

とちぎ歯の健康センターだより

No. 8
2001
12月1日発行

みんなでつくろう生涯健康とちぎ
〈とちぎ健康21プラン〉歯の健康

「歯の衛生週間」に無料歯科検診・相談
障害者歯科診療所

巡回歯科診療／センター事業案内



栃木県・栃木県歯科医師会

とちぎ歯の健康センターでは「歯の衛生週間」にちなみ平成7年度から毎年6月第2週の2日間に、一般の歯科医院に通院困難な障害をおもちの方を対象に歯科検診と相談を無料でおこなっています。これは学校卒業後には機会の少ない歯科検診を提供し、「自分の口の中はいったいどうなっているのか」を正しく理解し「どうしたら歯を守るのか」を一緒に考えるための活動です。

	平成7年	平成8年	平成9年	平成10年	平成11年	平成12年	平成13年
年齢	0~9歳	14	14	16	9	10	16
	10代	2	9	11	14	16	13
	20代	4	7	6	18	21	15
	30代		3	3	5	2	8
	40代	1	2	2	2	8	3
50歳以上	1	1	4	6	3	8	4
要治療者	12名	12名	22名	33名	43名	38名	55名
定期検診へ	10名	24名	20名	21名	17名	25名	12名
受診者合計	22名	36名	42名	54名	60名	63名	67名

平成7年開始当初はわずか22名だった検診受診者数は左表のように年々増加しました。7回目となった平成13年度は67名となり、このうち55名(82%)には治療が必要な虫歯や歯周病が見つかりました。早期発見は軽度治療につながりますので、簡単な治療で良い歯を維持するために定期的な検診はたいへん効果があると期待されます。

無料検診には突然の事故で身体不自由となり長年かかりつけの歯科医院に通院できなくなられた方、子供の成長にあわせて毎年欠かさず相談に見える方、そして特に困るところは無くとも年1回のセンターのスタッフとの再会を楽しみに来てくださる方など理由は様々ですが、歯科診療室を気軽に訪ねていただく良い機会となっています。

検診受診者の声

栃木頸髄損傷連絡会から「とちぎ歯の健康センター」で障害者を対象に無料で歯の健康診断をやっているとの知らせを受けました。

早速いってみると車椅子のまま診察室に入れるバリアフリーになっていて安心しました。

先生やスタッフの方もとてもやさしく丁寧に診察してくださり、歯の磨き方やブラシの持ち方まで教えていただき大満足でした。

展示コーナーでは、口臭チェックや口の中の細菌検査などを受けました。日頃から良く磨いているつもりでしたが、細菌がたくさんいたり、口臭があったりびっくりでした。

歯に対する正しい知識が身につきましたし検診の大切さを痛感いたしましたので、これからも定期検診を続けたいと思います。

有馬和江さん



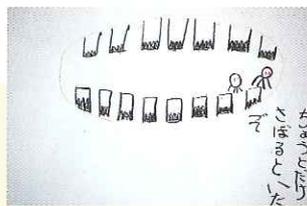
◀「仲良い兄妹と一緒に歯医者さんも怖くない」



▶「食欲がないのですが入れ歯を作ったほうがよいのでしょうか」



▲Y・K君 9才



▲S・Tさん 27才

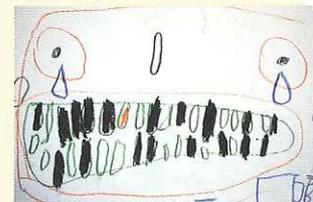


▲A・Tちゃん 9才



▶H・Yちゃん 7才

歯医者さん



▲Y・Kさん 20才



▶T・Sさん 17才



▶Y・Yさん 35才

歯の衛生週間には来院患者さんによる「歯医者さん」のポスター展示を行っています。治療中には歯磨きすら困難な子供が、画面いっぱい歯ブラシやコップを描いてくれたり、ビッタリの台詞をバイキンマンに言わせたりと感動的な力作がたくさんそろいます。

次回の無料歯科検診・相談は平成14年6月11日(火)・12日(水)に実施を予定しています。また作業所等の集団無料検診につきましては日時を変えてご相談に応じます。 連絡先 028-648-6480

巡回歯科診療

歯科巡回診療バス「ルリちゃん号」で、県内のへき地や身体障害者更生援護施設及び老人福祉施設等へ歯科医師、歯科衛生士が訪問し歯科診療を行っています。

○へき地巡回診療（年60回実施）

無歯科医地区を有する市町村の中で、要請のあった地域を訪問し、地域住民の希望者に歯科診療を行っています。



展示コーナー・図書資料室

センター2階には、歯に関するパネルや模型の展示コーナーがあり、歯磨きチェック・口臭チェック・口の中の細菌観察・パソコンゲームなど体験しながら、口腔ケアについて学ぶことができます。また、図書資料室には図書やビデオ等資料を揃えてあり、自由に閲覧もできます。

