

平成16年度歯科保健活動事業報告書

平成17年5月31日

財団法人 8020推進財団

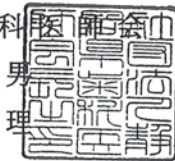
理事長 井 堂 孝 純 殿

住 所 〒422-8006
静岡市駿河区曲金3丁目3番10号

申請団体名 静岡県歯科医師会

代表者氏名 大久保 満 男

担当者氏名 飯 嶋 理



1. 事業名 静岡県民の8020に関する認知度調査結果の解析と8020運動の地域展開について
2. 実施組織 8020健康静岡21推進会議
3. 実施事業 (1) 8020県民調査
(2) 8020運動の地域展開

4. 事業結果

(1) 8020県民調査の実施について

静岡県歯科医師会を事務局とし、県行政、県教育委員会、県健康保険組合連合会、県農業協同組合、新聞社、県薬剤師会、県栄養士会、県歯科衛生士会、県健康づくり食生活推進協議会、有識者等で構成される“8020健康静岡21推進会議（以下推進会議）”が、県民の歯科健康の推進のために会合を持ち、事業を実施して5年が経過した。健康日本21とそれを受けて作成された県の地方計画である「しずおか健康創造21アクションプラン」を踏まえて、推進会議では、①う蝕や歯周病が生活習慣病対策の指標として活用できること、②県民の歯科健康を通して全身の健康へと繋げていくために、8020運動が有効であること、しかし③歯科医師会が先頭に立って旗を振っても運動の広がりには期待できないことが次第に明らかになった。

そこで推進会議委員がそれぞれの立場で検討した結果、8020運動を推進する人を育成することが必要であるという合意が得られ、平成13年から8020推進員養成事業が開始され、16年度末までに3000名の8020推進員が誕生した。

8020推進員は、各地域で歯科医師会と共同で普及活動を行ったり、親子を対象とした食事やおやつづくりの体験の場を提供したり、歯磨き体操を考案してイベントで全員が参加する場を確保するなどさまざまな催しを実施してきている。

また8020童話の募集と優秀作品に絵をつけた紙芝居の作成と上演、8020をテーマとした演劇の上演等、8020推進員自身が楽しみながら活動する方向性が出

てきている。

こうした活動が一定の効果を上げるためには、8020推進員の働きかけを受ける住民が健康についてどのような意識をもっているかを把握することが必要である。

この趣旨に添って県民調査を実施した。

(2) 調査の概要

県下73市町村を調査対象として、県栄養士会、健康づくり食生活推進協議会（39市町）、保健委員会（13市町）等から、傘下の8020推進員に依頼文書ならびに調査票を配布し、各8020推進員は1人当たり約10人の15歳以上の住民の情報を収集した。

本調査は被調査者の健康状態や生活習慣等に関する具体的な情報を扱うため、その個人情報保護することを心がけた。

約2200人の8020推進員の協力により、18056通（有効回答数は17196通：99.2%）のアンケートを得ることができた。36問の問いかけに対する回答とその分析結果は、別冊の「歯科保健県民調査報告」に示されたとおりである。

(3) 調査を終えて

今回の調査は静岡県推計人口379万人強に対して0.47%を占める人たちに対して行われたことになる。生活習慣病として位置づけられるう蝕や歯周病に対する被調査者の認識は必ずしも十分ではないことが判明したが、住民が健康情報を受けて、それをどのように健康行動に繋げていけるかという動機付けについては、調査実施主体である8020健康静岡21推進会議の目指す方向と一致することが確認できた。

今後の課題として、住民の主体的な健康行動の指標として、歯科領域が有効な手だてを持っていること、そのために活動的な住民を支援する行政、各種の専門団体、地域の有識者等の組織的な関係をいかに構築していくかが問われている。

さらにこれまで治療に追われてきた歯科医師が、情報化・少子高齢化の進展する社会にあって、人々の意識や疾病構造の変化に柔軟に対応してヘルスへの関心を高め、診療室における地域ニーズを満たすようなメニューを準備することが課題となってくる。

静岡県でも、市町村合併が各地域で進行しつつあり、最終的には73市町村が42カ所に収斂される予定になっている。すでに合併の終了した所では、従来の地域保健活動の整合性を維持することが困難な状況が見られ、住民参加型の地域保健活動を醸成する上で、地域診断が簡便にでき、保健目標の数値化が比較的容易な歯科領域が、地域保健活動をリードする可能性が認められる。そしてこのような状況を踏まえて、歯科医師会がポピュリズムに迎合しないで、専門職種の倫理観に基づいて地域の健康度を高めること大切である。

8020県民調査

— 歯科保健県民調査報告 —

平成17年3月

8020健康静岡21推進会議

ご 挨拶

8020健康静岡21推進会議
静岡県歯科医師会
会長 大久保 満 男

このたび、8020県民調査の報告書を刊行するにあたり、一言ご挨拶を申し上げます。

本報告書は、8020運動を進めるにあたって、県民の歯科保健に対する意識がどのようなものであるかを知ることが目的として、そのための調査を実施し、それをまとめたものであります。

このような調査にあたって不可欠な要因は、母数すなわち調査対象である住民の数の多さと、その回収であります。しかし、母数が多くなればなるほど、その回収は困難となり、それがこのような調査の最大の課題です。

実は、平成4年に、当時の厚生省と歯科医師会が提唱した8020運動は、歯科保健の目標を具体的な数字として現した初めての運動でした。

静岡県歯科医師会も、当初からこの運動に積極的にかかわることを決定し、活動を開始いたしました。その活動の経過の中で、われわれは、8020の目的を達成するための本質を認識いたしました。それは、この運動の真の担い手は、われわれ歯科医師や行政ではなく、80歳で20本の歯を保とうと決意する住民であるということでした。こう書いてしまうと、それは当然のことだと思われそうですが、しかし、従来の保健活動は、主役が誰であるかという最も大切な核とでもいべきものを、置き去りにしたまま、運動が進められてきたということが実態なのだと思います。

このように運動の主役が誰であるかが明確に認識できれば、主役の人々が生き生きと動ける場をどのように作るのかが、最大の課題となります。そこで、われわれは住民参加から住民主体へという考えのもと、県下から8020運動を主体的に担っていただくために、8020推進員を募集いたしました。その結果、われわれの予想をはるかにうまわる3,000人近い推進員が誕生いたしました。

説明が長くなりましたが、冒頭に述べた、このような調査の困難さを見事に解決していただいたのが、この8020推進員の皆様のおかげでした。

この本報告書の調査のために、2,200人を越す推進員のご協力により、17,916という、このような調査としては極めて異例の母数を得る事ができました。これは一重に推進員の皆様のお力であり、それなくしてはこのような報告書の完成はありえなかったと、深く感謝申し上げます。

今後は、この結果を踏まえ、本県の8020運動をますます推進してまいる所存でありますので、なにとぞよろしくお願いを申し上げます。

I. 調査の概要

1. 調査の目的

静岡県民の、口腔の健康状態ならびに口腔の健康に関すること等について調査を実施し、県民の口腔の健康づくりの方策を講ずる基礎資料を得ることを目的とした。

2. 調査の対象

県下全73市町村を調査の対象とした。

3. 調査の期日

平成16年2月に実施した。

4. 調査票

調査票を巻末に添付する。主な調査事項は次の通りである。

1) 口腔の健康状態ならびに口腔の健康に関すること

歯の本数、口の中の悩みや気になること、歯や歯肉の健康のための注意、歯みがきの状況、歯みがき指導や歯科健康診査の実施状況、歯科受療の状況、義歯の作製および使用状況、歯科医療に対する要望、寝たきり等で在宅で介護を要するようになったときに望むサービス、8020運動に対する認識

2) 健康状態ならびに健康に関すること

食生活・栄養、運動、喫煙、アルコール、ストレス・休養、健康状態、健康診断の実施状況、高血圧、糖尿病

5. 調査方法

8020健康静岡21推進会議が、県栄養士会・39市町の健康づくり食生活推進協議会・13市町の保健委員会・1市の8020推進員リーダーに調査協力依頼文書（巻末に添付）ならびに調査票を郵送した。県栄養士会・39市町健康づくり食生活推進協議会・13市町保健委員会・8020推進員リーダーは、8020推進員に依頼文書ならびに調査票を配付し、8020推進員は1人あたり約10人の15歳以上の住民の情報を収集することを目的に任意の世帯に依頼文書ならびに調査票を配付した。

6. 調査の実施

8020推進員が調査票を各世帯に配付するとき、調査の趣旨を依頼文書と口頭で説明し、調査への協力を要請し同意を得た。

7. 調査票の記入方法

被調査世帯の15歳以上の被調査者本人が記入した。

8. 調査票の回収

被調査世帯に依頼文書ならびに調査票を配付した8020推進員が、配付の後に各世帯を再度訪問し、調査票を回収した。8020推進員から調査票を受け取った県栄養士会・市町健康づくり食生活推進協議会・市町保健委員会・8020推進員リーダーは、8020健康静岡21推進会議に調査票を郵送した。

9. 結果の集計

8020健康静岡21推進会議の委託を受けた業者が、調査票データをエクセル文書に入力した。福岡歯科大学 社会歯科学分野が調査票データを集計した。

10. 調査に関する秘密の保持

本調査は、被調査者の健康状態や生活習慣などに関する具体的な情報を取り扱うため、被調査者に関わる情報を適切に取り扱い、その個人情報保護するように心掛けた。

II. 調査の結果

回収数(回収された調査票数)は18,056で、このうち市町村名・年齢(15歳以上)・性別の記載された有効回答(調査客体)の数は17,916(回収数18,056の99.2%、平成15年10月1日現在の静岡県推計人口3,792,982の0.47%)であった。以後、17,916の調査客体について集計した結果を示す。

1. 市町村(問1)

回答者数の階級別の市町村数を表1に示す。300人以上から回答を得られたのは、全73市町村のうち25市町村であった。

表1 回答者数の階級別の市町村数

| 回答者数階級 | 市町村数 |
|-----------|------|
| 0人 | 4 |
| 1～99 | 27 |
| 100～299 | 17 |
| 300～1,584 | 25 |

2. 年齢(問2)

表2に年齢階級別の回答者数ならびに平成15年10月1日における県民の年齢階級別人口に対する回答者割合を示す。回答者数が最も多く、県民の年齢階級別人口に対する回答者割合が最も高い年齢階級は55～64歳であった。

表2 年齢階級別の回答者数

| 年齢階級 | 回答者数 | 回答者割合 |
|--------|--------|-------|
| 15～24歳 | 1,385人 | 0.34% |
| 25～34 | 2,157 | 0.40 |
| 35～44 | 2,305 | 0.48 |
| 45～54 | 3,254 | 0.60 |
| 55～64 | 4,406 | 0.83 |
| 65～74 | 3,152 | 0.77 |
| 75～84 | 1,060 | 0.44 |
| 85～94 | 189 | 0.25 |
| 95～102 | 8 | 0.14 |

