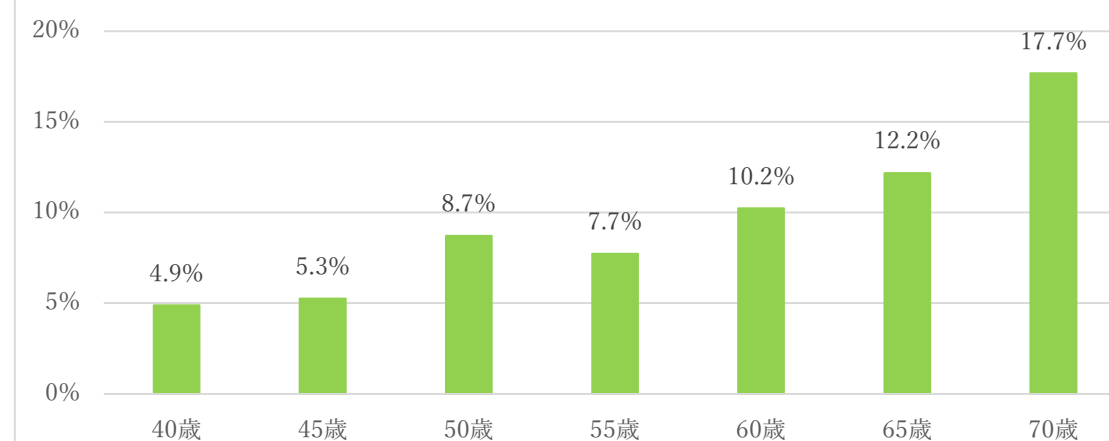
岐阜市節目歯科健康診査



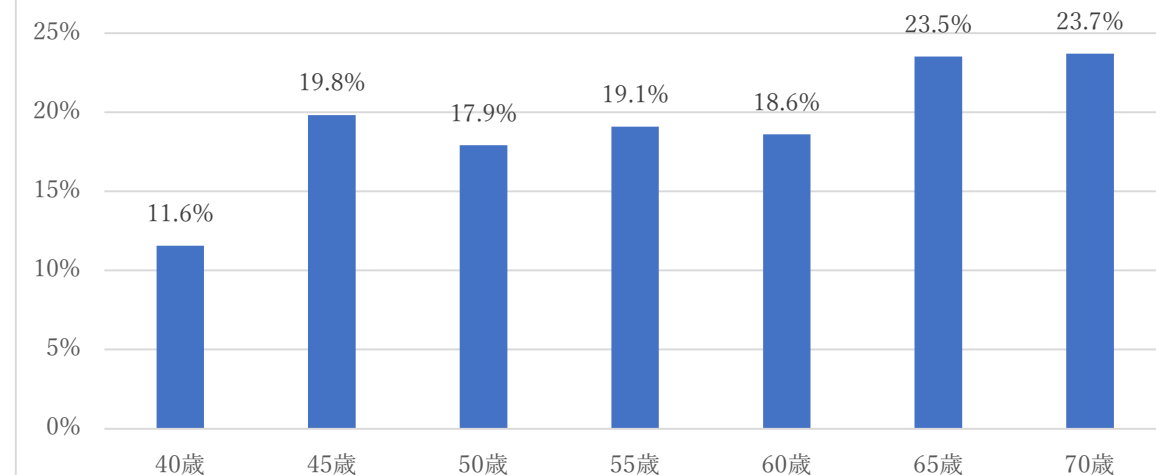
図表20：固いものが食べにくい人の割合
(R6節目歯科健康診査問診)

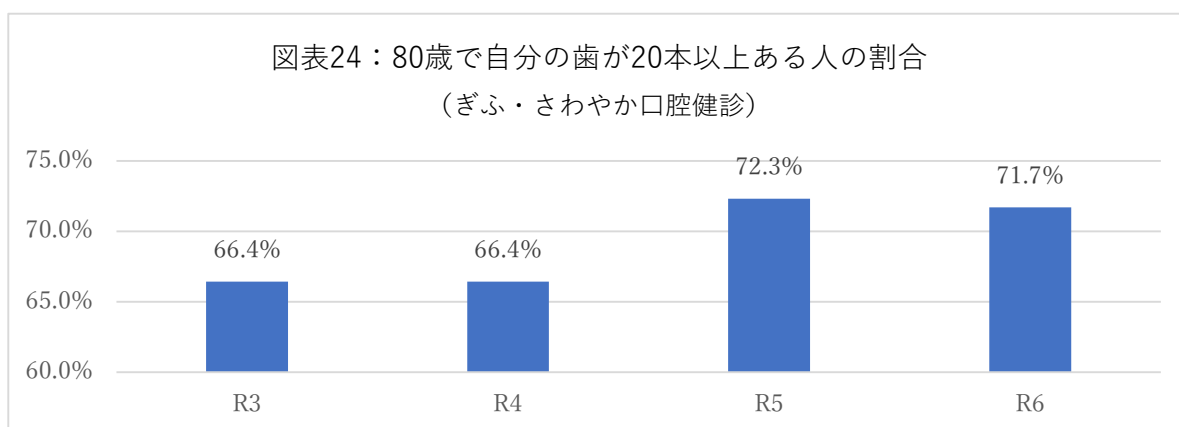
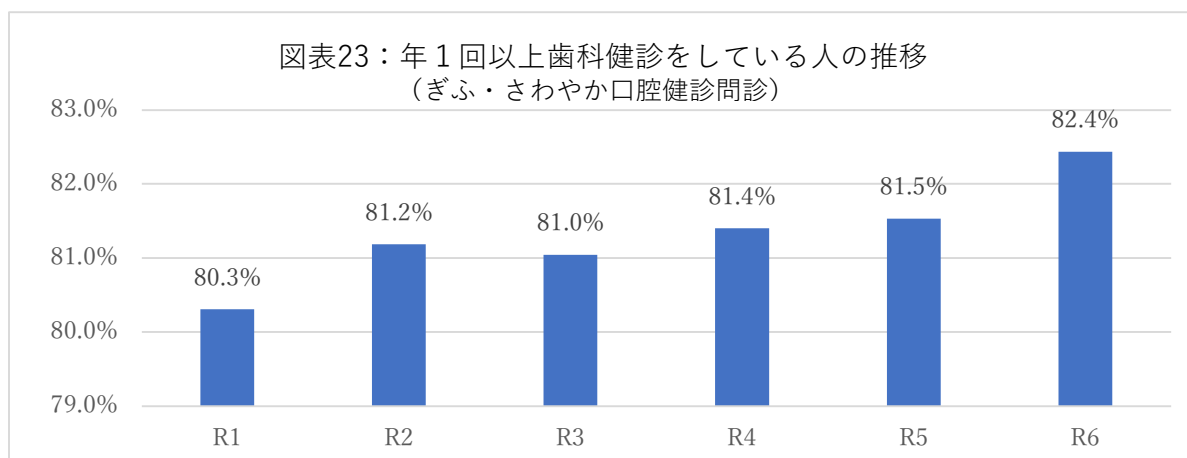


