

財団法人8020推進財団
平成18年度 歯科保健活動助成事業報告書

事業名：主婦健診会場における歯科保健指導活動の展開
申請者名：財団法人日本口腔保健協会 会長 森本 基
実施組織：財団法人日本口腔保健協会
日本歯科大学新潟生命歯学部衛生学講座
健康保険組合主婦健診協議会

I. 事業の概要

複数の健康保険組合の共同事業により、被扶養者（主婦）を対象とした一般医科の「主婦健診」が実施されている。そこで、主婦健診会場の受診者に対して口腔内観察に基づき歯科保健指導を行い、セルフケアの実践及び定期的歯科健診の必要性を指導し、歯の健康習慣への動機づけを支援した。

本活動により、歯科健診の機会が少ない主婦層に対して、歯科保健指導を受ける機会を提供することができた。さらに、主婦へのセルフケア支援をとおして、家族の歯の健康づくりへの動機づけとなることが期待できた。

また、歯科保健指導活動参加者に対してアンケート調査を行い、主婦の歯の健康への関心度、受けた後の感想等について把握することができた。

II. 事業の内容

健康保険組合主婦健診協議会が実施する主婦健診会場に歯科衛生士を派遣し、歯科保健指導を希望する主婦を対象に歯科保健指導活動を行った。全80会場(別紙1)における参加者は1,525人であった。参加者に対する具体的な実施内容は次のとおりである。

- ① 口腔内の観察
- ② 観察結果に基づく相談・指導
- ③ 歯垢染め出し
- ④ 歯口清掃の実地指導
- ⑤ セルフチェック・セルフケアのポイント指導

また、80会場のうち、首都圏等34会場の参加者1,016人を対象に質問紙(別紙2)によるアンケート調査を行い、990人(97.4%)から回答を得た。

III. 参加者の状況

参加者の年齢階級別構成は、20歳未満は0人、20～29歳（以下、20歳代）は38人(3%)、30～39歳（以下、30歳代）が650人(43%)と最も多く、次いで40～49歳（以下、40歳代）が578人(38%)、50～59歳（以下、50歳代）が219人(14%)であり、60歳以上は40人(3%)であった。

IV. 口腔状況と生活習慣の状況

口腔内の観察は、①現在の状態（歯・口腔に関する自覚症状、歯科受診状況、食生活等）、②現在歯の状況、③歯肉、歯垢・歯石の状況、④歯みがき習慣等について行った。

項目別の状況は、別紙3のとおりである。

以下に観察結果の要点を記す。

20歳代と60歳以上の参加者が少なかったため、参加者全体、および30歳代、40歳代、50歳代別にまとめた。

1. 歯・口腔の状況

1) 現在歯の状況

参加者の87%が処置完了者であり、年齢階級別では、30歳代と40歳代が88%、50歳代は84%であった。一人平均現在歯数は、全体では28歯、年齢階級別では、30歳代と40歳代は28歯、50歳代が27歯であり、自分の歯が揃っている者が多かった。

2) 歯肉、歯垢・歯石の状況

歯肉の状況(CPIコード)は、健康な者(コード0)が全体で19%、年齢階級別では、30歳代が22%、40歳代が19%、50歳代が13%と年齢が進むにつれて少なくなる。歯肉炎の者(コード1+2)は、全体で71%であり、年齢階級別では30歳代で73%、40歳代で72%、50歳代で66%であった。また、歯周炎の者(コード3+4)は、全体で10%、年齢階級別では30歳代で5%、40歳代で9%、50歳代で21%と50歳代で急増している。

歯垢(プラーク)の付着状況は、良好な者が全体で64%であり、年齢階級別による差が認められない。歯石の付着状況は、良好な者が全体で68%であり、年齢階級別では30歳代が71%、40歳代が69%、50歳代が57%と年齢が進むにつれて少なくなる傾向がみられた。

2. 現在の状態

自覚症状(①~⑤)では、「食べ物が歯の間にはさまる」者が最も多く、全体で72%あり、年齢階級別では30歳代が65%、40歳代が76%、50歳代が83%と多くなる。