なお、前期高齢者(65～74歳の年齢階級)の50人以上から回答を得られたのは、全73市町村のうち25市町村であった。

3. 性別（問3）

性別の回答者数を表3に示す。回答者17,916人のうち女性の割合は67%で、平成15年10月1日現在の県民の女性の割合51%より高かった。

表3 性別の回答者数

| | 回答者数 | 回答者割合 |
|----|--------|-------|
| 男性 | 5,914人 | 33% |
| 女性 | 12,002 | 67 |

口腔の健康状態ならびに口腔の健康に関すること

4. 歯の数（問4）

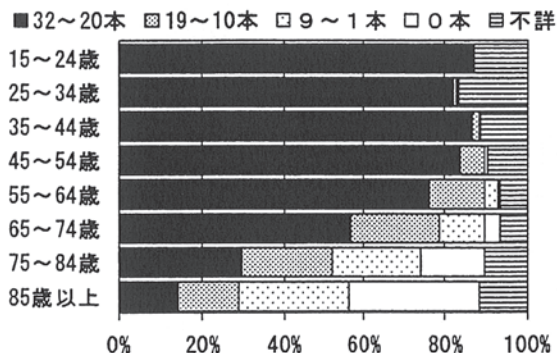
「鏡でお口の中をご覧になりながらお答えください。ご自身の歯は何本ありますか。さし歯や冠のように、ご自身の歯の根が残っている場合はご自身の歯として数えます。（ ）本」という質問に対して記入された歯の数を集計した。歯数の階級別の回答者数を表4に示す。歯の数を0～32本と回答したのは16,179人（17,916人の90%）で、20～32本の歯を持つ人が最も多かった。歯の数を33以上と回答したものを「不明」とした。

表4 歯数の階級別の回答者数

| 歯数の階級 | 回答者数 |
|-------|--------|
| 0本 | 375人 |
| 1～9 | 835 |
| 10～19 | 1,792 |
| 20～32 | 13,177 |
| 不明 | 229 |
| 無回答 | 1,508 |

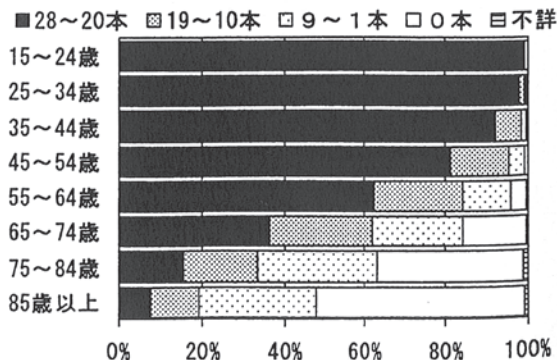
年齢階級別の歯の数を図1に示す。「不明」と「無回答」を合わせた「不詳」の割合は7～17%の範囲にあった。15～24歳や25～34歳における「不詳」群（13%と17%）には歯の多い人が、75～84歳や85歳以上の年齢階級における「不詳」群（11%と12%）には歯の無い人が、多く含まれるのではないかと考えられた。

図1 年齢階級別の歯の数



平成11年保健福祉動向調査結果との比較を試みた。保健福祉動向調査は、国民の保健や福祉に関する事項について、世帯の側から基礎的な情報を、主として意識の面から把握することを目的として厚生労働省が行った。平成11年保健福祉動向調査（以後、保健福祉動向調査と略す）は、歯科保健を課題として、当時の厚生省が全国の世帯員を対象として国民生活基礎調査の調査地区から層化無作為抽出した300地区内における15歳以上のすべての世帯員を調査の客体として行った。回収した客体数は33,569で、集計不能のものを除いた集計客体数は33,427（本調査の約2倍）であった。詳細はホームページ「平成11年保健福祉動向調査の概況 歯科保健」（<http://www1.mhlw.go.jp/toukei/h11hftyosa8/>）に掲載されている。保健福祉動向調査では、「歯がほとんど揃っている（28～20本）」、「歯が半分くらいある（19～10本）」、「歯がほと

参考図A 保健福祉動向調査結果における年齢階級別の歯の数



んどない(9~1本)」、「歯がまったくない」という選択肢を設けてあり、結果を前頁の参考図Aに示す。本調査結果は保健福祉動向調査の結果より、「不詳」の人の割合が高いにも関わらず、「20本以上」の歯を持つ人の割合が45歳以上の年齢階級で高かった。

健康日本21ならびにしずおか健康創造21アクションプランでは、平成22年までに、80歳における20本以上の自分の歯を有する人の割合を20%以上にすることが目標として掲げられている。本調査結果では、80歳の97人において20本以上の自分の歯を有する人の割合が22%であり、目標値を上回っている。しかし本調査では前述の通り、「任意」の世帯に調査票を配付したので、口腔の健康状態の良い人が多く調査客体になった可能性を否定できない。本調査結果を基に「静岡県民に歯が多い」とか「平成22年の目標を達成した」とは言えない。

前述した、前期高齢者(65~74歳)の50人以上から回答を得られた25市町村(A~Y)の、市町村別の65~74歳で20本以上の歯を持つ人の割合を図2に示す。65~74歳で20本以上の歯を持つ人の割合は、A町の72%からY町の41%の範囲に分布した。

5. 歯や口の中の悩みや気になることの有無(問5)

「歯や口の中に、悩みや気になることがありますか」との質問に対して、「ある」と答えた人の割合を図3に示す。歯や口の中に悩みや気になることのある人は12,502人(70%)で、保健福祉動向調査の結果(70%)と同様に極めて多かった。

5-1. 性別にみた歯や口の中の悩みや気になることの内容(問5-1)

前記12,502人に対して、歯や口の中の悩みや気になることの内容を選択してもらった。それぞれの悩みを選択した人の割合(男性5,914人・女性12,002人に対する百分率)を図4に示す。

図2 25市町村における市町村別の、65~74歳で20本以上の歯を持つ人の割合

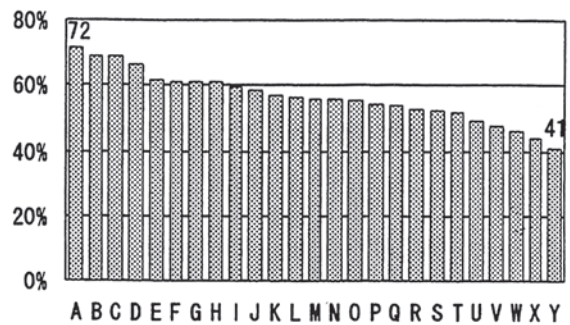


図3 歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合

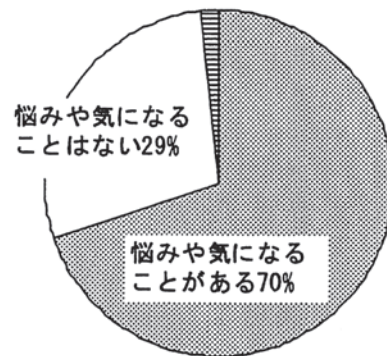
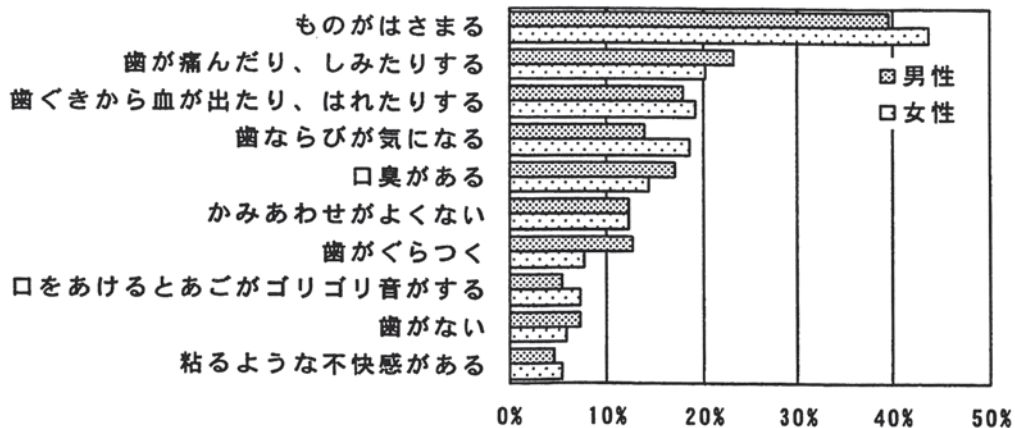


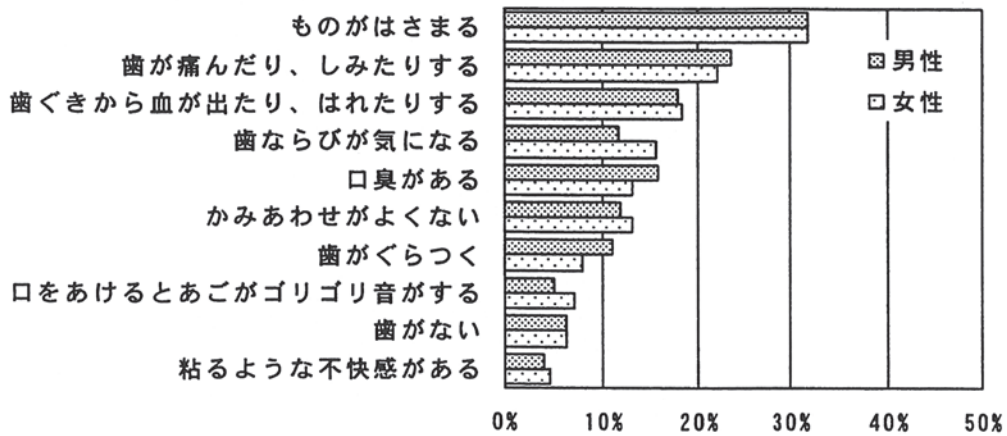
図4 歯や口の中の悩みや気になることの内容(性別、複数回答)



