



16長食改第52号
平成17年3月28日

財団法人8020推進財団
理事長 井堂 孝純 様

長野県食生活改善推進協議会
会長 原 楯



平成16年度歯科保健活動助成事業

「食と歯の健康づくり」普及啓発事業の実施結果について（報告）

平成16年度歯科保健活動助成事業「食と歯の健康づくり」普及啓発事業を完了したので、次のとおり関係書類を添えて報告します。

記

1 関係書類

平成16年度歯科保健活動助成事業「食と歯の健康づくり」普及啓発事業実施報告書

事務局	長野県衛生部保健予防課健康増進係
	吉川 さなえ
電話	026-235-7150
ファクシミリ	026-235-7170
E-mail	hokenyob@pref.nagano.jp

＜事業名 「食と歯の健康づくり」 普及啓発事業＞

1 目的

健康日本21の「歯の健康（8020運動）」を達成させるためには、歯科医師のみの取組みで完結するものではなく、日頃から「食」といった場面等で協働する方々との相互理解と協力関係の構築が必要である。

本事業のねらいは、8020運動を広く地域に根ざした運動として定着させるために、「食」を中心とした健康づくりを各ライフステージに併せて推進している食生活推進改善協議会が取り組んでいる「ヘルスサポーター21」の事業に「食と歯の健康」をテーマとして加え、今まで「歯の健康（8020運動）」にあまり関心を示さなかった地域住民にも「おいしく、楽しく、食べるためには、歯の健康が重要である」ということを認識していただき、8020運動の普及向上を図ることにある。

地域住民への歯の健康保持のために、予防の重要性を歯科保健指導・フッ化物塗布事業の展開している長野県歯科保健センターと長野県歯科医師会が、実施主体である長野県食生活改善推進協議会の事業推進をサポートし、長野県における歯科保健事業に新たに「食と歯の健康」という健康観を育成していくことで、更なる県民の健康増進を図り県民益につなげていく。

2 実施主体

長野県食生活改善推進協議会
長野県歯科保健センター
長野県歯科医師会

3 対象

ヘルスサポーター21等の研修会に参加する中学生から高齢者までの住民（男女）

4 事業内容

① 講習会の開催

ヘルスサポーター21等の研修会の日程に「食と歯の健康」のテーマで講習会を追加して行う。

保健所単位ごとに1回実施する。1保健所あたり複数の支部がある場合は、各支部間で調整し実施する。

② 講師

食生活改善推進協議会会員のうち、長野県歯科医師会が認定した8020推進員及び長野県歯科保健センターから歯科衛生士を派遣する。

③ 講習会資料

8020推進財団作成の「よく噛んで おいしく食べて 元気な生活」及び8020推進員育成研修会テキストから抜粋した資料を使用する。

5 実施結果

(1) 事業実績

実施日	人数(人)	対象者	実施市町村
11月6日(土)	20	幼児親子	波田町
11月6日(土)	22	成人	高山村
11月9日(火)	47	成人	長野市
11月10日(水)	16	成人	大町市
11月12日(金)	28	成人	高山村
11月13日(土)	58	小学生	朝日村
11月15日(月)	25	成人	飯山市
11月20日(土)	36	成人	飯田市
11月25日(木)	55	成人	伊那市
11月25日(木)	50	成人	佐久市
11月29日(月)	21	成人	上田市
12月5日(日)	30	成人	中野市
12月7日(火)	33	成人	丸子町
12月10日(金)	23	成人	諏訪市
12月14日(火)	28	成人	浅科村
12月22日(水)	38	成人	豊科町
1月14日(金)	22	成人	千曲市

○ 実施回数 17回 参加人員 552人

(2) 実施事例

<事例1(資料 別紙1~3)>

実施日：平成16年11月25日(木)

場所：長野県伊那合同庁舎会議室

対象者：食生活改善推進員支部及び市町村役員

講師：8020推進員

研修内容：8020運動について

歯の2大疾患について

各ライフステージにおける口腔保健ケアについて

食生活との関わりについて

調理実習

参加者の感想：

- ・ 8020運動のことは、知っていたが、詳細がわかって良かった。
- ・ 自分の歯が何本かも知らなかったことに反省させられた。
- ・ 家族全員が歯のケアをきちんとして清潔に保たないと、う触を感染させて

しまうことがわかり本当に良かった。

- ・ 歯周病の怖さがわかり今まで以上に歯磨きなどを気をつけたい。
- ・ 孫へのおやつとの与え方やおやつを選び方などとても勉強になり、これからは気をつけたい。
- ・ 調理実習も皆で協力し合って楽しく作れ、また会話をしながら楽しく食事ができ地域に推進していきたい。

<事例2（資料 別紙4）>

実施日：平成16年11月25日（木）

場所：佐久市保健センター

対象者：一般女性

講師：歯科医師、歯科保健センター歯科衛生士、8020推進員

研修内容：講話「食事を楽しみましょう」「健やかな生活リズムを」

調理実習「食卓は、主食・主菜・副菜でバランスよく」

講話「8020とは？」「う触と歯周病について」

講話・実技「口腔ケアについて」

参加者の感想：

- ・ 身近な材料を使って時間もかからず、それでいて美味しい料理を教えて頂きよかった。
- ・ 主食、主菜、副菜、副々菜とバランスのとれた食事が歯の健康やからだの健康によいことがわかった。
- ・ 実習を通して、食生活や歯の健康に関心が深まった。
- ・ 歯の大切なこと、歯周病等歯科医の先生にいろいろ学ばせていただきよかった。
- ・ 歯のみがき方についての歯科衛生士さんの話がわかりやすく、今のみがき方はあまり良くなかったなと思った。
- ・ 歯みがきが大切なことがわかった。これからしっかりみがきたい。

6 評価及びまとめ

歯科医師会主催の8020推進員研修会を受講した8020推進員が、自分の地域において事業を実施することにより、歯の健康についてより多くの人に普及啓発することができた。

本事業は、食生活改善推進員が実施しているため、調理実習を伴うことが多かった。丈夫な歯をつくるためにはまず食生活が重要であることから、食生活との関わりについても併せて普及啓発でき、総合的な歯の健康づくりへの実践に結びつくと思われる。

受講者の中には、受講したことを家族や友人にも伝えたいとの感想が何人にも見られた。このように歯科の専門職種のための普及以外にも、8020推進員という住民により身近な者が歯の健康について伝達することにより、家族や友人等より多くの住民に伝わり、8020推進の輪が広がることが期待できる。