

健康増進計画

「第3期ウエルネスシティ宇陀市健康づくり計画」
令和4年3月策定

● 歯科口腔保健に関する目標項目・現状値・目標値

○全体

	アウトカム指標	現状値（2020年度）	目標値(2025年度)
1	80歳で自分の歯が20本以上ある者の割合（75歳～85歳）	58.0%	増加
2	誤嚥性肺炎死亡割合	4.6% (2019年度)	減少

○妊娠期・育ちざかり世代

・妊娠期・乳幼児期

	アウトプット指標	現状値（2020年度）	目標値(2025年度)
1	むし歯の無い児の割合（3歳児）	77.7%	80.0%
*2	5本以上むし歯のある児の割合（3歳児）	2.5%	2.0%以下
3	1.6で毎日仕上げみがきをする保護者の割合	99.0%	100%
*4	よく噛んで食べている児の割合（3歳児）	77.5% (2022年度)	増加

・幼保学童期

	アウトプット指標	現状値（2020年度）	目標値(2025年度)
1	むし歯の無い12歳児の割合	47.6%	60.0%
*2	歯肉炎有所見者の割合（12歳児）	38.3%	28.0%以下
*3	1日2回以上歯みがきする児の割合（年長児）	85.7% (2021年度)	100%
	〃（小学校4年生）	74.1% (2021年度)	100%
	〃（中学校2年生）	78.8% (2021年度)	100%
*4	高学年まで仕上げみがきをする割合（小学校4年生）	14.7% (2021年度)	30.0%

○働きざかり世代

	アウトプット指標	現状値（2020年度）	目標値(2025年度)
1	一人平均現在歯数を増やす（40歳～64歳）	25.9本	26.0本
2	60歳で24本以上自分の歯がある人の割合	87.5%	90.0%
*3	進行した歯周炎を有する人の割合（CPI）	81.9%	70%以下
*4	よく噛んで食べている人の割合（40歳以上）	68.7%	増加
5	1年間に定期的に歯科の健診を受ける人の割合（40歳～）	58.7%	67.0%
6	毎食後歯みがきする人（40歳代）	23.8%	27.0%

○高齢世代

	アウトプット指標	現状値（2020年度）	目標値(2025年度)
1	年齢別一人平均現在歯数（65歳～75歳）	20.9本	22.0本
2	半年前に比べて固いものが食べにくくなった高齢者の割合	29.3%	26.0%以下
3	お茶や汁物でむせることがある高齢者の割合	26.0%	24.0%以下
4	サロン等でのいきいき歯ピーチ操（口の体操）の実施数	36箇所	50箇所