歯や口の中の悩みや気になることの内容は、「ものがはさまる」、「歯が痛んだり、しみたりする」、「歯ぐきから血が出たり、はれたりする」が多かった。

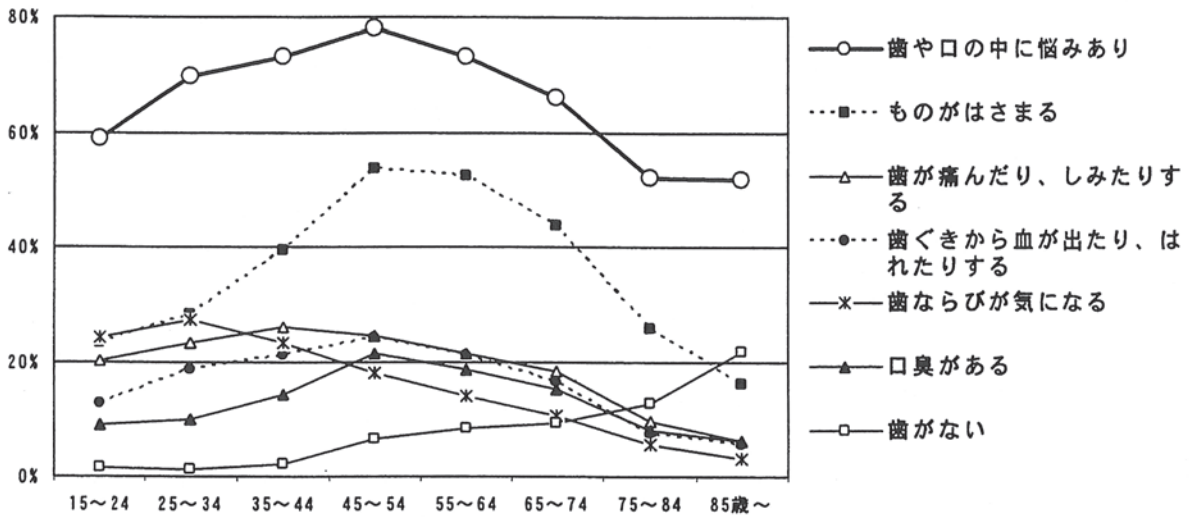
保健福祉動向調査の結果を参考図Bに示す。保健福祉動向調査結果に比べると、本調査結果では男女とも「ものがはさまる」人が多かった。

参考図B 保健福祉動向調査結果における歯や口の中の悩みや気になることの内容
(性別、複数回答)



年齢階級別の、歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合とその内容を図5に示す。

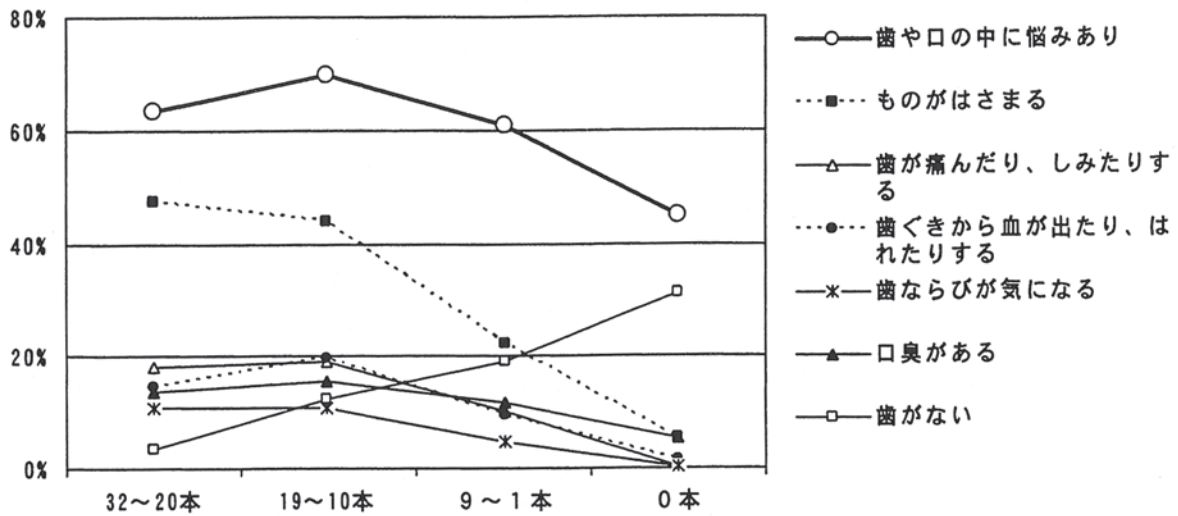
図5 歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合とその内容 (年齢階級別、複数回答)



歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合は、45~54歳の年齢階級で最も高かった。45~54歳以降の年齢階級では「歯がない」という悩みだけが増齡的に増加していた。

65歳以上で歯数の階級別の、歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合とその内容を次頁の図6に示す。

図6 65歳以上で歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合とその内容
(歯数の階級別、複数回答)



歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合は、19~10本の歯数の階級で最も高かった。19~10本以下の歯数の階級では歯数の減少に伴って「歯がない」以外の悩みや気になることが減少していた。

5-2. 歯や口の中の悩みや気になることへの対処 (問5-2)

「歯や口の中に、悩みや気になることがある」と回答した12,502人に対して、「どう対処されていますか」と質問したときの回答状況を表5に示す。歯や口の中に悩みや気になることのある人(12,502人)のうち、現在、歯科診療所にかかっている人は2,327人(19%)に過ぎなかった。残る81%の人が、歯や口の中に悩みや気になることがありながら、歯科診療所に受診していない現状が明らかになった。

表5 歯や口の中の悩みや気になることへの対処

| 対 処 | 回答者数 |
|-----------------|--------|
| 現在、歯科診療所にかかっている | 2,327人 |
| 近々、歯科診療所にかかると思う | 2,790 |
| もう少し様子を見ようと思う | 5,322 |
| その他/不明/無回答 | 2,363 |

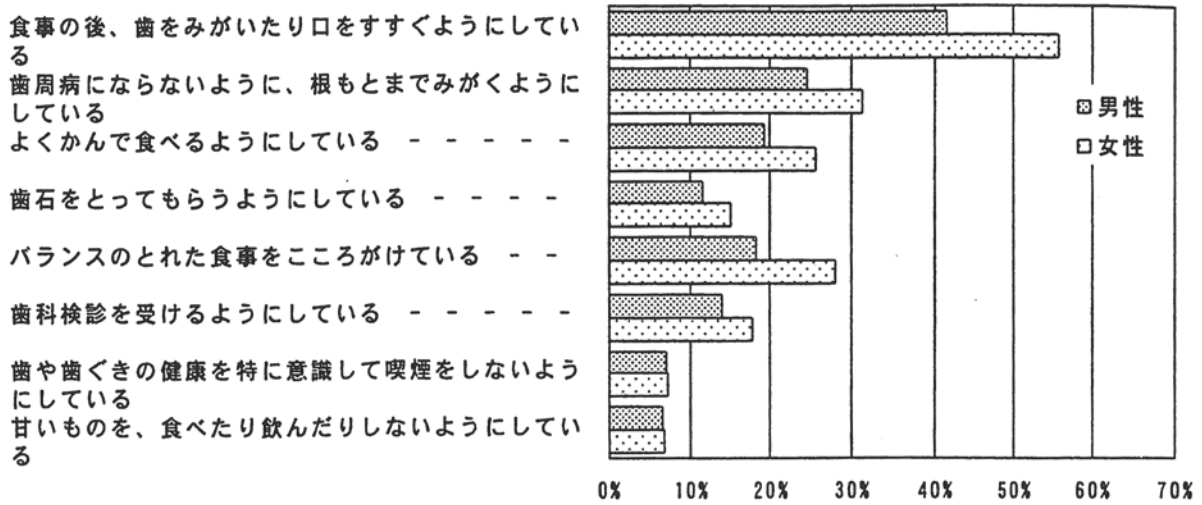
6. 歯や歯ぐきの健康のための注意の有無 (問6)

「ふだん、歯や歯ぐきの健康について注意していますか」との質問に対して、13,738人(77%)が「注意している」と答えた。問5で「歯や口の中に悩みや気になることがある」と回答した12,502人のうち、9,922人(79%)が「注意している」と答えた。

6-1. 歯や歯ぐきの健康のために注意している内容 (問6-1)

「ふだん、歯や歯ぐきの健康について注意している」と回答した13,738人に対して、「どのように注意していますか」と質問したときの回答状況を次頁の図7に示す。

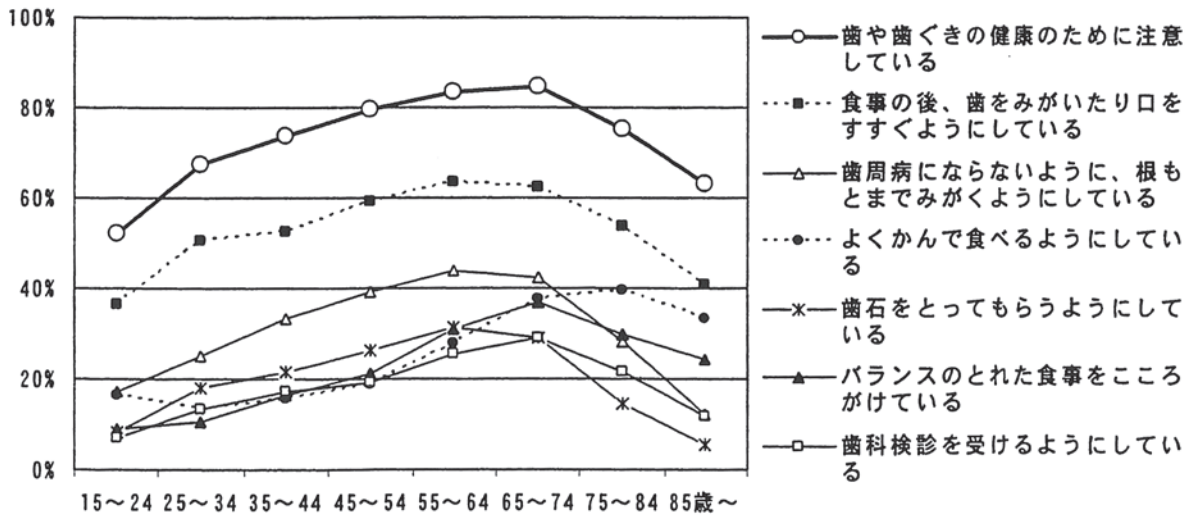
図7 歯や歯ぐきの健康のために注意している内容（性別、複数回答）



注意している内容としては、「食事の後、歯をみがいたり口をすすぐようにしている」、「歯周病にならないように、根もとまでみがくようにしている」、「よくかんで食べるようにしている」が多かった。また、すべての項目において、男性より女性の方が、健康のために良く注意を払っていることが分かった。