このほか「口臭があると感じる・他人から言われた」者が全体で34%、「歯が痛む・しみる」者が全体で26%あった。

「かかりつけ歯科医がある」者は、全体で70%あり、年齢階級別では40歳代が76%、50歳代が79%と多い。この1年間の歯科受診では、全体で「治療を受けた」者が43%、「歯石除去を受けた」者が40%、「健診を受けた」者が38%であり、いずれも年齢階級別では30歳代が他の年齢階級別と比べて少ない。また、「歯みがき指導を受けた」者は全体で27%であり、歯科受診行動の中で最も少ない。「かかりつけ歯科医」の存在と「歯石除去」、「健診」、「歯みがき指導」の経験との間には差があり、「かかりつけ歯科医」を十分に活用できていない状況が窺われた。

食生活習慣では、全体では「朝食をほぼ毎日とっている」者が94%、「よくかんで食べるようにしている」者は69%であり、年齢階級別による差はない。しかし、「よく甘いものを食べる」者は全体で65%であり、30歳代では71%と多かった。



図1 主婦健診受付



図2 身体測定、血圧測定



図3 心電図の順番待ち



図4 歯科保健指導のコーナー

3. 歯みがき習慣

1日の歯みがき回数は、全体では2回が59%、3回以上が35%で、年齢階級別による差はない。歯みがきの時期は、全体では「朝食後」が90%で最も多く、以下「就寝前」が70%、「昼食後」が33%、「夕食後」が28%の順であった。時期について、年齢階級別による特徴はほとんど見られない。1回の歯みがき時間は、1~5分までの者が全体では78%と多い。

歯みがきが「適切」に行われているか、参加者に歯ブラシを自分の口腔内に当ててもらい判定した。この結果、適切と思われる者は全体で22%であり、年齢階級別による差はなかった。

歯ブラシ以外の清掃用具の使用は、全体では「フロス」が36%、「歯間ブラシ」が24%で、前者は30・40歳代でやや多く、後者は50歳代が多かった。

V. アンケート調査の結果

質問項目別の回答状況は、別紙4のとおりである。

1. 歯科保健指導活動を受けた動機（複数回答、Q1）

全体では回答者の3分の2近い64%が「歯の健康が大切」だからと答え、年齢階級別では30歳代で60%であるが50歳代では70%と多い。次いで全体では50%が「歯の検診を受けたかった」と答え、30歳代と40歳代では半数を超えているが50歳代では42%と少なかった。「歯で気なるところがある」が3番目に多く、全体では24%であり、年齢階級別による違いはない。

2. 歯について知りたいこと、指導を受けたいこと（複数回答、Q2）

全体では3分の2近くが「歯周病予防」と「歯のみがき方」を挙げており、前者については40歳代と50歳代が多く、後者については年齢階級別による違いはない。したがって、「歯周病予防」は40歳以降に希望者が多く、「歯のみがき方」は全年齢を通じて希望者が多い。3番目に多いのは、30歳代では「子どもの歯」についてが27%、40歳代と50歳代では「歯科医の選び方」である。このように、Q2では年齢階級別により知りたい、指導を受けたい回答に違いが見られた。また、複数回答であるため、平均の選択肢数は30歳代で多く50歳代で少ない。

3. 歯の健康について知っていること（Q3）

全体では「たばこを吸う人には歯周病が多い」が47%で最も多く、30歳代では50%と多く、50歳代では39%と少なかった。次いで「よくかまないと口の中が乾燥するようになる」が全体で28%、「片側だけにかんでいると片頭痛が起こる」が全体で27%であった。前者では30歳代で25%と少なく、後者では50歳代で38%と多かった。「老後、食べる楽しみが多い人は寝たきりになりにくい」も50歳代では30%（3位）、40歳代では28%（3位）、30歳代では14%（5位）で、年齢階級別により知っていることに違いが見られた。

4. 歯の健康相談を受けた感じ（Q4）

全体では97%が「よかった」と答え、年齢階級別による違いが見られない。「よくなかった」は4名(0.4%)であった。

5. 歯の健康相談を定期的に受けたいか（Q5）

前問と同様に全体では97%が「毎年受けたい」と答えている。

VI. 事業の評価

受けた後のアンケート調査の結果から、ほとんどの参加者が歯科保健指導活動に参加して「よかった」、「毎年受けてみたい」と答えており、本活動に対して高い評価を得たと判断される。

VII. 今後の取り組み

今回のアンケート調査により、主婦は歯の健康について高い関心をもっていることがわかった。30歳代の主婦は「子どもの歯」についての関心が高い。子どもの歯の健康は母親の関心度、知識に大きく左右されるため、主婦本人の指導と合わせて、子どもの年齢層にあわせたポイント指導が必要である。