図表21：お茶や汁物でむせることのある人の割合
(R6節目歯科健康診査問診)



図表22：口が渇きやすい人の割合
(R6節目歯科健康診査問診)





本市の事業（令和7年度）	
節目歯科健康診査（保健所保健予防課）	
高齢期の歯科健診の機会を確保し、加齢とともに増加する歯周疾患を予防、健康の保持増進を図るため、65・70歳を対象に歯科健診と歯科保健指導を実施。	
おいしく食べよう教室（福祉部高齢福祉課）	
口腔機能が低下している対象者に対して、摂食・嚥下機能訓練、口腔清掃の自立支援等を実施し、口腔機能の維持・向上を目指すため、歯科医師と歯科衛生士が、口腔の健康や機能を保つための教室を開催。	
お口の健康講座（福祉部高齢福祉課）	
口腔機能が低下している者やその支援者等に向けて、歯科医師や歯科衛生士が口腔の健康や機能を保つためのポイントを伝える講演会を実施。	
ぎふ・さわやか口腔健診（福祉部福祉医療課）	
後期高齢者医療制度に加入している人を対象に、歯科健診と歯科保健指導を実施。	
オーラルフレイル予防事業（福祉部福祉医療課）	
高齢者のオーラルフレイル予防の普及、口腔機能の低下を防止するため、歯科医師や歯科衛生士が健康教育や口腔体操等を実施。	
地域における健康講話（保健所保健予防課）	
地域の公民館等に出張し、口腔機能を維持するため、口腔ケアや誤嚥性肺炎、オーラルフレイル予防等の歯科健康教育を実施。	

施策の方向性

口腔の健康と全身との関わり・口腔機能低下・オーラルフレイルに関する知識の普及を促進

- ・地域における健康講話等において、歯周病と糖尿病、歯周病と喫煙等をはじめとする口腔の健康と全身との関わりについての知識を普及し啓発をします。
- ・おいしく食べよう教室やぎふ・さわやか口腔健診等において、口腔機能低下症やオーラルフレイルに関する情報提供を行い、それを自ら実践できるよう啓発を促進していきます。

口腔機能の維持を目指した取り組みを促進

- ・おいしく食べよう教室や地域における健康講話等において、口腔機能の維持による「おいしく食べられる」、「楽しく話せる」といった社会参加が継続的に実施できるよう啓発します。

誤嚥性肺炎に要注意！

誤嚥性肺炎とは、細菌が唾液や食べ物などと一緒に気管支や肺に入ることによって起こる肺炎で、飲み込む力が低下した高齢者に起こりやすい病気です。

肺炎と聞くと、歯科とは関係がないように思えますが、口の中の細菌が誤嚥性肺炎を引き起こすことが多いため、口の中が清潔でないと、発症するリスクが高くなります。口の中を清潔に保ち、誤嚥性肺炎を予防しましょう。

入れ歯のお手入れ方法

●食後の洗浄

入れ歯は口から外し、水を流しながら入れ歯専用のブラシか、歯ブラシで洗う。

●就寝前の洗浄

入れ歯をきれいに洗ったあとは、乾燥しないように水に浸しておきましょう。

間違った保管やお手入れをしていませんか？

✕歯みがき剤をつけて磨く

→歯みがき剤の中の研磨剤によって、入れ歯に傷がつきます。

臭いや汚れが気になる場合は、ブラシで磨いた後に入れ歯洗浄剤を使用しましょう。

✕熱湯で洗う

→入れ歯は熱に弱く、変形することがあるため、水で洗いましょう。

✕乾燥させる

→入れ歯は乾燥に弱いので、変形や割れる原因になります。

寝る前など長時間外す場合は、水に浸しておきましょう。

食事を美味しく食べ、楽しく会話するために、お口の機能を高めましょう。

●舌やお口周りの体操（口や口の周囲の動きをよくする）

- ・頬をふくらませたり、すぼめたりします。
- ・口を大きく開けて、舌を出したり、引っこめたりします。
- ・舌を出して上下左右に動かします。
- ・口を閉じて口の中で舌を上下左右に動かします。

●パタカラ体操（飲み込む力を高める）

はっきりとした発音で「パ」「タ」「カ」「ラ」と、繰り返します。

●唾液腺マッサージ（唾液の分泌をよくする）



じ か せん
耳下腺

人差し指から小指までの4本の指を頬に当て、後ろから前に向かって回します。



がっ か せん
顎下腺

親指を顎の下の方の柔らかい部分に当て、耳の下から顎の下まで5か所くらい順番に押します。



ぜっ か せん
舌下腺

両手の親指をそろえて、顎の下に当て、突き上げるようにゆっくりと押します。

（用語説明）

※摂食・嚥下機能・・・食べ物を認識してから口に運び噛み砕き、飲み込み食道から胃におくる一連の動作のこと。

※誤嚥性肺炎・・・飲み込む力が衰えることで、細菌が飲食物と一緒に誤って気管支や肺に流れ込んで発症する肺炎のこと。

※口腔機能低下症・・・加齢や病気、薬の副作用など様々な原因によって、口腔機能が低下した状態。

※根面う蝕・・・露出した歯の根元にできるむし歯のこと。

(6) 全てのライフステージにおける共通の取り組み

目標

- ・かかりつけ歯科医をもつ人を増やします。
- ・歯・口腔の健康づくりに関する正しい知識をもち、自ら実践する人を増やします。

施策の方向性

かかりつけ歯科医により、定期的な歯科健診の重要性の普及啓発

- ・かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科健診を受診する必要性の普及を促進します。
- ・歯科医師や歯科衛生士による、歯石除去やクリーニングなどのプロフェッショナルケアを受ける事の重要性を啓発します。