歯や歯ぐきの健康のために注意している内容を年齢階級別に観察した結果を図8に示す。

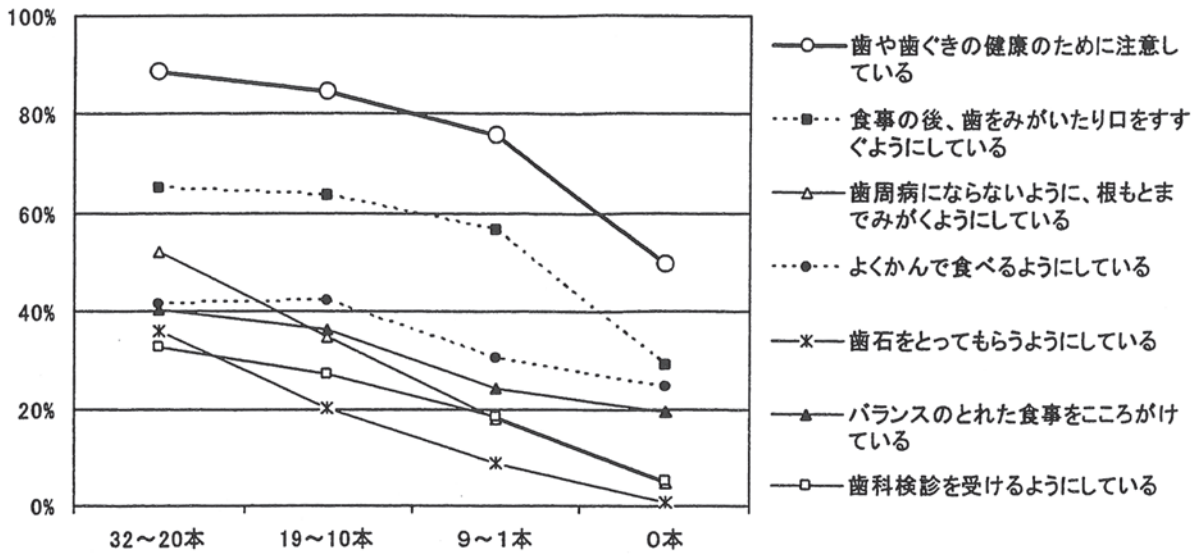
図8 歯や歯ぐきの健康のために注意している人の割合とその内容（年齢階級別、複数回答）



65~74歳の年齢階級までは、高齢になるに従って多くの人が歯や歯ぐきの健康のために注意している様子が見えてきた。

次いで、65歳以上の回答者において歯数の階級別の、歯や歯ぐきの健康のために注意している人の割合とその内容を次頁の図9に示す。

図9 65歳以上で歯や歯ぐきの健康のために注意している人の割合とその内容
(歯数の階級別、複数回答)

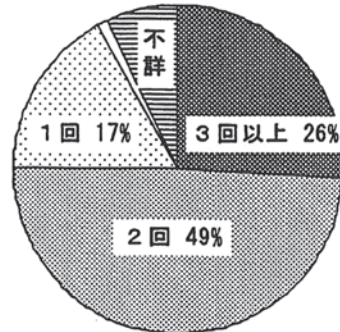


歯の数の多い人ほど、歯や歯ぐきの健康のために注意している様子が見えてきた。

7. 歯みがきの回数 (問7)

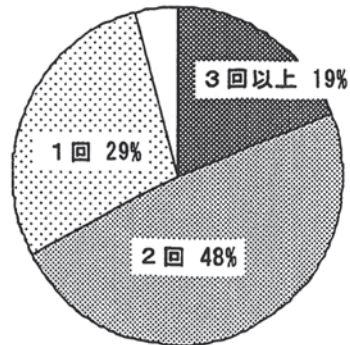
「1日に何回、歯をみがきますか」と質問したときの回答状況を図10に示す。1日の歯みがき回数が、3回以上の方が26%、2回の方が49%なので、合計すると回答者の75%が1日に2回以上、歯をみがいていた。

図10 1日の歯みがき回数



平成11年歯科疾患実態調査の結果との比較を試みた。歯科疾患実態調査とは、国民の歯科保健状況を把握し、今日まで行われてきた種々の対策の効果について検討を行い、今後の歯科保健医療対策の推進に必要な基礎資料を得ることを目的として厚生労働省が行った。平成11年歯科疾患実態調査（以後、歯科疾患実態調査と略す）は、全国を対象として国民生活基礎の調査地区より設定された単位区から、無作為に抽出した300単位区の地区内の世帯および世帯員のうち1歳以上の世帯員すべてを調査客体とした。被調査者数は6,903である。詳細はホームページ「平成11年歯科疾患実態調査の概要」(<http://www.mhlw.go.jp/topics/0105/tp0524-1.html>)に掲載されている。歯科疾患実態調査で、歯を「1日3回以上みがく」、「1日2回みがく」、「1日1回みがく」、「時々みがく」、「みがかない」という選択肢を設けて調べた結果を参考図Cに示す。

参考図C 歯科疾患実態調査結果における1日の歯みがき回数



7-1. 1日のうち、一番ていねいに歯をみがく時間（問7-1）

「1日に1回以上、歯をみがいている」と回答した16,491人に対して、「1日のうち、一番ていねいに歯をみがく時間は何分ぐらいですか」と質問した。回答状況を図11に示す。「2分くらい」という人が6,829人（17,916人の38%）と最も多かった。5分以上、歯をみがく人は3,697人（同21%）であった。

65歳以上の人において歯数の階級別の「一番ていねいに歯をみがく時間」を図12に示す。歯の少ない人ほど歯みがき時間が短かった。

図11 一番ていねいに歯をみがく時間

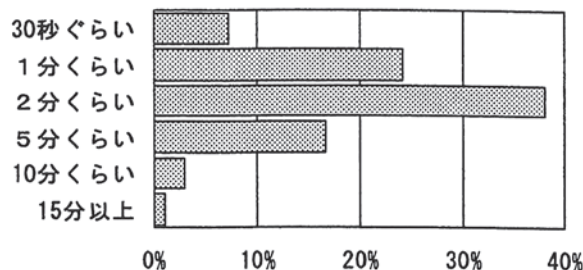
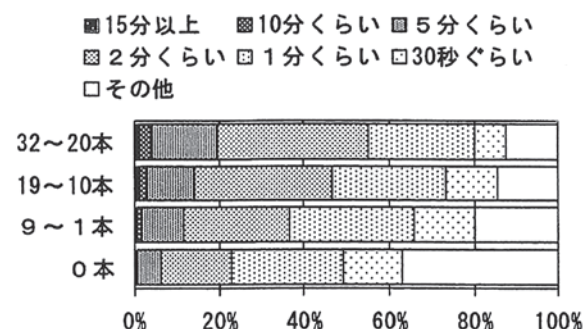


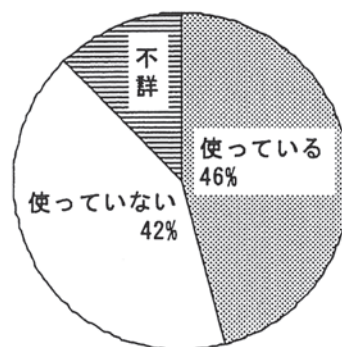
図12 65歳以上の人が一番ていねいに歯をみがく時間（歯数の階級別）



7-2. フッ化物配合歯磨剤を使っている人の割合（問7-2）

「1日に1回以上、歯をみがいている」と回答した16,491人に対して「1日に1回以上、フッ素入り歯みがき剤を使っていますか」と質問したときの回答状況を図13に示す。「使っている」と答えた人は46%いたが、わが国におけるフッ化物配合歯磨剤のシェア86%（平成15年、ライオン歯科衛生研究所）より極めて低かったので、「歯磨剤にフッ化物が配合されている」という認識を持たずに使用している人が多いのではないかと考えられた。

図13 1日に1回以上、フッ素入り歯みがき剤を使っている人の割合



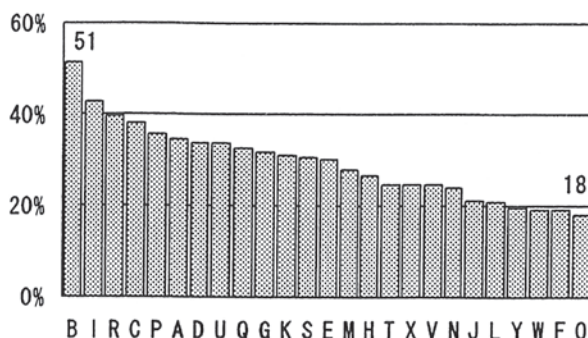
7-3. 歯間部清掃用器具を使っている人の割合（問7-3）

「1日に1回以上、歯をみがいている」と回答した16,491人に対して、「1日に1回は、歯間部清掃用器具を使っていますか」との質問に対し、3,653人（17,916人の20%）が「使っている」と答えた。平成22年までに、健康日本21では40歳・50歳、しずおか健康創造2 1アクションプランでは45~64歳、における歯間部清掃用器具を使用している人の割合をいずれも50%以上にすることが目標として掲げられている。本調査結果では、40歳・50歳・45~64歳における歯間部清掃用器具を使用している人の割合はそれぞれ20%・24%・25%と低い値であった。

前述した、65~74歳の年齢階級において50人以上から回答の得られた25市町村（A~Y）の、市町村別の65~74歳の人のうち「1日に1回は、歯間部清掃用器具を使っている人」の割合を次頁の図14に示す。歯間部清掃用器具を使っている人の割合はB市の51%からO町の18%まで大きくばらついていた。

前記5-1.で「ものがはさまる」と回答した7,578人のうち、1日に1回以上歯みがきをし、「1日に1回は、歯間部清掃用器具を使っている人」の割合は25%であった。

図14 25市町村における市町村別の、1日に1回は、歯間部清掃用器具を使っている人の割合



7-4. 使っている歯間部清掃用器具 (問7-4)

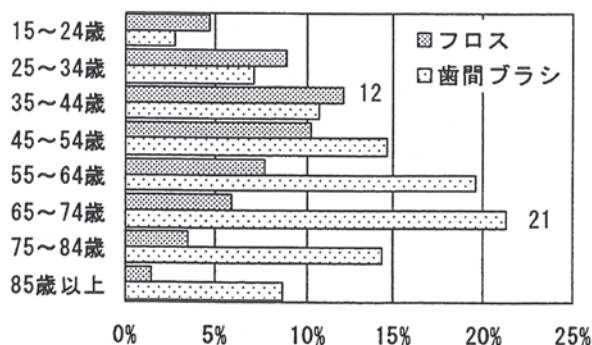
「1日に1回は、歯間部清掃用器具を使っている」と回答した3,653人に対して、使用している歯間部清掃用器具を質問したときの回答状況を表6に示す。表中の回答者割合は17,916人に対する割合である。

表6 歯間部清掃用器具の使用状況 (複数回答)

| 使用している歯間部清掃用器具 | 回答者数 | 回答者割合 |
|------------------------------|--------|-------|
| デンタルフロス (歯間清掃用の糸)・糸 (付き) ようじ | 1,427人 | 8% |
| 歯間ブラシ | 2,624 | 15 |
| 歯間刺激子 (ラバーチップ・トゥースピック) | 63 | 0 |
| 水流式口腔洗浄器 | 171 | 1 |