視察・研修会

センターでは、県民を対象に、歯についての講習会や実習を伴う視察研修を行っています。

その他、歯科医療関係者の研修も開催しています。



永久歯等対策事業

要請のあった県内の保育所（園）・幼稚園の幼児と保護者等を対象に、「6歳臼歯」を中心に歯科保健指導を行っています。

また、市町村からの要請に基づき、歯科保健対策事業に関する企画等の際の相談等も行っています。

この事業におけるとちぎ歯の健康センター歯科衛生士の派遣については、無料となっております。

平成13年度実施施設（市町村別）

へき地巡回診療

栗山村…栗山小学校
川俣小中学校
烏山町…烏山東小学校
馬頭町…大内小学校
馬頭西小学校
南那須町…下江川中学校
江川小学校
愛和苑(老)
大和久育成園・学園(障)

施設巡回診療

〔(老)…老人施設
(障)…障害者施設〕
宇都宮市…ハートフィールド(障)
宮の里(老)
鹿沼市…あいりん(障)
小山市…花見ヶ岡学園(障)
田沼町…蓬萊荘(老)
足利市…きたざと学園(障)
ティアクティビティセンター-銀河(障)
真岡市…きたはら(老)

○施設巡回診療（年40回実施）

希望のあった施設を訪問し、歯科診療を行っています。

施設入所している方で、一般開業医に通院困難な方など、歯科治療にお困りの方、お気軽にご相談ください。



口腔衛生指導啓発事業

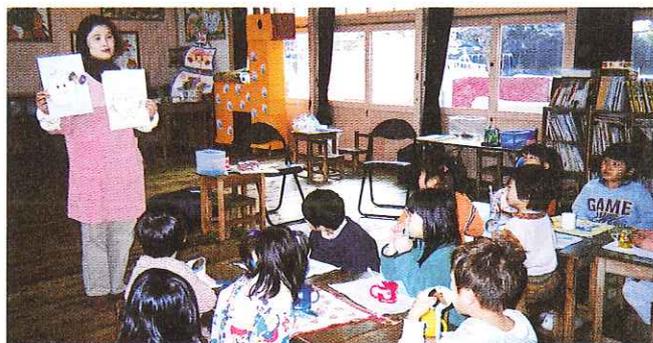
県内の障害者施設に歯科医師・歯科衛生士が訪問し、歯についての講話や歯磨きの指導を実施しています。

施設の希望により歯科健診も実施しています。

平成13年度は、6施設で実施しております。

予防歯科

県で実施している乳幼児2次健康診査や親子教室に、とちぎ歯の健康センターの歯科衛生士を派遣し、歯科保健指導を行っています。



上記事業を希望される方は、当センターにご連絡ください。 ☎028(648)6480
また、平成14年4月に開設予定のホームページ「栃木県の歯科保健」に「とちぎ歯の健康センター」の事業内容を掲載しますのでご覧下さい。

〈とちぎ健康21プラン〉歯の健康

21世紀の国民が心身ともに健康に生活できる社会を実現するために厚生省（現厚生労働省）が、「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を策定し、新たな健康づくりへの取組を開始しました。

「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」の地方計画として、栃木県では、本県の実情にあった計画として、県民の方々に「自分の健康は自分でつくる」という意識をもって家庭・学校・職場・地域など社会全体が一体となって健康づくりに取り組むための、総合的な健康づくりの指針として「とちぎ健康21プラン」を策定しました。

「みんなでつくろう 生涯健康とちぎ」をスローガンに、9つの分野を重点領域として健康づくり県民運動を展開しております。

その1つとして「歯の健康」が位置付けられ、「80歳になっても20本以上の自分の歯を保とう」という「8020運動」を目標に、各ライフステージに応じた適切な口腔疾患の予防のための生活習慣の改善と検診等を充実させることになりました。

目標

各ライフステージに応じた適切なむし歯・歯周病予防を実践し、生涯にわたり自分の歯を20本以上保てるよう努めます。

1. 8020（はちまるにいまる）運動について正しく理解します。

○歯の健康を保つことが高齢者の生活の質（QOL）を高めることを理解し、80歳で自分の歯を20本を目標に、むし歯や歯周病にならないよう歯の健康を保ちます。

2. むし歯を予防します。

○幼年期から歯磨きの習慣を身につけ正しい歯磨きを施行します。
○むし歯になりづらい甘味料を使うなど幼年期の間食の内容を工夫し、甘味食品・飲料等の間食を減らし、時間を決めて与えます。等