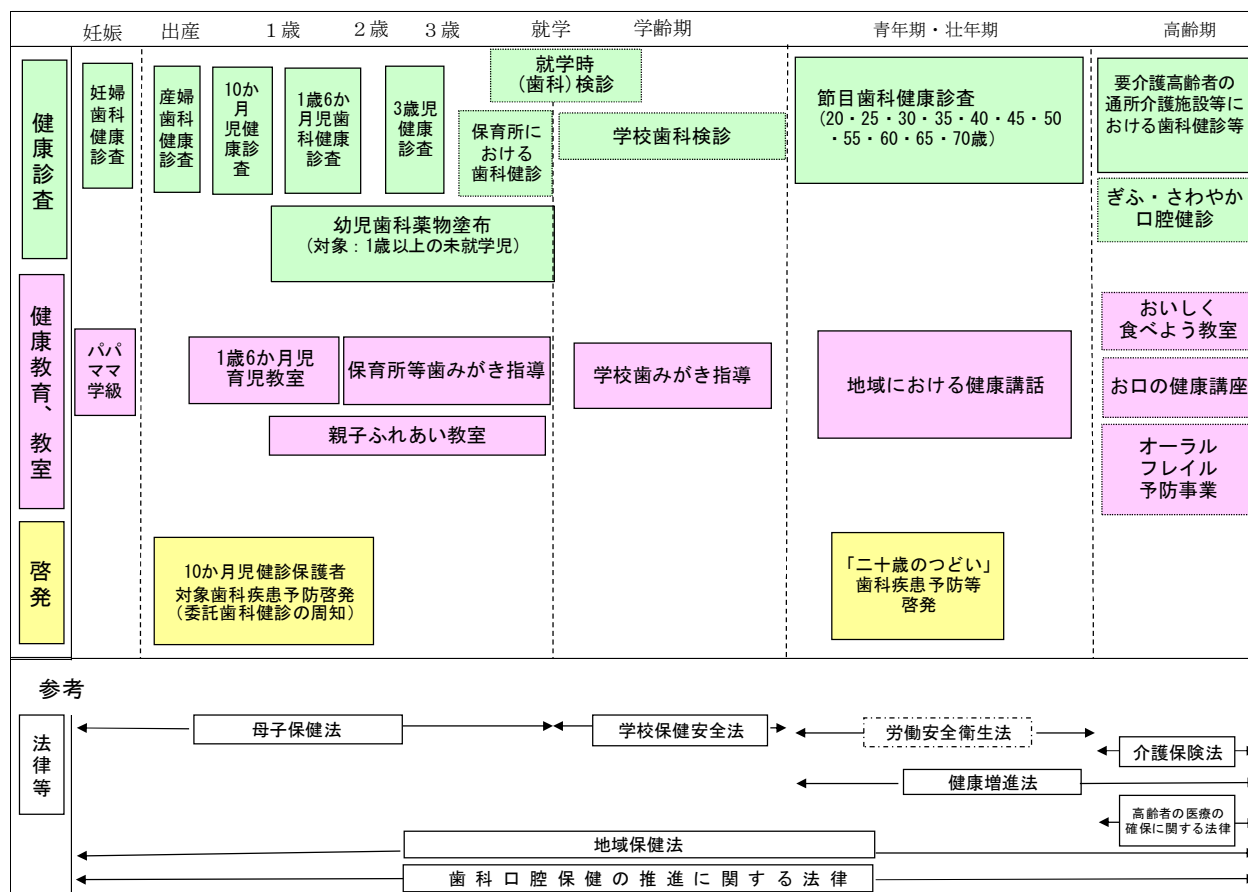
自らが実践する歯科疾患予防（むし歯・歯周病）の普及

- ・市民自らが、自分に合ったセルフケアが実践できるよう知識の普及を促進します。

口腔機能の形成、発達、維持、向上の知識の普及

- ・食べる、飲み込むなどの口腔機能を身につける乳幼児期から、健康寿命を伸ばし生活の質の維持向上が大切な高齢期まで、口腔機能に関する知識の普及を促進します。

●本市の取組



基本的事項 2

配慮の必要な状況にある者への歯・口腔の健康づくりに関する取り組みを推進する。

(1) 妊産婦

目標

- ・ 歯周炎（4 mm以上の歯周ポケットを有する）にかかっている妊産婦を減らします。
- ・ 歯科健診を受診する妊産婦を増やします。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
妊婦歯科健康診査を受診する人の増加	43.2%	50.0%	妊婦歯科健診 結果 (R6)
妊婦歯科健康診査で歯周炎（4 mm以上の歯周ポケットを有する）にかかっている人の減少	55.6%	50.0%	妊婦歯科健診 結果 (R6)
産婦歯科健康診査を受診する人の増加	30.2%	40.0%	産婦歯科健診 結果 (R6)
産婦歯科健康診査で歯周炎（4 mm以上の歯周ポケットを有する）にかかっている人の減少	51.0%	45.0%	産婦歯科健診 結果 (R6)
早産※や低出生体重児※と歯周病の関係を知っている妊婦の増加	77.4%	85.0%	口腔保健支援セ ンター調査 (R7)