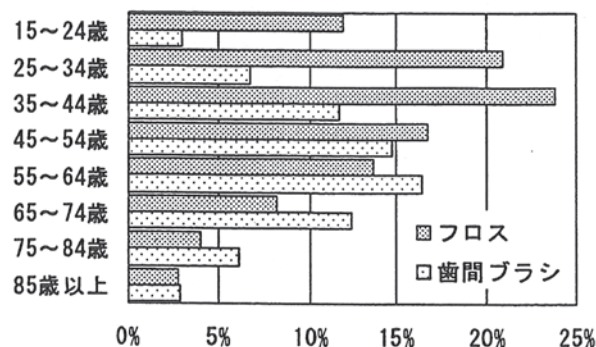
このうち、フロス (デンタルフロス (歯間清掃用の糸)・糸 (付き) ようじ) や歯間ブラシを使用している人の割合を年齢階級別に図15に示す。フロスを使用している人は35~44歳で最も多く (12%)、歯間ブラシを使用している人は65~74歳で最も多かった (21%)。

図15 フロスや歯間ブラシを使用している人の割合 (年齢階級別)



保健福祉動向調査の結果を参考図Dに示す。保健福祉動向調査の結果に比べると、本調査結果では、フロスを使用している人の割合が低く、歯間ブラシを使用している人の割合が高かった。

参考図D 保健福祉動向調査結果におけるフロスや歯間ブラシを使用している人の割合 (年齢階級別)



8. 過去1年間に、歯みがき指導を受けた人の割合（問8）

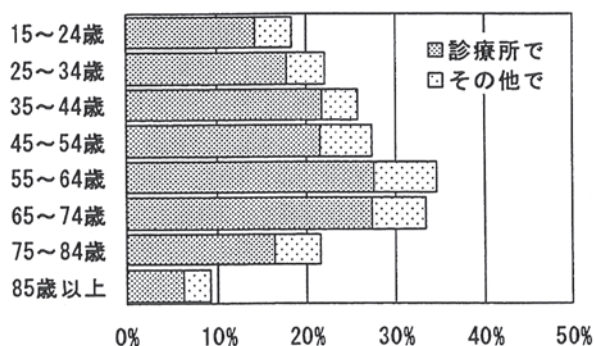
「この1年間に、正しい歯ブラシの使い方についての指導（歯みがき指導）を受けましたか」との質問に対して、「受けた」と答えた人は5,050人（28%）であった。保健福祉動向調査の結果では「過去1年間に受けたことがある」人の割合は20%となっていた。

8-1. 歯みがき指導を受けた場所（問8-1）

「この1年間に、正しい歯ブラシの使い方についての指導を受けた」と回答した5,050人に対して、「どこで歯みがき指導を受けましたか」と質問したところ、4,055人（17,916人の23%）が、「歯科診療所や病院の歯科で」受けたと答えた。

歯みがき指導を受けた場所を年齢階級別に図16に示す。図中の百分率は17,916人に対する割合である。

図16 歯みがき指導を受けた場所
（年齢階級別）



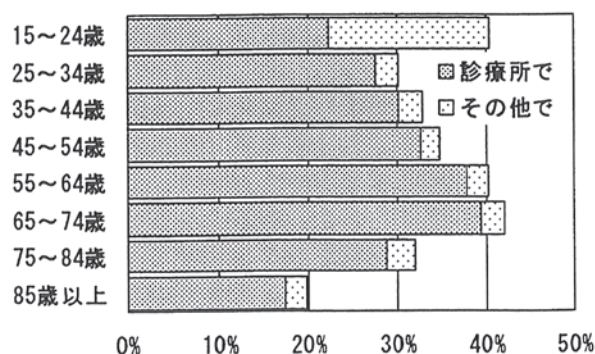
9. 過去1年間に、歯科健康診査を受けた人の割合（問9）

「この1年間に、歯科健康診査を受けましたか」との質問に対して、「受けた」と答えた人は6,577人（37%）であった。保健福祉動向調査の結果では「過去1年間に受けたことがある」人は18%となっていた。健康日本21では、平成22年の、定期的に歯科検診を受けている人の割合を30%以上にすることが「歯の喪失防止の目標」として掲げられている。しずおか健康創造21アクションプランでは、平成22年の35～44歳の定期歯科健診受診率を30%以上にすることが掲げられている。

9-1. 歯科健康診査を受けた場所（問9-1）

「この1年間に、歯科健康診査を受けた」と回答した6,577人に対して、「どこで歯科健康診査を受けましたか」と質問したところ、5,915人（17,916人の33%）が、「歯科診療所や病院の歯科で」受けたと答えた。歯科健康診査を受けた場所を年齢階級別に図17に示す。

図17 歯科健康診査を受けた場所
（年齢階級別）



10. 過去1年間に、歯科診療を受けた人の割合 (問10)

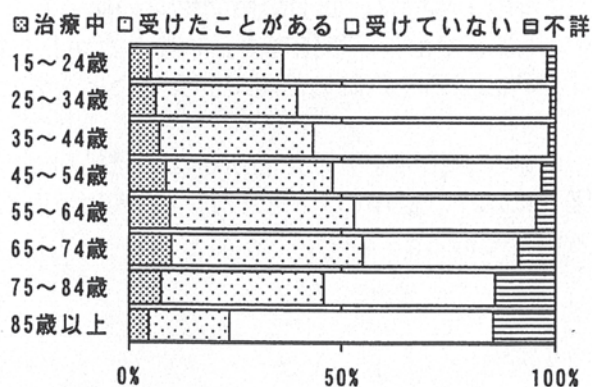
「この1年間に、歯科診療所や病院の歯科で診療を受けましたか」との質問に対する回答状況を表7に示す。「現在、治療中である」と回答した人は1,474人で、問5-2の回答(6頁の5-2.)で「歯や口の中の悩みや気になることへの対処」として、「現在、歯科診療所にかかっている」人の2,334人との間に隔たりが見られた。

年齢階級別の、過去1年間に歯科診療を受けた人の割合を図18に示す。55～64歳と65～74歳の年齢階級では半数以上の人過去1年間に歯科診療を受けていた。

表7 過去1年間に、歯科診療を受けた人の割合

| | 回答者数 | 回答者割合 |
|-----------|--------|-------|
| 現在、治療中である | 1,474人 | 8% |
| 受けたことがある | 7,050 | 39 |
| 受けていない | 8,520 | 48 |
| 不詳 | 872 | 5 |

図18 過去1年間に、歯科診療を受けた人の割合 (年齢階級別)



11. 義歯 (入れ歯・ブリッジ) の作製状況 (問11)

「今までに、義歯 (入れ歯・ブリッジ) を作ったことがありますか」との質問に対して、8,137人 (46%) が「作ったことがある」、97人 (0.5%) が「作製中 (通院中)」と答えた。

11-1. 作製した義歯 (入れ歯・ブリッジ) の種類 (問11-1)

「今までに、義歯を作ったことがある」と回答した8,137人に対して、「どんな義歯を作りましたか」と質問したときの回答状況を表8に示す。表中の、「回答者割合」は回答者総数17,916人に対する百分率で、「保健福祉動向調査結果の回答者割合」は集計客体数33,427に対する百分率である。

表8 作製した義歯 (入れ歯・ブリッジ) の種類

| 作製した義歯 (入れ歯・ブリッジ) の種類 | 回答者割合 | 保健福祉動向調査結果の回答者割合 |
|----------------------------------|-------|------------------|
| 取りはずしのできる義歯 (入れ歯) | 19% | 21% |
| 取りはずしのできる義歯とできない義歯 (入れ歯とブリッジの両方) | 7 | 5 |
| 取りはずしのできない義歯 (ブリッジ) | 19 | 15 |

12. 歯が抜けたままで、入れ歯やブリッジを使っていない部分の有無 (問12)

「歯が抜けたままで、入れ歯やブリッジを使っていない部分がありますか」との質問に対して、3,542人 (20%) が「ある」と答えた。

13. 歯科医療に対する要望の有無（問13）

「歯科医療に対して要望がありますか」との質問に対して、11,386人（64%）が「ある」と答えた。

13-1. 歯科医療に対する要望の内訳（問13-1）

「歯科医療に対して要望がある」と回答した11,386人に対して、「どんな要望ですか（複数回答可）」と質問したときの回答状況を表9に示す。表中の、「回答者割合」は回答者総数17,916人に対する百分率で、「保健福祉動向調査結果の回答者割合」は集計客体数33,427に対する百分率である。

表9 歯科医療に対する要望

| 歯科医療に対する要望 | 回答者割合 | 保健福祉動向調査結果の回答者割合 |
|---------------------------|-------|------------------|
| 保険の範囲をひろげてほしい | 27% | 36% |
| 夜間や休日でも治療が受けられるようにしてほしい | 27 | 41 |
| なるべく待たせないようにしてほしい | 22 | 23 |
| 診療回数を減らしてほしい | 22 | 23 |
| 治療内容や費用等についてわかりやすく説明してほしい | 18 | 22 |
| 職場での健康診断に歯科も含めてほしい | 8 | 10 |
| 歯科診療所や病院の歯科が近くにほしい | 5 | 12 |
| その他 | 2 | 2 |

歯科医療に対する要望として、「保険の範囲をひろげてほしい」、「夜間や休日でも治療が受けられるようにしてほしい」、「なるべく待たせないようにしてほしい」、「診療回数を減らしてほしい」などが多く選択された。

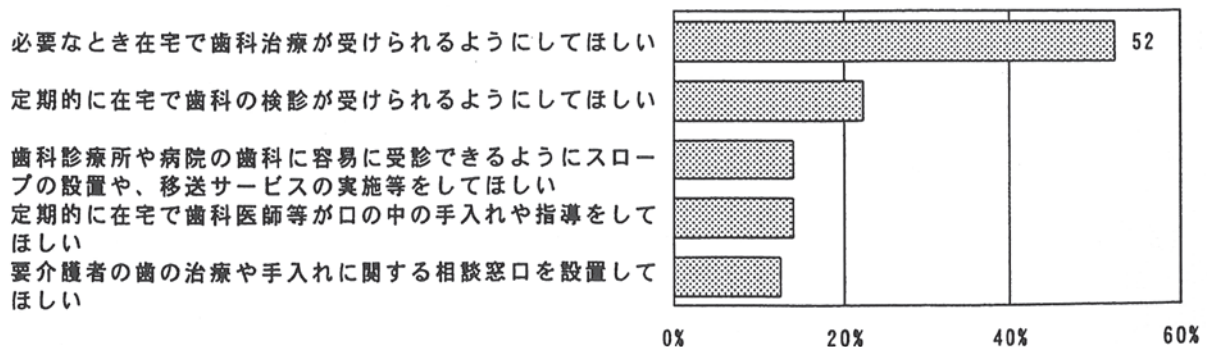
14. 在宅で介護を要するようになったときに望むサービスの有無（問14）

「ご自身が寝たきり等で在宅で介護を要するようになったときに望むサービスはありますか」との質問に対して、13,094人（73%）が「ある」と答えた。

14-1. 在宅で介護を要するようになったときに望むサービスの内訳（問14-1）

「在宅で介護を要するようになったときに望むサービスがある」と回答した13,094人に対して、「どんなサービスですか（複数回答可）」と質問したときの回答状況を図19に示す。