* 第3期計画で新たに追加した指標

歯科口腔保健事業

○ 母子歯科口腔保健事業

No.	事業名称	事業内容	対象者	実施年月日 または間隔	担当スタッフ	費用	実施場所	備考
1	妊婦歯科検診	妊婦に対して歯周疾患検診・歯科指導	妊婦	4月～翌年3月	歯科医師、歯科衛生士	無	市内指定歯科医院	個別方式
2	妊婦歯科相談	母子手帳交付時に、歯周病と低体重児出産や早産についてパンフ渡し歯科検診の勧奨	妊婦	随時	保健師	無	市役所、中央保健センター	
3	ひよこクラス	乳児の体やこころの発達、離乳食、口腔ケアなどについて学べる教室	乳児(生後2～4か月児) との養育者	1ヶ月3回 年4回	保健師、管理栄養士、歯科衛生士、ボランティア等	無	中央保健センター	
4	乳児健康相談	宇陀市立病院の委託にて実施。毎月第3木曜の午後から市立病院小児科で実施し、保健師、栄養士、歯科衛生士の相談も同時に実施する。4ヶ月児保護者には歯周疾患について講話も併せて実施する。	乳児 (4～5か月児・10～11か月児)	年12回	市立病院（医師、看護師、事務職）保健師、管理栄養士、歯科衛生士	無	市立病院	
5	1歳6か月児健診	中央保健センターで集団方式で実施。混雑しないように、時間ごとに対象者の受付を行う。対象者の減少により、2歳の歯科健診、3歳児健診と合同で実施する。	満1歳6か月を越え満2歳に達しない幼児 (満1歳6か月～1歳8か月)	年12回	医師、歯科医師、保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士、その他	無	中央保健センター	
6	2歳児歯科健診	中央保健センターで集団方式で実施。混雑しないように、時間ごとに対象者の受付を行う。対象者の減少により、1歳6ヶ月健診、2歳の歯科健診と合同で実施する。希望者にはフッ化物塗布を「歯ブラン法」で実施。感染対策に気を配る。	2歳児 (2歳6か月まで)	年12回	歯科医師、歯科衛生士、保健師、その他	無	中央保健センター	
7	すくすく教室	毎月のテーマに沿った活動内容で、年齢に応じたものを計画したり子育ての情報を提供したりしながら、親子で楽しい遊びを体験。6月は乳歯の大切さの人形劇の実施を保護者に伝える	2歳児クラス	年12回	保育士 (外部の歯科衛生士の参加なし)	無	子育て支援センター	子育て支援センターの事業、事前に保育士と打ち合わせ仕上げみがきのDVD渡す
8	3歳児健診	中央保健センターで集団方式で実施。混雑しないように、時間ごとに対象者の受付を行う。対象者の減少により、1歳6ヶ月健診、2歳の歯科健診と合同で実施する。	満3歳6か月を越え満4歳に達しない幼児 (満3歳6か月～3歳8か月)	年12回	医師、歯科医師、保健師、看護師、栄養士、歯科衛生士、家庭児童相談員等	無	中央保健センター	
9	歯科健康教育	各幼稚園、保育所、こども園に歯科衛生士が出向き、その対象時についた歯科健康教育の実施、新型ウィルス感染予防対策をしながら、歯みがきの実習や位相差顕微鏡を使用する。依頼があれば赤染後の歯みがきの実習を行い、コロナ過の歯みがきやうがいの仕方を伝える	園児・保護者	歯の衛生週間・良い歯の日 随時	歯科衛生士	無	各施設	
10	歯科訪問	対象者を担当保健師と訪問し、口腔内観察と歯科指導の実施。必要児にはフッ素塗布の実施	各 対象者とその保護者	随時	保健師・歯科衛生士	無	各家庭・施設	
11	各健診フォロー	歯科健診むし歯有病者へのフォロー、医療機関未受診者への受診勧奨	各 対象者	随時	保健師・歯科衛生士	無	中央保健センター	
12	YouTube, HPの配信	「歯みがきレッスン」「仕上げみがきのポイント」動画を作成し、赤ちゃんの事故防止や離乳食の話の子育て応援ムービーを作成し、啓発を実施中。宇陀市自主放送チャンネルでの放送	各 対象者	随時	保健師・管理栄養士・歯科衛生士	無	中央保健センター	
13	むし歯予防ポスター保健室掲示	12歳児（中学1年）のむし歯のある者の割合、1人あたりのむし歯数が高いので昨年は小学校保護者へむし歯予防のリーフレットを作成し配布、R6年度は保健室に「12歳までの仕上げみがき」ポスターを各小学校に掲示する	各 小学校	8月作成し 10月配布	歯科医師・保健師・歯科衛生士・その他	無	中央保健センター・各小学校	
14	口腔機能獲得	乳幼児期は、「食べる・飲み込む」などの口腔機能の基礎を身に着ける重要な時期のため、「0歳からのお口育ち」を配信することで、作成し放送することで「噛む・飲み込む」などの口腔機能を獲得し、正常咬合や顎の発達、促進を図る目的で、企画、撮影し、次年度に宇陀市自主放送チャンネルでの放送。、	各 対象者	12月企画 3月撮影、編集	歯科医師・保健師・歯科衛生士・その他	無	中央保健センター・	