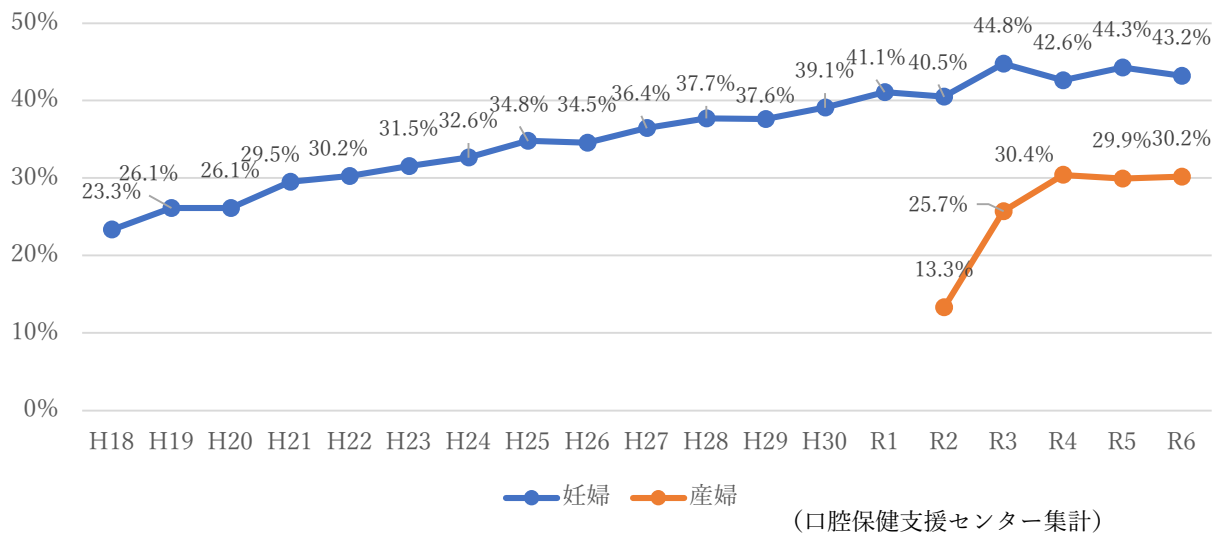
妊産婦の特徴

- ・ 妊娠中や産後は、女性ホルモンバランスの変化やつわりなどで食生活や生活環境が大きく変化するため、むし歯や歯周病にかかりやすくなります。
- ・ 妊婦が歯周病にかかっていると、早産や低出生体重児につながる可能性があります。

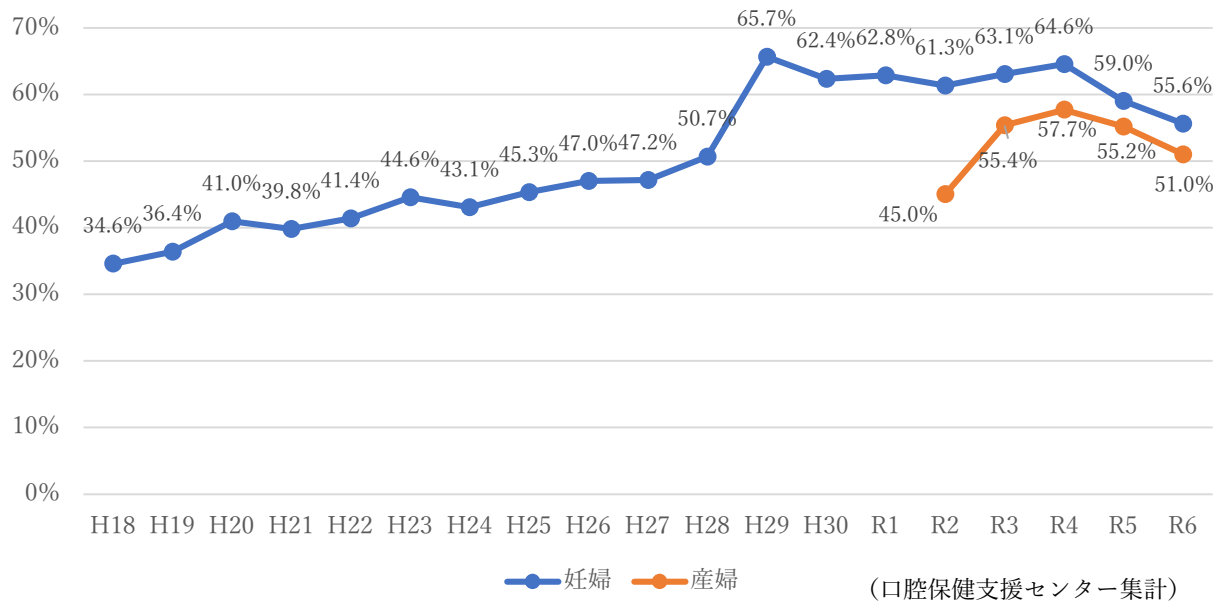
現状と課題

- ・ 各保健センターのパパママ学級において、妊婦及びそのパートナーを対象に、むし歯や歯周病等の歯科疾患予防や口腔ケアの必要性などに関する歯科健康教育を実施しています。
- ・ 妊婦歯科健康診査及び産婦歯科健康診査の受診率は年々増加しています。（図表 25 を参照）
- ・ 歯周炎にかかっている妊婦、産婦ともに増加傾向にあります。（図表 26 を参照）
- ・ むし歯や歯周病に罹患し易い妊産婦の健診の機会を増やし、歯科疾患を予防する必要があり、歯科健診を受診しやすい環境の整備や事業のさらなる周知が必要です。
- ・ 妊婦や産婦及びそのパートナーに対して、歯科疾患予防やセルフケアの知識普及、また生まれてくる子に対しての歯のケア等の知識の普及啓発が必要です。

図表25：妊婦・産婦歯科健康診査受診率の推移



図表26：妊婦・産婦歯科健康診査で歯周炎にかかっている人の推移



本市の事業（令和7年度）

パパママ学級（中・南・北保健センター）

妊婦とそのパートナーを対象に、妊娠・出産・育児について、保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士が健康教育を実施。