図19 在宅で介護を要するようになったときに望むサービス

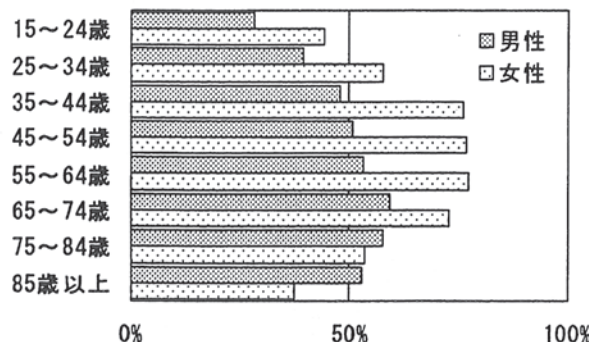


在宅で介護を要するようになったときに望むサービスとして「必要なときに在宅で歯科治療が受けられるようにして欲しい」を選択した人が9,383人(17,916人の52%)いた。訪問歯科診療の社会的認知の高い様子が窺える。

15. ^{ハチマル・ニイマル}8020運動という言葉を知った人の割合 (問15)

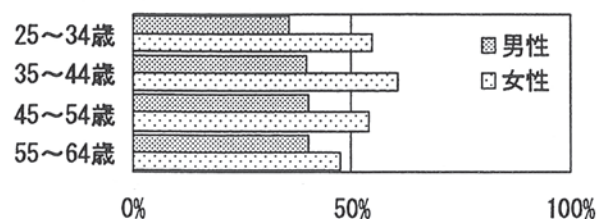
「^{ハチマル・ニイマル}8020運動という言葉を知ったことがありますか」という質問に対して、11,320人(63%)が「ある」と答えた。8020運動という言葉を知ったことのある人の割合を年齢階級別に図20に示す。

図20 8020運動という言葉を知ったことのある人の割合



平成9年度に行われた静岡県成人歯科調査の結果を参考図Eに示す。静岡県成人歯科調査は、平成9年12月～10年2月に歯科診療所を訪れた患者に対して、市町村毎に200人(25～34・35～44・45～54・55～64歳の各年齢階級で男女25人ずつ)になるように口腔診査ならびに質問紙調査を行ったものである。本調査とは調査対象が異なるため単純には比較できない。

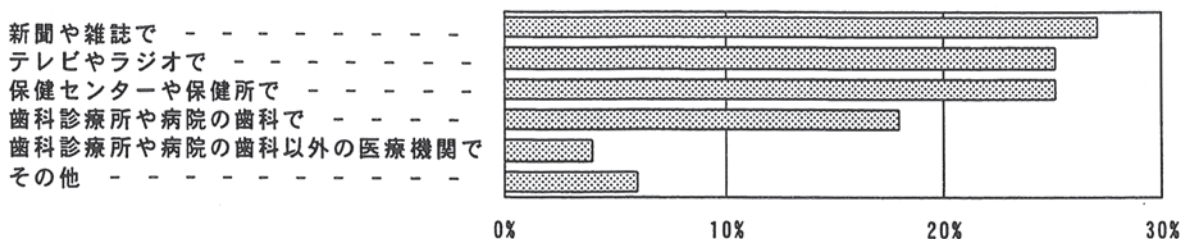
参考図E 8020運動という言葉を知ったことのある人の割合



15-1. 8020運動という言葉を知った場所 (問15-1)

「8020運動という言葉を知ったことがある」と回答した11,320人に対して、「8020運動という言葉を知ったところを教えてください」と質問したときの回答状況を図21に示す。

図21 8020運動という言葉を知った場所



15-2. 8020運動の意味を知っている人の割合 (問15-2)

「8020運動という言葉を知ったことがある」と回答した人11,320人に対して、「8020運動とは『80歳になっても20本以上の自分の歯を保ちましょう』という運動であることをご存知ですか」と質問したとき、回答者の61%が「はい」と答えた。

16. 8020の意味を知っている人の割合（問16）

「『20本以上の自分の歯があれば、ほとんどの食べ物をおいしく食べられる』ということをご存知ですか」と質問したところ、12,825人（72%）が「はい」と答えた。

健康状態ならびに健康に関わる生活習慣

17. 食事をとる時刻（問17）

「食事は3食ほぼ決まった時間に食べていますか」と質問したところ、15,285人（85%）が「食べている」と答えた。20歳代の男性の60%・女性の71%が3食ほぼ決まった時間に食べていた。また、65歳以上で3食ともほぼ決まった時間に食べている人の割合は94%で、歯の数との関連は認められなかった。

18. 夜10時以降の食事（問18）

「夜10時以降に食事をとりますか。①よく食べる ②時々食べる ③ほとんど食べない」と質問したところ、546人（3%）が「よく食べる」、3,452人（19%）が「時々食べる」と答えた。

19. 外食（問19）

「外食（市販のお弁当も含みます）をしますか。①ほとんど毎日2回以上外食する ②ほとんど毎日1回外食する ③週に4～5回外食する ④週に2～3回外食する ⑤ほとんど外食しない」と質問したところ、4,420人（25%）が週に2回以上、外食をしていた。

20. おいしい食事（問20）

「おいしく食事ができますか」と質問したところ、16,504人（92%）が「はい」と答えた。75～84歳の人の87%が、おいしく食事ができると答えた。

21. 栄養のバランスへの配慮（問21）

「栄養のバランスに気をつけていますか。①気をつけている ②少し気をつけている ③気をつけていない」と質問したところ、8,905人（50%）が「気をつけている」と答えた。栄養のバランスに気をつけている人の割合は、40歳代の男性30%・女性51%、60歳代の男性51%・女性67%であった。

22. 塩分のとりすぎへの配慮（問22）

「ふだん塩分のとりすぎに気をつけていますか」と質問したところ、12,609人（70%）が「気をつけている」と答えた。

23. 脂肪のとりすぎへの配慮（問23）

「ふだん脂肪のとりすぎに気をつけていますか」と質問したところ、13,094人（73%）が「気をつけている」と答えた。

24. 自身の食事に対する評価（問24）

「今のご自身の食事についてどのように思いますか。①とても良い、②ほぼ良い、③あまり良くない、④まったく良くない」と質問したところ、1,601人（9%）が「とても良い」、13,041人（73%）が「ほぼ良い」と答えた。

25. 週に1日以上の運動（問25）

「運動を週に何日くらい行っていますか。①週に（ ）日 ②週1日未満 ③行っていない」と質問したところ、5,999人（33%）が「週に1～7日」と答えた。週に1日以上の運動をしている人の割合は、20歳代の男性38%・女性18%、30歳代の男性23%・女性18%、50歳代の男性26%・女性31%であった。

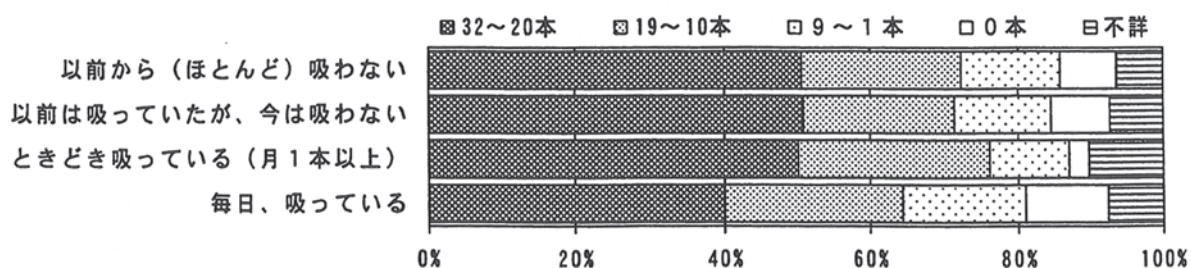
26. 日常生活の中で意識的に体を動かすこと（問26）

「日常生活の中で意識的に体を動かすようにしていますか（問24で答えた運動は除きます）。①いつもしている ②時々している ③していない」と質問したところ、5,013人（28%）が「いつもしている」と答えた。

27. 喫煙の状況（問27）

「20歳以上の方だけお答え下さい。たばこを吸いますか。①以前から（ほとんど）吸わない ②以前は吸っていたが、今は吸わない ③ときどき吸っている（月1本以上） ④毎日、吸っている」と質問したところ、20歳以上の17,177人のうち2,334人（14%）が「毎日、吸っている」と答えた。毎日、喫煙している人の割合は、20歳代の男性41%・女性11%、30歳代の男性46%・女性7%であった。65歳以上における喫煙状況別の歯の数を図22に示す。

図22 65歳以上における喫煙状況別の歯の数



65歳以上で20本以上の歯を持つ人の割合は、「毎日、吸っている」群で40%であり、他の3群の50～51%に比べて低かった。

28. 受動喫煙の状況（問28）

「この1か月間に自分以外の方が吸っていたたばこの煙を吸う機会がありましたか。①あった ②なかった ③覚えていない」と質問したところ、15～19歳の739人のうち444人（60%）が「あった」と答えた。20歳以上の「以前から（ほとんど）吸わない」11,085人ならびに「以前は吸っていたが今は吸わない」1,961人の合計13,046人のうち8,771人（67%）が「あった」と答えた。

29. 飲酒の状況（問29）

「20歳以上の方だけお答え下さい。あなたは、週に何日お酒（アルコール）を飲みますか。①週に（ ）日 ②週1日未満 ③ほとんど飲まない」と質問したところ、20歳以上の17,177人のうち4,070人（24%）が「週に（1～7）日」と答えた。

30. ストレス（問30）

「この1か月間に、不満・悩み・苦労などによるストレスなどがありましたか。①大いにあった ②多少あった ③あまりなかった ④まったくなかった」と質問したところ、3,228人（18%）が「大いにあった」、8,361人（47%）が「多少あった」と答えた。

31. ストレス解消法（問31）

「自分なりのストレス解消法がありますか」と質問したところ、11,572人（65%）が「ある」と答えた。自分なりのストレス解消法を持っている人の割合は、20歳代70%、40歳代67%、60歳代65%であった。

32. 就寝時刻（眠りにつく時刻）（問32）

「ここ1か月間の平均的な就寝時刻（眠りにつく時刻）をお答えください。①（ ）時（ ）分頃 ②決まっていない」と質問したところ、2,448人（14%）が「決まっていない」と答えた。