歯周病は、大きく歯肉炎と歯周炎とに区分され歯肉炎から歯周炎へと進行していく。歯肉炎はすでに10歳代で見られるが、多くの者が歯周炎に進行する40歳以降で気づく。今回の調査においても、40歳代、50歳代で「歯周病の予防について」が知りたい・指導を受けたい者が30歳代に比べ多いが、若年層からの生活習慣面での指導が必要である。

「介護時の口腔清掃や義歯の清掃について」は、高齢者をかかえていると思われる40歳代、50歳代においても関心度が低く、この年代の主婦に対しては介護予防に役立つ口腔ケアについての啓発指導が必要である。

また、「歯周病」と「喫煙」との関係については理解されているが、「糖尿病」との関連についてはまだ浸透していない。歯周病は多くの全身疾患と深くかかわっており、メタボリックシンドロームとの関連性についても指摘されており、今後の指導における重点項目である。

これまで健康保険組合においては被保険者本人を対象とした歯科健診が実施されてきたが、歯科健診事業の一環として、主婦を対象とした歯科健診事業が必要である。

家庭での健康管理の要である主婦の役割は大変重要であり、職域も含め成人には法律による歯科領域の保健指導が十分でない今日、主婦に対する歯科健診の実施は意義がある。

今後、健康保険組合等に働きかけ、本活動の必要性を訴え、広く普及させることが重要と思われる。

(別紙1)

平成18年度主婦健診 実施状況

No.	会場名称	参加者数	アンケート実施数
1	仙台サンプラザ	19	19
2	土浦市民会館	5	5
3	JA共済埼玉ビル	10	10
4	誉会館(浦和)	10	
5	イコス上尾	8	
6	朝霞市民会館	10	
7	入間市民会館	24	24
8	春日部市商工振興センター	5	
9	川越福祉センター	8	8
10	鴻巣市文化センター	4	4
11	越谷市立総合体育館	5	5
12	坂戸市勤労福祉センター	6	
13	草加市民体育館	6	
14	所沢市文化センター	26	
15	三郷市文化会館	4	
16	久喜総合文化会館	5	5
17	市川勤労福祉センター	8	
18	鎌ヶ谷市総合保険センター	4	4
19	千葉県労働者福祉センター	18	
20	市原市民会館	2	
21	浦安市文化会館	5	
22	柏商工会議所	7	
23	習志野商工会議所	9	9
24	フローラ西船	11	
25	八千代市民会館	9	
26	北区赤羽会館	8	8
27	昭島市勤労商工市民センター	50	50
28	足立区勤労福祉会館	10	10
29	高島平地域センター	3	
30	江戸川区総合文化センター	6	6
31	大田区産業プラザ	16	16
32	砧区民会館	11	11
33	江東総合区民センター	11	11
34	サンシャインシティ文化会館	15	15
35	世田谷区民会館	12	12
36	五反田TOC	24	24
37	中野体育館	28	
38	サンライフ練馬	13	13
39	青梅商工会議所	18	
40	小平市福祉会館	52	52

No.	会場名称	参加者数	アンケート実施数
41	国分寺商工会館	94	94
42	清瀬市民センター	19	19
43	サンピア多摩	62	62
44	立川グランドホテル	105	105
45	調布グリーンホール	31	31
46	八王子労政会館	153	153
47	西東京市民会館	64	64
48	町田市健康福祉会館	45	45
49	三鷹市公会堂	56	56
50	むさし府中商工会議所会館	45	45
51	海老名市商工会館	14	
52	川崎市産業振興会館	8	
53	神奈川サイエンスパーク	41	
54	けやき会館	31	
55	秦野市文化会館	14	
56	平塚商工会議所会館	7	
57	藤沢商工会議所	10	
58	大和市生涯学習センター	4	
59	瀬谷区公会堂	8	8
60	磯子公会堂	4	
61	金沢区公会堂	3	
62	新横浜グレイスホテル	28	
63	ホテルコスモ横浜	13	13
64	緑区公会堂	11	
65	甲府市北部市民センター	19	
66	京都社会福祉会館	5	
67	アンシェルデ・マリアージュ	15	
68	大阪リバーサイドホテル	24	
69	豊中市立労働会館	6	
70	クィーンピア堺	10	
71	ノボテル甲子園	9	
72	宝塚ホテル	10	
73	伊丹シティホテル	4	
74	ベルクラシック神戸	35	
75	奈良ロイヤルホテル	7	
76	札幌歯科口腔外科	1	
77	香林歯科・矯正歯科	1	
78	武井歯科	2	
79	津田歯科医院	1	
80	林歯科	1	
	合計	1,525	1,016