妊婦歯科健康診査（保健所保健予防課）

妊娠中に発症しやすい歯科疾患の改善及び予防を図るため、歯科健診と歯科保健指導を実施。

産婦歯科健康診査（保健所保健予防課）

産後の生活環境の変化により発症しやすい歯科疾患等の予防及び子のむし歯予防を図るため、歯科健診と歯科保健指導を実施。

施策の方向性

妊産婦が歯科健診に行きやすい環境の整備を促進

- ・ パパママ学級や乳幼児歯科健康診査において、妊婦及び産婦歯科健康診査の必要性を啓発し、受診勧奨を促進します。
- ・ 医療機関と連携し、チラシ等の配布により妊婦歯科健康診査受診者に、産婦歯科健康診査等の必要性を啓発し、受診勧奨を促進します。

歯科疾患予防や口腔ケアの知識普及を促進

- ・ パパママ学級や乳児歯科健康診査において、歯周病が胎児に及ぼす影響の知識の普及を促進します。

妊娠するとむし歯や歯周病になりやすくなる？

妊娠中はつわりの影響で、一度に食事をとることが難しく、食事の回数が増えやすくなることや、歯ブラシを口に入れるだけで気持ち悪く、歯みがきが十分に出来ないなど、口の中の清潔を保つことが難しく、むし歯や歯周病になりやすくなります。また、女性ホルモンバランスの変化により、歯肉の腫れや出血が起こりやすくなります。妊娠中に歯周病が進行すると、低出生体重児や早産のリスクが高くなることがあります。

つわりで歯みがきが難しい場合

- ・ 小さいサイズの歯ブラシを使用する
- ・ 歯磨き粉はつけすぎない（なしでも大丈夫です）
- ・ 毎食後に洗口液などでうがいをする

岐阜市では、無料で妊婦歯科健康診査及び産婦歯科健康診査を実施しています。母子健康手帳にとじ込みの受診券を利用して、市内の委託歯科医療機関で口の状態をチェックしてもらいましょう。

(用語説明)

※早産・・・正期産以前の出産で、妊娠 22 週 0 日から妊娠 36 週 6 日までの出産のこと。

※低出生体重児・・・体重 2,500 グラム未満の出生児のこと。

(2) 障がい者（児）、介護を必要とする者

目標

- ・ 定期的な歯科健診や適切な歯科医療サービスを受けやすい環境の整備を推進します。
- ・ 口腔ケアの重要性を啓発します。

目標項目	現状値	目標値 (R17)	根拠資料
年に 1 回以上は歯科健診を実施する障がい者 支援施設の増加	100%	100%	岐阜県調査 (R4)
年に 1 回以上は歯科健診を実施する介護保険 施設の増加	48.3%	60.0%	岐阜県調査 (R4)
口腔ケアが行われている介護保険施設の増加	72.4%	80.0%	岐阜県調査 (R4)

障がい者（児）、介護を必要とする者の特徴

障がい者（児）

- ・ 一般的に、口腔内の状況はあまり良くない場合が多く、むし歯や歯周病、摂食・嚥下機能の障害などの症状が多くみられます。障がいの原因によって、口腔内の状態は様々です。
- ・ 歯科受診が困難である場合は、治療の遅れから重症化しやすい傾向にあります。

介護を必要とする者

- ・ 一般的に、口腔内の状況は良くなく、むし歯や歯周病、摂食・嚥下機能の障害などの症状が多くみられます。
- ・ 自分で歯みがきをすることが困難である場合は、口腔内が不衛生になりやすく誤嚥性肺炎等のリスクが高くなる恐れがあります。
- ・ 摂食・嚥下機能の低下により、低栄養や水分の摂取不足になることがあります。
- ・ 歯科受診が困難である場合は、治療の遅れから重症化しやすい傾向にあります。

現状と課題

- ・ 歯科健診を受診しやすい環境の整備が必要です。
- ・ 口腔の管理や治療が困難な場合が多く、むし歯や歯周病等が重症化しやすいため、口腔ケア等の知識の普及啓発が必要です。
- ・ 在宅における障がい者（児）、介護を必要とする者への口腔保健施策が課題となっています。
- ・ 根面う蝕に対する予防の知識の普及啓発が必要です。
- ・ 歯科疾患予防まで手が回らず、症状が悪化して治療に至るケースが散見されます。障がい者（児）、介護を必要とする者への口腔の実態把握及び口腔ケア等の知識の普及が必要です。

施策の方向性

- ・ 歯科健診や歯科保健サービスを必要としている者が受診しやすい環境を整備するため、関係機関と連携を図ります。
- ・ 障がい者支援施設等と連携し、障がい者（児）、介護を必要とする者に対する口腔ケア等の知識の普及を促進します。
- ・ 通院が困難な障がい者（児）、介護を必要とする者への歯科健診受診の機会を確保するとともに、口腔ケア等の知識の普及を促進します。
- ・ 障がい者（児）支援施設、介護施設等の職員等に対して、歯科疾患予防等に関する知識を普及啓発します。

基本的事項 3

全ての市民が生涯にわたって歯・口腔の健康づくりを進めるために必要な社会環境の整備を推進する。

(1) 歯・口腔の健康づくりに関する情報提供及び知識の普及啓発

現状と課題

- ・市が実施している歯科健診等のさらなる事業の周知及び広報手段の検討が必要です。
- ・歯・口腔の健康づくりに関する知識の普及を促進します。
- ・歯科医療機関や歯科健診に行きやすい環境整備と、その機会を利用した口腔保健についての知識の普及啓発が必要です。
- ・教育機関・福祉施設等への歯・口腔の健康についての情報提供により連携を図ることが必要です。
- ・8020 運動を知っている人、全身の健康と口腔の健康との関わりを知っている人が 6 割前後、オーラルフレイルに関する知識を持っている人の割合が 2 割未満などの状況を踏まえ、歯科疾患予防や口腔機能の維持・向上に関するさらなる普及啓発が必要です。