33. 睡眠時間（問33）

「ここ1か月間の平均的な睡眠時間をお答えください。（ ）時間（ ）分」と質問したところ、15,409人（86%）が6時間以上と答えた。

34. 睡眠による休養（問34）

「この1か月間、睡眠によって休養が十分とれましたか。①十分にとれた ②ほぼ十分にとれた ③あまり十分ではなかった ④まったく不足していた」と質問したところ、3,311人（18%）が「十分にとれた」、8,996人（50%）が「ほぼ十分にとれた」と答えた。

35. 健康状態（問35）

「あなたの現在の健康状態はいかがですか。①よい ②まあよい ③ふつう ④あまりよくない ⑤よくない」と質問したところ、3,083人（17%）が「よい」、4,800人（27%）が「まあよい」と答えた。65歳以上の人の43%が「よい」もしくは「まあよい」と答えた。なお、保健福祉動向調査結果では65歳以上の人の30%が「よい」もしくは「まあよい」と答えている。

36. 定期的な健康診断や人間ドック（問36）

「あなたは、毎年1回以上、定期的に健康診断、人間ドックなどを受けていますか（病気の治療や経過観察のための受診は除きます）」と質問したところ、11,347人（63%）が「受けている」と答えた。

37. 高血圧（問37）

「これまでに医師から高血圧と言われたことがありますか」と質問したところ、1,968人（11%）が「はい」と答えた。高血圧と言われたことのある人の割合は、30歳代の男性11%・女性2%、50歳代の男性28%・女性22%であった。

38. 糖尿病（問38）

「これまでに医師から糖尿病と言われたことがありますか」と質問したところ、1,025人（6%）が「ある」と答えた。糖尿病と言われたことのある人の割合は、40歳代の男性5%・女性2%、50歳代の男性11%・女性4%であった。

III. 調査結果の要約

1. 調査結果の読み方

本調査は「任意」の世帯に調査票を配付して実施したもので、回答者には市町村別・年齢別・性別に偏りが見られた（2頁の1.と2.ならびに3頁の3.）。さらに、本調査結果において現在の健康状態を「よい」もしくは「まあよい」と答えた人の割合（18頁の35.）ならびに「20本以上」の歯を持つ人の割合（4頁の最初の段落）が平成11年保健福祉動向調査の結果より高く、回答者は県民の代表値より健康状態の良好な方向に偏っているものと考えられる。これらの偏りに十分に留意しながら、調査結果を読む必要がある。

2. 歯や口の中の悩み

歯や口の中に悩みや気になることのある人の割合が70%（4頁の図3）と高く、悩みの内容として、ものがはさまる、歯が痛んだりしみたりする、歯ぐきから血が出たりはれたりする等が挙げられた（4頁の図4）。これらのことより、多くの県民が歯や口の中に悩みを抱えている実態が明らかになった。

3. 歯や歯ぐきの健康を保とうとする意欲

8020運動という言葉聞いた人の割合が63%（14頁の15.）で、歯や歯ぐきの健康のために注意している人の割合が77%（6頁の6.）と高く、注意している内容として、食後の歯みがきや洗口、歯の根もとの歯みがき、よくかんで食べること等が挙げられた（7頁の図7）。これらのことより、多くの県民が歯や歯ぐきの健康を保とうとする意欲を持っていることが分かった。

4. 歯や歯ぐきの健康を保つための行動や生活習慣

過去1年間に歯科健康診査を受けた人の割合が37%（11頁の9.）、歯みがき指導を受けた人の割合が28%（11頁の8.）、5分以上歯をみがく人の割合が21%（9頁の7-1.）、歯間部清掃用具を使っている人の割合が20%（9頁の7-3.）といずれも低かった。これらのことより、多くの県民が歯や歯ぐきの健康を保つために適切な行動をとっているとか好ましい生活習慣を身につけているとは言い難い。

5. 今後の展望

本調査結果より、県民の多くが歯や口の中に悩みを抱えていて、歯や歯ぐきの健康を保とうとする意欲は見られるものの、歯や歯ぐきの健康を保つための適切な行動や好ましい生活習慣に必ずしも結びついていないことが判明した。今後は、8020推進員・市町村保健主管課・かかりつけ歯科医等の健康づくりスタッフが住民と共に8020運動をより一層、活発に展開されることを願いたい。

IV. 県民が8020を達成するための対策

今回の結果から静岡県民が皆8020を達成するのは難しいようです。8020達成にはまず歯を失ってしまう歯科の2大疾病である「むし歯」と「歯周病」の対策を考えなければなりません。

1. むし歯の対策

子供のむし歯は減少し、平成16年度学校保健統計調査速報によると12歳児での永久歯のむし歯（むし歯やむし歯になって削ったり抜いてしまった歯の本数）は1.9本で、10年前に比べて半減しています。これは、学校における定期健診、フッ化物の利用、口腔清掃状態の改善や保健思想の向上などによると考えられます。

しかし、学校を卒業した後は職場や地域で定期健診を受ける機会の乏しく、依然としてむし歯に苦しむ大人が多いようです。今回の調査で分かるように「ものがはさまる」、「歯が痛んだり、しみたりする」といった歯や口の中の悩みや気になることのある人が15歳以上の全ての年齢階級で過半数を占めているものの、多くの人は「もう少し様子を見ようと思う」とか「近々、歯科診療所にかかろうと思う」と歯科を受診していない状況にあります。年に1回でも歯科健診を受けることによって早期治療などの健康管理をできるのですが、大人になると健診を受ける人は少ないのが現状です。むし歯は、症状が出たり消えたりすることはあっても、ほとんどの場合、自然治癒することなく悪化する一方です。そして悪くなったむし歯は、大きく削ったり、神経を抜いたり、最悪の場合は抜かなければならなくなったりします。年に1回は歯科健診を受けるようにしたいものです。

むし歯の対策としては、どうしても口腔清掃、つまり「歯ブラシ」を重要視してしまいがちです。確かに口腔清掃はむし歯の原因となるプラークを除去する有力な手段ですが、これだけでむし歯を予防するのは難しいのです。現在、むし歯の予防は、「むし歯菌」の作った酸によって歯が溶けること（脱灰）を抑えて、溶けた歯が唾液やフッ化物の作用によって元に戻る（再石灰化）を促すことが重要であるといわれています。口腔清掃のみならず、規則正しい食生活や良好な生活習慣で歯を脱灰させないようにすること、そしてフッ化物の利用により再石灰化を促進することが何より重要なのです。

2. 歯周病の対策

最近では、テレビで「歯周病」対策の歯ブラシや歯磨き粉のコマーシャルがよく流れるので「歯周病」という名前を知っている人は多いと思います。しかしながら歯周病の本当の怖さ、そしてその対策について知っている人はとても少ないのが現状です。

全ての病気に対して共通することですが、その対策は3つの段階が考えられます。それは、

- 1) まず病気を知ること
- 2) 自分自身の状態を健診等で知ること
- 3) 病気の対処法を知り、継続的に実行すること

の3つです。何事も「敵を知り己を知れば百戦危うからず」です。

1) まず病気を知ること

8020推進員の方々は、歯周病が歯ぐきの病気で生活習慣病であること、そしてそれは口の中だけの問題でなく全身の病気に関連していることをご存じだと思います。しかし、むし歯は悪くなったところを削って詰めてもらうという治療のイメージがわきやすいのに対して、歯周病は病気も治療法もなかなかイメージのわきにくいことが難点です。現実には歯周病になっても、治療を受けて痛みがなくなり症状が改善してしまうと「喉もと過ぎれば〜」で通院しなくなってしまう人が

多いようです。症状がなくなっただけでは治ったとはいえ、多くの生活習慣病と一緒に専門家による定期的な管理を行わないと本当の治癒とならないのです。

しかし、テレビの健康情報番組である病気や食べ物を取り上げると翌日は病院やスーパーが満員になるといったことが起きるように、情報をわかりやすく提供することによって病気に対する意識を上げることは可能なのです。これは多分どこかの偉い先生が難しい顔をして学問的に詳しく説明してもこんなことにはならないだろうと思います。

歯周病の対策として、まず歯周病について正しい情報をわかりやすく説明してあげる機会を増やすことが第一だと考えます。何かの集まりの際に歯科医師に講演を依頼する、健康に関する集まりの時にチラシやパンフレットを配るなどの方法から始めてみるのがよいと思います。また、8020推進員の方に一般の方々への動機づけをしてもらうことも重要です。

2) 自分自身の状態を健診等で知ること

本来なら、自分のかかりつけ歯科医を持ち定期的に口の中の状態を把握することが最も良いのです。しかし、この調査でも分かるように、何らかの症状があってもなかなか歯科診療所に足を向けるのは難しく、歯周病が重症になってから受診するようです。

最近では市町村で歯科健診や歯科相談を行うことが多いのですが、歯科健診や歯科相談を受ける人には歯に自信のある人が多いようです。30代・40代・50代の働き盛りの人は初期から中程度の歯周病にかかっていることが多く歯周病対策において一番大切な年代なのですが、職場で歯科健診が行われない限り、余程のことがないと市町村での歯科健診を受けることはないようです。

自分の状態が分からないと対処法は分かりません。歯周病についての情報発信を地域で繰り返し行い、市町村での歯科健診を受けやすい環境を作るなどの対策を講じたいものです。そのためにも、8020推進員の方々の活躍する場があると思います。

3) 病気の対処法を知り、継続的に実行すること

歯周病は生活習慣病で、全身の健康状態と関連する病気です。また、歯周病の予防ならびに治療において一番重要である口腔清掃についても、歯肉の状態や歯の形、歯並び、かみ合わせ等によってその方法は変わってきます。歯科診療所では、歯周病の診査を行った上で、個人個人に応じた口腔清掃法を指導します。

生活習慣病で難しいのは、糖尿病などと同じように薬を使って一時的に良くなっても、生活習慣が改善しない限り病気が再発してしまうことです。歯周病もダイエットと同じで、一時的に良くなっても良い状態を持続するには何らかの方法が必要なのです。現在、最も有効なのは歯科診療所で定期的な健康管理（歯科健診とPMT C等の専門的な口腔清掃）を受けることであると報告されています。これは、かかりつけの歯科診療所をもち、長いつきあいの中で健康な状態を維持することです。

3. まとめ

このように、8020を達成するには「むし歯」と「歯周病」の対策を講ずることが大切で、特に歯周病対策においては歯科診療所で定期的な健康管理を受けることが重要です。多くの人がかかりつけ歯科診療所を持ち、歯科だけでなく全身の健康づくりに取り組んでほしいと思います。歯の健康に関する情報の提供、それも地域に密着した情報提供のために8020推進員の方々の協力が必要です。歯科医師会は8020推進員の方々を全力でバックアップ致します。

調査依頼文書ならびに調査票

平成16年2月

各 位

ハチマルニイマル
8020健康静岡21推進会議

平成15年度 歯科保健県民調査へのご協力をお願い

このたび8020健康静岡21推進会議は、県民の歯科保健を向上するために、県民調査を実施させていただくことになりました。お忙しい処お手数をお掛けいたしますが、8020推進員がお持ちする調査票にご回答いただきますよう、お願い申し上げます。