3. 歯周病の発症・進行を予防

○正しい歯磨きなどの方法を歯科医師などの専門家から指導を受けます。
○専門家の指導を受けてデンタルフロスや歯間ブラシなどの歯間部清掃用器具を使います。等



目標実現のために（関係主体の取組）

●第1ステップ【よく知るために】

・生涯にわたり自分の歯を20本以上保てるよう、幅広い年代を対象に8020運動について普及啓発を推進します。

●第2ステップ【実践するために】

・歯磨きの施行などむし歯予防を進めるとともに、早期発見・早期治療を推進します。
・定期的な検診や歯石除去などにより、歯周予防を推進します。

●第3ステップ【継続するために（環境づくり）】

・学校や地域などで、専門家による歯科保健指導や相談が受けられる体制の充実を図ります。
・障害児者や寝たきりの高齢者などに対する、歯科診療体制の充実を図ります。

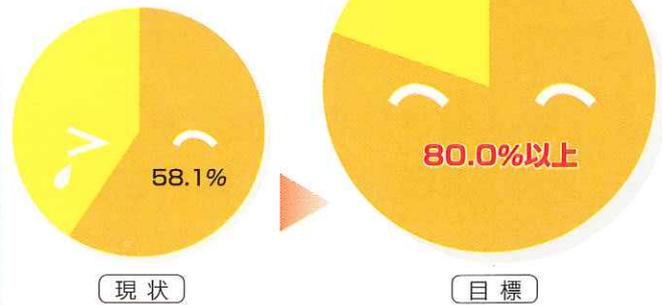


重点領域の目標値

●むし歯のない幼児の増加

〔むし歯のない幼児の割合〕	現 状	目 標
3 歳 児	58.1%	80.0%以上

むし歯のない幼児の割合



一人平均むし歯数の減少(学童期)



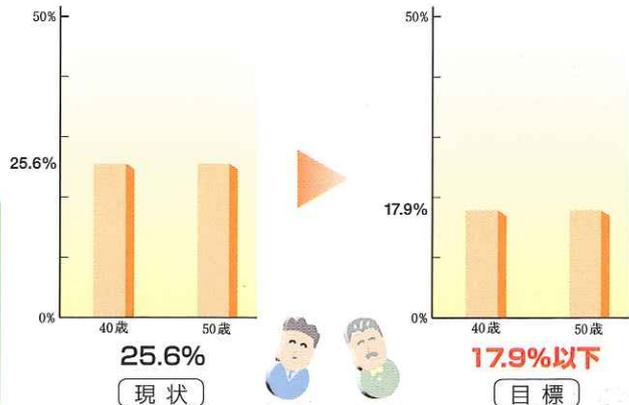
●一人平均むし歯数の減少(学童期)

〔一人平均むし歯数〕	現 状	目 標
12 歳 児	3.3 歯	1 歯以下

●進行した歯周炎の減少(成人)

〔有する人の割合〕	現 状	目 標
40 歳	25.6%	17.9% 以下
50 歳		

進行した歯周炎の減少(成人)



●禁煙支援プログラムの普及

〔禁煙支援プログラム実施市町村の割合〕	現 状	目 標
禁煙支援プログラム実施市町村の割合	—	100%

●80歳で20歯以上、60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の増加



〔自分の歯を有する人の割合〕	現 状	目 標
80 歳	—	平成13年度調査により設定
60 歳		

詳細につきましては、お住まいの市町村、健康福祉センターまたは栃木県健康増進課へお願いします。

栃木県健康増進課健康づくり担当 ☎028(623)3096

クイズ

耳よりな歯なし

Q

小さなむし歯でもあると、宇宙飛行士になれないのでしょうか？

1. 絶対なれない。
2. 小さなむし歯だったらよい。
3. 治療してあればよい。



「なるほど・ザ・保健指導」より引用

A

正解は3です。

宇宙飛行士で有名な毛利さんも実は小さなむし歯があったので、きちんと治療をしたそうです。

それでは、どうしてむし歯があると宇宙飛行士になれないのでしょうか。

宇宙では、空気圧の関係でむし歯があると歯が痛くなりやすいのです。

むし歯が痛くなるのは、歯の神経までむし歯が進み、神経が炎症を起こしたときにガスが出て、歯の中の圧力が上がり痛みとして感じるのです。

これは飛行機でも起こります。

飛行機の中では、約20%も気圧が低下するため、パイロットやスチュワーデスにむし歯があるとたいへんです。

ある航空会社の方のお話ですが、地上で少し痛むむし歯も、上空へ行くとさらに痛みが強まり、フライト時間の長い国際線では場合によっては、乗務員の交代もありえるそうです。

とちぎ歯の健康センター

利用のご案内

☎028 (648) 6480

●開館時間

・ 障害者の歯科診療 — 午前9時～12時

(予約制) — 午後1時30分
～4時30分

・ 歯科相談・指導
(電話・来所)

午前9時～
午後4時30分

・ 展示コーナー

●休館日

土・日・国民の祝日

年末・年始(12月28日～1月4日)



※ JR宇都宮駅より約4km(タクシーにて10～15分)
※ 関東バス 6・7番線 作新学院・駒生行
作新学院前下車 徒歩3分

発行責任者

とちぎ歯の健康センター 代表者 新井 武
宇都宮市一の沢2丁目2番5号 TEL 028(648)6480

印刷所 / (有)正栄社印刷所 宇都宮市下砥上町1438 TEL 028(648)3624