施策の方向性

歯科医療機関や歯科健診に行きやすい環境整備と、その機会を利用した口腔保健についての知識の普及啓発

- ・妊婦・産婦歯科健康診査、節目歯科健康診査、ぎふ・さわやか口腔健診の受診勧奨及び歯科疾患予防の知識の普及啓発を推進します。
- ・市ホームページ、広報ぎふ、SNS 等を利用した歯科健診の案内や、ナッジ理論[※]を活用した効果的な受診勧奨を実施します。

教育機関・福祉施設等への歯・口腔の健康についての情報提供

- ・保育所（園）、幼稚園、小・中・高等学校、障がい者（児）、介護保険施設等と連携し、むし歯や歯周病予防の知識や口腔機能の維持・向上のための情報提供を行います。

(2) 災害、感染症拡大等に備えた体制の整備

現状と課題

- ・災害、感染症拡大等においては、環境の変化によるストレス、低栄養、持病の悪化等、歯・口腔の健康のみでなく、全身状態への多面的なアプローチとして歯科医療関係者、関係団体、行政等による多職種連携及び体制整備が必要です。
- ・避難者の健康状態を維持するための口腔ケア及び治療可能な体制整備が必要です。

施策の方向性

- ・災害、感染症拡大等に備えた歯科医療関係者、関係団体、行政等による多職種連携及び体制を整備します。
- ・避難者の健康状態を維持するため誤嚥性肺炎の予防や口腔ケア及び治療可能な体制を整備する。

（３）市民の自主的な努力を促進

現状と課題

- ・地域に出向き、市民を対象とした歯科健康教育や歯みがき指導を実施しています。歯・口腔の健康づくりに関する市民の自主的な努力を促進するための機会を、さらに増やすことが必要です。

施策の方向性

自分にあった口腔ケアの知識を持ち実践できる市民の増加への取り組み

- ・市民が自分の歯・口腔の健康づくりに興味を持ち、自らが進んで行動に移すことができるよう情報提供を行います。

（４）歯科医療関係者等との連携と実践

現状と課題

- ・市民への情報提供に係る歯科医療関係者等との連携・協力体制の整備をします。
- ・平時、災害時を問わず、全ての市民が必要な口腔保健医療サービスを受けられるよう、歯科医療関係者等とのさらなる連携が必要です。
- ・災害、感染症拡大等に備えた歯科医療関係者等との連携及び体制整備（再掲）

施策の方向性

- ・市民への情報提供に係る歯科医療関係者等との連携・協力を促進します。
- ・全ての市民が必要な口腔保健医療サービスを受けられる体制を整備します。
- ・災害、感染症拡大等に備えた歯科医療関係者等との連携及び体制を整備します。

（５）歯科医療に関する人材の育成及び施策の効果的な実施に資する調査及び研究

現状と課題

- ・歯科医師研修医、歯科衛生士を目指す学生の実習を受け入れています。
（令和６年度：歯科医師研修医 29 名、歯科衛生士を目指す学生 7 名）
- ・保育所（園）、こども園、幼稚園等の口腔保健推進のため、歯科健診結果調査やアンケート調査を実施し、実態把握に努めています。
- ・要介護高齢者施設等における歯科健診等事業のアンケート調査を実施しています。

施策の方向性

- ・ 歯科医師研修医、歯科衛生士を目指す学生の資質向上のため、実習等の充実を図ります。
- ・ 令和 6 年 4 月 1 日に設置した岐阜市口腔保健推進審議会において、歯・口腔の健康づくり施策の評価・審議、本計画の進捗管理及び策定を行う。
- ・ 平成 24 年 4 月 1 日に設置した岐阜市口腔保健支援センター（保健所保健予防課内）において、口腔保健施策の推進、評価検討、歯・口腔の健康づくりに関する情報収集及び情報提供を実施します。

岐阜市口腔保健支援センター（保健所保健予防課内）	
設置	歯科口腔保健の推進に関する法律第15条第1項の規定に基づき、平成24年4月1日に設置。
目的	すべての市民が、生涯を通じて自分の歯で「食」を楽しむことができるよう、口腔機能の保持及び増進を図るため、歯・口腔の健康づくりに関する知識の普及、啓発に努めるとともに、ライフステージにあわせた口腔保健の施策を推進する。
概要	・ 本市の口腔保健施策の評価検討。 ・ 歯・口腔の健康づくりに関する情報収集及び発信。

（用語説明）

※ナッジ理論・・・行動経済学や行動科学分野において、人々が強制によってではなく自発的に望ましい行動を選択するよう促す仕掛けや手法のこと。

用 語 集

(五十音順)

嚥下	口の中の食物を胃に送り込むこと。
オーラルフレイル	加齢に伴い口の機能が衰え始める初期段階の状態で「口のフレイル（虚弱）」のこと。
かかりつけ歯科医	安心・安全な歯科医療の提供のみならず医療・介護に係る幅広い知識と見識を備え、地域住民の生涯に亘る口腔機能の維持・向上をめざし、地域医療の一翼を担う者としてその責任を果たすことができる歯科医師。（2017 年日本歯科医師会）
口腔	口からのどまでの空間のこと。噛む、飲み込むまでの一連の動作を行う。
口腔機能	噛む（咀嚼機能）、食べる（摂食機能）、飲み込む（嚥下機能）、発音、唾液の分泌等のこと。
口腔機能低下症	加齢や病気、薬の副作用など様々な原因によって、口腔機能が低下した状態のこと。
口腔ケア	歯や口の中を清潔に保つだけでなく、口腔機能の維持・回復、全身の健康や生活の質の向上を目指すケアの総称のこと。
口腔保健	生活の質の向上や全身の健康を目指し、口腔を健康な状態に保つこと。
誤嚥性肺炎	飲み込む力が衰えることで、細菌が飲食物と一緒に誤って気管支や肺に流れ込んで発症する肺炎のこと。
根面う蝕	露出した歯の根元にできるむし歯のこと。
歯科	歯や口腔内の健康を診断・治療する医学の分野のこと。
歯科医療関係者	歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士その他歯科医療又は歯科保健に関わる業務に従事する者。
歯科健診	むし歯や歯周病などの口腔内の病気を早期発見し、治療や予防に繋げるための健康診査のこと。
歯科疾患	むし歯や歯周病など口腔の病気のこと。
歯科保健指導	歯科医師や歯科衛生士が、歯や口腔に関する正しい知識や技術を伝えること。
思春期性歯肉炎	思春期におけるホルモンバランスの変化でみられる歯肉炎の一種。
歯肉炎・歯周炎・歯周病	原因菌の感染によって歯ぐきが赤く腫れたり歯肉に炎症が起きている状態を「歯肉炎」、歯を支える歯ぐきや骨などの組織に炎症が起きている状態を「歯周炎」、歯の周りの組織に炎症が起きる上記の総称を「歯周病」という。