つきましては、15歳以上のご家族お一人につき一枚ずつ調査票に無記名でご回答下さい。調査結果につきましては、集計が済み次第、何らかの形でご報告します。調査に関するご質問は、8020健康静岡21推進会議（事務局：静岡県歯科医師会（電話054-283-2591））までお問い合わせ下さい。

ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

以 上

平成15年度 歯科保健県民調査票

15歳以上の方は全員ご回答ください。お一人につき一部ずつご記入をお願いします。質問に対して、あてはまる項目に○をつけるとともに、空欄の部分に記入してください。

問1 市町村名をお書き下さい。() 市・町・村)

問2 年齢をお知らせ下さい。() 歳

問3 性別をお知らせ下さい。①男性 ②女性

お口の健康状態（鏡でお口の中をご覧になりながらお答えください）ならびに、お口の健康に関すること

問4 ご自身の歯は何本ありますか。さし歯や冠のように、ご自身の歯の根が残っている場合はご自身の歯として数えます。

() 本

問5 歯や口の中に、悩みや気になることがありますか。

①ある ②ない {→問6へ}



問5-1 歯や口の中の悩みや気になることは、どんなことでしょうか。

(複数回答可)

- ①歯が痛んだり、しみたりする
- ②歯がぐらつく
- ③歯ぐきから血が出たり、はれたりする
- ④ものがはさまる
- ⑤口臭がある
- ⑥粘るような不快感がある
- ⑦歯ならびが気になる
- ⑧かみあわせがよくない
- ⑨口をあけるとあごがゴリゴリ音がする
- ⑩歯がない
- ⑪その他 ()

問5-2 歯や口の中の悩みや気になることに、どう対処されていますか。

- ①現在、歯科診療所にかかっている
- ②近々、歯科診療所にかかろうと思う
- ③もう少し様子を見ようと思う
- ④その他 ()

問6 ふだん、歯や歯ぐきの健康について注意していますか。

- ①注意している ②注意していない {→問7へ}

↓

問6-1 どのように注意していますか。(複数回答可)

- ①歯科検診を受けるようにしている
- ②歯石をとってもらおうようにしている
- ③食事の後、歯をみがいたり口をすすぐようにしている
- ④歯周病にならないように、根もとまでみがくようにしている
- ⑤甘いものを、食べたり飲んだりしないようにしている
- ⑥バランスのとれた食事をこころがけている
- ⑦よくかんで食べるようにしている
- ⑧歯や歯ぐきの健康を特に意識して喫煙をしないようにしている
- ⑨その他 ()

問7 一日に何回、歯を磨きますか。

- ①1回 ②2回 ③3回以上 ④磨かない日がある {→問8へ}

↓

↓

↓

問7-1 一日のうち、一番ていねいに歯をみがく時間は何分ぐらいですか。

- ①30秒ぐらい
- ②1分ぐらい
- ③2分ぐらい
- ④5分ぐらい
- ⑤10分ぐらい
- ⑥15分以上

問7-2 一日に1回以上、フッ素入り歯みがき剤を使っていますか。

- ①使っている ②使っていない

問7-3 一日に1回は、歯間部清掃用器具を使っていますか。

- ①使っている ②使っていない {→問8へ}

↓

問7-4 どんな歯間部清掃用器具を使っていますか。(複数回答可)

- ①デンタルフロス(歯間清掃用の糸)・糸(付き)ようじ
②歯間ブラシ
③歯間刺激子(ラバーチップ・トゥースピック)
④水流式口腔洗浄器

問8 この一年間に、正しい歯ブラシの使い方についての指導(歯みがき指導)を受けましたか。

- ①受けた ②受けていない {→問9へ}

↓

問8-1 どこで歯みがき指導を受けましたか。

- ①歯科診療所や病院の歯科で ②その他

問9 この一年間に、歯科健康診査を受けましたか。

- ①受けた ②受けていない {→問10へ}

↓

問9-1 どこで歯科健康診査を受けましたか。

- ①歯科診療所や病院の歯科で ②その他

問10 この一年間に、歯科診療所や病院の歯科で診療を受けましたか。

- ①受けたことがある ②現在、治療中である ③受けていない

問11 今までに、義歯(入れ歯・ブリッジ)を作ったことがありますか。

- ①作ったことがある ②作製中(通院中) ③作ったことがない

↓

{→問12へ}

{→問12へ}

↓

問11-1 どんな義歯を作りましたか。

- ①取りはずしのできる義歯(入れ歯)
②取りはずしのできる義歯とできない義歯(入れ歯とブリッジの両方)
③取りはずしのできない義歯(ブリッジ)

問12 歯が抜けたままで、入れ歯やブリッジを使っていない部分がありますか。

- ①ある ②ない

問13 歯科医療に対して要望がありますか。

- ①ある ②ない {→問14へ}



問13-1 どんな要望ですか。(複数回答可)

- ①歯科診療所や病院の歯科が近くにほしい
- ②夜間や休日でも治療が受けられるようにしてほしい
- ③職場での健康診断に歯科も含めてほしい
- ④なるべく待たせないようにしてほしい
- ⑤診療回数を減らしてほしい
- ⑥治療内容や費用等についてわかりやすく説明してほしい
- ⑦保険の範囲をひろげてほしい
- ⑧その他 ()

問14 ご自身が寝たきり等で在宅で介護を要するようになったときに望むサービスはありますか。

- ①ある ②ない {→問15へ}



問14-1 どんなサービスですか。(複数回答可)

- ①必要なとき在宅で歯科治療が受けられるようにしてほしい
- ②定期的に在宅で歯科の検診が受けられるようにしてほしい
- ③定期的に在宅で歯科医師等が口の中の手入れや指導をしてほしい
- ④歯科診療所や病院の歯科に容易に受診できるようにスロープの設置や、移送サービスの実施等をしてほしい
- ⑤要介護者の歯の治療や手入れに関する相談窓口を設置してほしい
- ⑥その他 ()

問15 ^{ハチマル・ニイマル}8020運動という言葉を知ることがありますか。

- ①ある ②ない {→問16へ}



問15-1 8020運動という言葉を知ったことがどこですか。(複数回答可)

- ①歯科診療所や病院の歯科で
- ②歯科診療所や病院の歯科以外の医療機関で
- ③保健センターや保健所で
- ④新聞や雑誌で
- ⑤テレビやラジオで
- ⑥その他 ()

問15-2 8020運動とは「80歳になっても20本以上の自分の歯を保ちましょう」という運動であることをご存知ですか。

- ①はい ②いいえ

問16 「20本以上の自分の歯があれば、ほとんどの食べ物をおいしく食べられる」ということをご存知ですか。

- ①はい ②いいえ

健康状態ならびに健康に関わる生活習慣

問17 食事は3食ほぼ決まった時間に食べていますか。

- ①いる ②いない

問18 夜10時以降に食事をとりますか。

- ①よく食べる ②時々食べる ③ほとんど食べない

問19 外食(市販のお弁当も含みます)をしますか。

- ①ほとんど毎日2回以上外食する
②ほとんど毎日1回外食する
③週に4～5回外食する
④週に2～3回外食する
⑤ほとんど外食しない

問20 おいしく食事ができますか。

- ①はい ②いいえ ③どちらともいえない

問21 栄養のバランスに気をつけていますか。

- ①気をつけている ②少し気をつけている ③気をつけていない

問22 ふだん塩分のとりすぎに気をつけていますか。

- ①気をつけている ②気をつけていない

問23 ふだん脂肪のとりすぎに気をつけていますか。

- ①気をつけている ②気をつけていない

問24 今のご自身の食事についてどのように思いますか。

- ①とても良い ②ほぼ良い
③あまり良くない ④まったく良くない

問25 運動を週に何日くらい行っていますか。

- ①週に()日 ②週1日未満 ③行っていない

問26 日常生活の中で意識的に体を動かすようにしていますか（問25で答えた運動は除きます）。

- ①いつもしている ②時々している ③していない

☆☆☆ 20歳以上の方だけお答え下さい ☆☆☆

問27 たばこを吸いますか。

- ①以前から（ほとんど）吸わない
②以前は吸っていたが、今は吸わない
③ときどき吸っている（月1本以上）
④毎日、吸っている

問28 この一か月間に自分以外の方が吸っているたばこの煙を吸う機会がありましたか。

- ①あった ②なかった ③覚えていない

☆☆☆ 20歳以上の方だけお答え下さい ☆☆☆

問29 あなたは、週に何日お酒（アルコール）を飲みますか。

- ①週に（ ）日 ②週1日未満 ③ほとんど飲まない

問30 この一か月間に、不満・悩み・苦勞などによるストレスがありましたか。

- ①大いにあった ②多少あった
③あまりなかった ④まったくなかった

問31 自分なりのストレス解消法がありますか。

- ①ある ②ない

問32 ここ一か月間の平均的な就寝時刻（眠りにつく時刻）をお答えください。

- ①（ ）時（ ）分頃 ②決まっていない

問33 ここ一か月間の平均的な睡眠時間をお答えください。

- （ ）時間（ ）分

問34 この一か月間、睡眠によって休養が十分とれましたか。

- ①十分にとれた ②ほぼ十分にとれた
③あまり十分ではなかった ④まったく不足していた

問35 あなたの現在の健康状態はいかがですか。

- ①よい ②まあよい ③ふつう ④あまりよくない ⑤よくない

問36 あなたは、毎年1回以上、定期的に健康診断や人間ドックなどを受けていますか(病気の治療や経過観察のための受診は除きます)。

- ①受けている ②受けていない

問37 これまでに医師から高血圧と言われたことがありますか。

- ①ある ②ない

問38 これまでに医師から糖尿病と言われたことがありますか。

- ①ある ②ない

質問は以上で終わりです。
ご協力ありがとうございました。

ハチマルニイマル
8020県民調査
—歯科保健県民調査報告—

平成17年 3月
8020健康静岡21推進会議発行

事務局：(社)静岡県歯科医師会事務局内
〒422-8006 静岡市曲金3丁目3番10号
TEL 054-283-2591(代)

<編集>

静岡県歯科医師会8020運動推進部

| | |
|----|-------|
| 部長 | 西原 和行 |
| 部員 | 桑原 聡 |
| 同 | 赤池 滋 |
| 同 | 岡村 裕一 |
| 同 | 浅倉 達也 |
| 同 | 才川 隆弘 |
| 同 | 守吉 久光 |

静岡県健康福祉部健康増進室主幹 古谷みゆき

静岡県東部健康福祉センター技監 中村 宗達

福岡歯科大学社会歯科学分野助教授

静岡県歯総合政策検討室特別室員 渡辺 猛