(別紙3)

1. 現在歯の状態	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
処置完了者	87.3%	92.1%	87.7%	87.5%	84.3%	89.7%
一人平均現在歯数	27.89歯	28.89	28.41	27.73	26.87	26.4

2. 現在の状態 (複数回答)	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
①歯が痛む・しみる	26.2%	31.6%	30.0%	24.2%	20.1%	22.5%
②歯ぐきから血が出る	23.3	23.7	21.1	23.9	27.4	30.0
③顎の関節が痛む(開きにくい)	11.6	13.2	12.8	11.6	9.6	2.5
④口臭があると感じる ・他人から言われたことがある	34.4	42.1	30.2	35.5	38.8	57.5
⑤食べ物が歯の間にはさまる	71.9	68.4	64.8	75.6	82.6	77.5
⑥この1年間に歯科医院で 歯の治療を受けた	43.2	50.0	39.4	45.2	47.9	45.0
⑦この1年間に歯科医院で 歯科健診を受けた	37.5	31.6	35.2	41.2	37.4	27.5
⑧この1年間に歯科医院で 歯みがき指導を受けた	26.6	28.9	24.2	28.0	29.2	30.0
⑨この1年間に歯科医院で 歯石をとってもらった	39.9	39.5	36.9	42.9	40.2	42.5
⑩かかりつけ歯科医院がある	69.8	44.7	62.2	75.6	78.5	85.0
⑪鏡で自分の歯や歯ぐきを よくチェックする	48.1	26.3	47.4	49.1	50.2	52.5
⑫歯ブラシは1ヶ月以内に交換する	52.3	36.8	49.5	55	56.6	47.5
⑬朝食はほぼ毎日とっている	94.4	84.2	94.6	94.1	96.3	92.5
⑭よくかんで食べるようにしている	69.3	76.3	70.9	66.6	71.7	62.5
⑮よく甘いものを食べる	65.4	81.6	70.8	61.4	58.9	57.5
⑯タバコを毎日吸っている	5.8	7.9	5.1	6.6	5.5	5.0
⑰タバコが歯周病の進行に 影響することを知っている	38.2	36.8	38.9	37.4	37.9	42.5

3. CPIコード 最大値の分布	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
CPIコード最大値 0	19.1%	21.1%	22.0%	18.9%	12.8%	7.5%
CPIコード最大値 1	4.1	5.3	4.2	4.2	4.1	2.5
CPIコード最大値 2	67.3	73.7	68.5	68.0	61.6	62.5
CPIコード最大値 3	8.0	-	5.1	7.8	16.4	20.0
CPIコード最大値 4	1.5	-	0.3	1.2	5.0	7.5

4. 口腔清掃の状態

① 歯垢の程度

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
良い	63.7%	50.0%	65.8%	62.1%	62.6%	72.5%
ふつう	33.5	44.7	32.5	33.9	34.7	27.5
不良	2.8	5.3	1.7	4.0	2.7	-
対象外(歯のない者)	-	-	-	-	-	-

② 歯石の程度

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
良い	67.7%	71.1%	70.6%	68.5%	57.1%	62.5%
ふつう	29.4	26.3	27.5	27.5	39.7	35.0
不良	2.9	2.6	1.8	4.0	3.2	2.5
対象外(歯のない者)	-	-	-	-	-	-

③ 歯みがき習慣

a 歯みがき回数

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
毎日みがかない	-	-	-	-	-	-
1日1回	6.4%	2.6%	6.3%	6.4%	5.9%	12.5
1日2回	59.1	71.1	59.1	58.3	61.2	50.0
1日3回以上	34.5	26.3	34.6	35.3	32.9	37.5
対象外(歯のない者)	-	-	-	-	-	-

b 歯みがき時期

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
朝食後	89.7%	78.9%	90.8%	89.8%	88.1%	90.0%
昼食後	33.4	28.9	34.5	33.4	31.1	35.0
夕食後	28.2	18.4	29.5	26.6	26.0	50.0
起床時	7.5	13.2	5.5	8.1	10.5	20.0
就寝前	69.8	78.9	68.2	71.8	73.1	42.5
その他	2.8	7.9	2.8	2.8	1.8	5.0