処置完了者	乳歯・永久歯を問わず、すべてのむし歯の処置が完了している者。
女性ホルモン	主に卵巣から分泌されるエストロゲン（卵胞ホルモン）とプロゲステロン（黄体ホルモン）のこと。
生活習慣病	食事のとり方や運動、喫煙、飲酒などの生活習慣が要因となって発症する疾病のことであり、心疾患、がん、脳血管疾患、糖尿病等のこと。
咀嚼	食物を細かくなるまでよく噛むこと。
摂食・嚥下機能	食べ物を認識してから口に運び噛み砕き、飲み込み食堂から胃におくる一連の動作のこと。
セルフケア	自分自身で行う歯みがき等の口腔ケアのこと。
早産	正期産以前の出産で、妊娠 22 週 0 日から妊娠 36 週 6 日までの出産のこと。
低出生体重児	体重 2,500 グラム未満の出生児のこと。
ナッジ理論	行動経済学や行動科学分野において、人々が強制によってではなく自発的に望ましい行動を選択するよう促す仕掛けや手法のこと。
歯・口腔の健康づくり	口腔保健を推進していくための取組として、歯及び歯周組織を含んだ口腔の健全な機能の維持及び向上に努めること。
8020 運動	「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」という運動のこと。
むし歯	口の中の原因菌が作り出す酸で歯が溶かされ穴が空いた状態のこと。
フッ化物応用	フッ化物を用いて、むし歯を予防する方法。フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口、フッ素入り歯みがき剤の使用等のこと。
プロフェッショナルケア	歯科医師や歯科衛生士が行う、歯石除去や歯のクリーニング、フッ化物歯面塗布等のこと。
不正咬合	噛み合わせや歯並びの状態が良くない状態のこと。
要精検	健康診断などで何らかの異常が見つかり、その原因を特定するために、より詳しく検査する必要があること。

参 考 資 料

1 りふ市民歯・口腔の健康づくり計画策定の経緯

令和6年4月1日	岐阜市口腔保健条例施行（令和6年3月31日一部改正） 岐阜市口腔保健推進審議会規則施行（令和6年3月31日制定） 岐阜市口腔保健推進審議会設置
令和6年8月23日	令和6年度第1回岐阜市口腔保健推進審議会 ・審議会設置、計画策定、本市の口腔保健の審議
令和6年11月11日	令和6年度第2回岐阜市口腔保健推進審議会 ・国、県の計画、本市の口腔保健についての審議
令和7年1月22日	令和6年度第3回岐阜市口腔保健推進審議会 ・（仮称）岐阜市口腔保健推進計画の骨子案の審議
令和7年5月14日	令和7年度第1回岐阜市口腔保健推進審議会 ・諮問 ・（仮称）りふ市民歯・口腔の健康づくり計画の素案の審議
令和7年8月29日	令和7年度第2回岐阜市口腔保健推進審議会 ・りふ市民歯・口腔の健康づくり計画の素案の審議
令和7年10月17日	令和7年度第3回岐阜市口腔保健推進審議会 ・りふ市民歯・口腔の健康づくり計画案の審議
令和7年11月15日 ～12月14日	パブリックコメントの実施
令和8年2月予定	令和7年度第4回岐阜市口腔保健推進審議会 ・りふ市民歯・口腔の健康づくり計画の最終案の審議
令和8年3月	答申 りふ市民歯・口腔の健康づくり計画策定

2 岐阜市口腔保健条例

平成 24 年 3 月 29 日条例第 15 号
改正 令和 6 年 3 月 31 日条例第 21 号

(目的)

第 1 条 この条例は、歯科口腔保健の推進に関する法律（平成 23 年法律第 95 号）に基づき、全ての市民の歯及び歯周組織の健康の保持及び増進並びに歯及び歯周組織を含んだ口腔(こうくう)の健全な機能の維持及び向上（以下「歯・口腔の健康づくり」という。）を目指すため、同法に定めるもののほか、基本理念、市の責務等歯・口腔の健康づくりに関する施策の基本的事項を定め、歯・口腔の健康づくりに関する施策を推進し、もって市民の生涯にわたる健康の保持及び増進並びに健康寿命の延伸に寄与することを目的とする。

(定義)

第 2 条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

- (1) 歯科医療関係者 歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士その他の歯科医療又は歯科保健に係る業務に従事する者をいう。
- (2) 保健医療関係者 医師、看護師、保健師その他の医療又は保健に係る業務に従事する者（歯科医療関係者を除く。）をいう。
- (3) 教育関係者 学校教育法（昭和 22 年法律第 26 号）第 1 条に規定する学校の校長及び教員その他の教育に係る業務に従事する者をいう。
- (4) 福祉関係者 社会福祉施設、介護保険施設等の設置者、従業員その他の福祉に係る業務に従事する者をいう。

(基本理念)

第 3 条 歯・口腔の健康づくりの推進に関する施策は、次に掲げる事項を基本として行わなければならない。

- (1) 全ての市民が生涯にわたり、自らの歯で食を楽しむことができるよう、日常生活における歯科疾患の予防、早期発見及び治療に関し、周知すること。
- (2) 生涯にわたる歯・口腔の健康づくりに関し、全ての市民の自主的な努力を促進すること。
- (3) 全ての市民が歯及び歯周組織を含んだ口腔に係る健康診査、保健指導及び健康教育並びに医療その他の必要なサービス（以下「口腔保健医療サービス」という。）を受けることができる環境を整備すること。
- (4) 乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期に合わせた適切かつ効果的な歯・口腔の健康づくりを推進すること。

(市の責務)

第 4 条 市は、前条に規定する基本理念（以下「基本理念」という。）にのっとり、歯・口腔の健康づくりに関する総合的な施策を策定し、実施する責務を有する。

(歯科医療関係者等の役割)

第 5 条 歯科医療関係者、保健医療関係者、教育関係者及び福祉関係者（以下「歯科医療

関係者等」という。)は、基本理念にのっとり、市民の歯・口腔の健康づくりを推進するとともに、相互に連携を図りながら、市が行う歯・口腔の健康づくりに関する施策に協力するよう努めるものとする。

2 前項に定めるもののほか、歯科医療関係者は、災害、感染症等（以下「災害等」という。）に備えた体制の整備に努め、災害等が発生したときは、口腔保健医療サービスの提供を確保するよう務めるものとする。

（市民の役割）

第6条 市民は、歯・口腔の健康づくりに関する正しい知識及び理解を深めるとともに、定期的な口腔保健医療サービスを受けることにより、生涯にわたり、自らの歯・口腔の健康づくりに積極的に取り組むよう努めるものとする。

（基本的施策の実施）

第7条 市は、市民の歯・口腔の健康づくりを推進するため、次に掲げる基本的施策を実施するものとする。

- (1) 歯・口腔の健康づくりに関する情報の提供及び正しい知識の普及啓発を図ること。
- (2) 生涯にわたる歯・口腔の健康づくりについての関心及び理解を深め、口腔の健康づくりに関する市民の自主的な努力を促進するための施策を講ずること。
- (3) 歯科医療関係者等との連携を図りつつ、全ての市民が必要な口腔保健医療サービスを受けられるための施策を講ずること。
- (4) 障がい者、介護を必要とする者等が適切な歯科医療を受けることができるように必要な施策を講ずること。
- (5) 乳幼児期から高齢期までのそれぞれの時期に合わせた歯科疾患の予防対策を講ずること。
- (6) 妊産婦の健康及び胎児の健全な発育に資する妊産婦の歯科疾患の予防対策を講ずること。
- (7) 高齢期における口腔機能の維持及び向上を図るとともに、口腔機能の低下の予防対策を講ずること。
- (8) 歯科医療に関する人材の育成を図るために必要な施策を講ずること。
- (9) 歯・口腔の健康づくりに関する施策の効果的な実施に資する調査及び研究を行うこと。
- (10) 前各号に掲げるもののほか、歯・口腔の健康づくりに必要な施策を講ずること。

（計画の策定）

第8条 市は、前条に規定する基本的施策を総合的に推進するための計画を策定するものとする。

（岐阜市口腔保健推進審議会）

第9条 歯・口腔の健康づくりに関する施策及び前条の計画に関する事項を調査審議するため、岐阜市口腔保健推進審議会（以下「審議会」という。）を置く。

2 審議会は、委員15人以内で組織する。

3 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 学識経験者
- (2) 歯科医療関係者等が所属する団体その他関係団体が推薦する者

(3) 公募に応じた市民

(4) 前3号に掲げる者のほか、市長が適当と認める者

4 委員の任期は、2年とする。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

5 委員は、再任されることができる。

6 前各項に定めるもののほか、審議会の組織及び運営に関し必要な事項は、規則で定める。

(委任)

第10条 この条例の施行に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

この条例は、平成24年4月1日から施行する。

附 則

この条例は、令和6年4月1日から施行する。

3 岐阜市口腔保健推進審議会規則

令和 6 年 3 月 31 日規則第 36 号

(趣旨)

第 1 条 この規則は、岐阜市口腔保健条例（平成 24 年岐阜市条例第 15 号）第 9 条第 6 項の規定に基づき、岐阜市口腔保健推進審議会（以下「審議会」という。）の組織及び運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(会長及び副会長)

第 2 条 審議会に会長及び副会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、審議会の会務を総理し、審議会を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第 3 条 審議会の会議（以下「会議」という。）は、会長が招集し、その議長となる。

2 会議は、委員の過半数が出席しなければ開くことができない。

3 会議の議事は、出席委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

4 議長は、特に必要があると認めるときは、会議に委員以外の者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(部会)

第 4 条 審議会は、特定の事項について調査及び審議を行うため、部会を置くことができる。

2 部会に属すべき委員は、委員のうちからその都度会長が指名する。

3 前 2 条の規定は、部会について準用する。

(庶務)

第 5 条 審議会の庶務は、保健衛生部保健衛生政策課において処理する。

(その他)

第 6 条 この規則に定めるもののほか、必要な事項は、別に定める。

附 則

この規則は、令和 6 年 4 月 1 日から施行する。

4 り市民歯・口腔の健康づくり計画策定にご参加いただいた方々

岐阜市口腔保健推進審議会委員（任期：令和6年8月23日～令和8年8月22日）

（五十音順・敬称略）

氏名	所属団体名等
青木 雅敏	岐阜市歯科医師会
岩瀬 陽子	朝日大学歯学部
岡本 和之	岐阜市私立保育園・認定こども園連合会
小栗 剛	岐阜市小中学校長会
桐山 桂	公募
白木 真美	岐阜市社会福祉協議会
谷本 幸也	岐阜市医師会
寺師 茂美	岐阜県歯科衛生士会
中畠 誠治	岐阜市歯科医師会
日比野 祥敬	岐阜市歯科医師会
深見 太二	岐阜県 健康福祉部 医療福祉連携推進課
森 弘安	岐阜市自治会連絡協議会

ぎふ市民歯・口腔の健康づくり計画

令和 年 月

発行 岐阜市

編集 岐阜市 保健衛生部

口腔保健支援センター（保健所保健予防課内）

〒500-8309 岐阜市都通2丁目19番地

電話 058-252-7193

E-mail hoken-yobou@city.gifu.gifu.jp