c 1回の

歯みがき時間

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
1分未満	6.1%	5.3%	4.3%	6.6%	9.6%	10.0%
1分から5分未満	77.8	65.8	80.3	78.2	74.0	62.5
5分から10分未満	10.7	23.7	10.0	10.2	10.0	20.0
10分 以上	5.4	5.3	5.4	5.0	6.4	7.5

d みがき方

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
適切	21.8%	21.1%	23.5%	21.1%	16.4%	35.0%
部分的に適切	70.6	65.8	70.3	70.8	74.4	57.5
不適切	4.5	7.9	3.2	5.0	5.9	5.0
電動ブラシのみ使用	3.1	5.3	2.9	3.1	3.2	2.5

e 清掃器具

	全体	～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
デンタルフロス	35.3%	18.4%	35.8%	39.8%	29.2%	12.5%
歯間ブラシ	24.1	7.9	17.2	25.1	40.6	47.5
電動ブラシ	9.8	13.2	9.5	9.0	11.4	15.0
つまようじ	5.2	-	2.9	6.1	10.5	5.0
その他	2.0	5.3	1.5	2.2	0.9	7.5

(別紙4)

Q1. 歯の健康相談を受けた動機は何ですか？(複数回答)

	全 体	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
回 答						
A1.歯の健康が大切	64.0%	59.1%	60.1%	65.3%	69.7%	80.0%
A2.歯で気になるところがある	23.9	13.6	25.4	22.5	24.8	24.0
A3.歯のことを相談したかった	8.8	13.6	8.7	7.3	9.7	24.0
A4.歯の検診を受けたかった	50.3	54.5	52.9	51.7	42.1	32.0
A5.その他	2.9	-	3.1	2.9	3.4	-

Q2. 歯について知りたいこと、または指導を受けたいことは何ですか？(複数回答)

	全 体	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
回 答						
A1.歯周病予防について	62.6%	54.5%	57.2%	67.1%	68.3%	60.0%
A2.歯のみがき方	62.4	54.5	61.8	63.2	61.4	76.0
A3.歯科医の選び方	20.1	31.8	21.0	17.5	20.7	20.0
A4.歯の治療内容	13.7	9.1	14.7	13.3	10.3	28.0
A5.子どもの歯	16.4	18.1	26.8	11.7	-	4.0
A6.介護時の口や義歯の清掃	1.0	-	0.7	1.3	1.4	-
A7.その他	0.8	-	1.0	0.5	-	8
無回答	1.4		0.7	1.8	2.1	-

Q3. 歯と健康について知っていることは何ですか？(複数回答)

	全 体	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
回 答						
A1.よくかまないと口の中が乾燥するようになる	28.4%	22.7%	25.1%	32.1%	27.6%	36.0%
A2.たばこを吸う人には歯周病が多い	46.8	59.1	49.5	46.0	38.6	52.0
A3.片側だけでかんでいると片頭痛がおこる	27.4	18.2	24.9	28.2	37.9	28.0
A4.歯周病と糖尿病とは密接な関係がある	19.9	22.7	15.7	21.1	24.8	40.0
A5.老後、食べる楽しみが多い人は寝たきりになりにくい	22.5	18.2	14.3	28.2	30.3	32.0
無回答	16.7	-	20.3	14.4	12.4	-

Q4. 今日、歯の健康相談を受けてどう感じましたか？

	全 体	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
回 答						
A1.よかった	97.4%	90.1%	97.8%	97.9%	96.6%	96.0%
A2.ふつう	2.1	9.1	1.7	1.8	2.8	-
A3.よくなかった	0.4	-	0.5	0.3	0.7	-
無回答	0.1	-	-	-	-	4.0

Q5. 歯の健康相談を定期的に受けたいですか？

	全 体	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳～
回 答						
A1.毎年受けたい	97.3%	100.0%	98.8%	96.3%	96.5%	92.0%
A2.()年間隔で受けたい	2.2	-	1.2	3.1	2.1	8.0
1年	0.7	-	0.7	0.5	1.4	-
2年	1.1	-	0.2	1.8	0.7	-
2～3年	0.2	-	-	0.5	-	-
5年	0.1	-	0.2	0.3	-	-
A3.受けたくない	0.3	-	-	0.3	1.4	-
無回答	0.2	-	-	0.3	0.7	-

Q7. できれば、年齢を教えてください

回 答	全 体	
	人	%
20歳未満	0	-
20～29歳	22	2.2
30～39歳	414	41.8
40～49歳	383	38.7
50～59歳	145	14.6
60歳以上	25	2.5
無回答	1	0.1