歯科口腔保健事業

○ 成人歯科口腔保健事業

No.	事業名称	事業内容	対象者	実施年月日 または間隔	担当スタッフ	費用	実施場所	備考
1	歯周病検診	対象者に受診券を個別通知し、歯科口腔内健診と歯周ポケット測定後、検診結果等の歯科指導の実施	40歳・50歳・60歳・70歳	6月～翌年2月	歯科医師、歯科衛生士	無	市内指定歯科医院	個別方式
2	若年層歯周疾患検診	対象者に受診券を個別通知し、歯科口腔内健診と歯周ポケット測定後、検診結果等の歯科指導の実施	20歳・30歳	20歳：6月～翌年3月 30歳：6月～翌年2月	歯科医師、歯科衛生士	無	市内指定歯科医院	個別方式
3	糖尿病起因歯周病検診 (歯ビュースマイル検診)	特定健診受診者で、生活習慣病の対象者に歯周疾患検診を実施する。 新型ウィルス感染予防対策を行なが ら実施	特定健診受診者で1年内に歯科健診未受診者で現在歯が10本以上ある者で糖尿病・血圧・コレステロールの結果に該当する者	11月・2月	歯科医師、歯科衛生士 保健師	無	中央保健セ ンター	集団方式
4	働き盛り歯科健康教育	歯周病と全身疾患の関係等の講話(対象者にあわせ)と顎模型を用いたラッ シング指導(誤嚥性肺炎予防・認知症 と口腔ケアの関係) マナボットを使ってのケア	ディサービス担当者会・ U高校専門課程・ H幼稚園保護者会	6月・11月	歯科衛生士	無	各施設	
5	歯科とメタボ関係ちらしの配布	特定健診の質問票の活用から、嗜めな い方はメタボの入り口→歯科受診が必 要等の内容の文章を配布し、早期発見 及び早期治療と歯科保健の向上を図る	特定健診受診者	健診結果送付時	保健師、歯科衛生士	無	中央保健セ ンター	
6	歯周疾患検診受診勧奨ポス ターの掲示(継続)	ウェルネスシティ宇陀市健康づくり計 画の歯の健康目標に、1年間に歯科検診 を受ける人の割合を100%にするための 取り組みとして、受診勧奨用のポス ターを歯科医院に掲示する	市民	随時	歯科衛生士	無	宇陀地区歯 科医院	
7	歯科健康相談	宇陀商工会の会員の健診時に歯科健 康相談コーナーを設け歯みがき回数やか かりつけ歯科医の有無、年1回の歯科 検診の有無等をききと歯科指導を実 施する。	商工会の健診受診者・健康 相談受診者	年2回	歯科衛生士	無	各施設	個別
8	歯周疾患検診・若年層歯周疾 患検診受診勧奨	未受診者に受診勧奨のはがきの送付・ 電話にて受診勧奨をする。 20歳には、成人才に受診勧奨のチラシ の送付をする	20歳・30歳・40歳・50 歳	12月・1月	歯科衛生士	無	中央保健セ ンター	
9	U事業所就労歯科健診と結果通 知	働き盛り世代への積極的な歯科健診を 受ける体制をつくり、早期発見及び治 療と歯科保健の向上を図る。検診結果 をデータにし、社へ説明に行き、昼食 後の歯磨き実施の提案を行い、各従業 員への質問票・検診結果の地チラシを 作成する	従業員	2025/11/12 (歯科検診) 1/17 (検診結果説明)	歯科衛生士・保健師	無	事業所	厚生労働省モ デル事業
10	セット健診・女性のがん検診会場 における歯科啓発 (歯周病リスク検査・歯科指導)	・セット健診・女性のがん検診会場に 前もって配布している歯周病リスク検 査キットにおける簡易チェックの実施 と結果の配布	10月28日(月)セット健 診・女性のがん検診者	10月28日	歯科衛生士・保健師・そ の他	無	中央保健セ ンター	厚生労働省モ デル事業

○ 高齢者歯科口腔保健事業

No.	事業名称	事業内容	対象者	実施年月日 または間隔	担当スタッフ	費用	実施場所	備考
1	歯科健康教育	口腔機能向上の講話や健口体操の実施 等	地域サロン、 イキイキ百歳体操参加者、 老人会、社協ボランティア	随時	歯科衛生士	無	各施設	
2	マダヤール	口腔機能向上の講話や健口体操の実施 等	二次予防事業対象者	年4回	歯科医師、歯科衛生士、 理学療法士	無	各施設	医療介護あん しんセンター事 業
3	いきいき歯ビュービー体操 (お口の体操) DVD周知	高齢期に低下していく口腔機能、咀嚼 能力の低下予防を目的として、お口の 体操を撮影し、うだチャン放送とDV D複製、健康教育の実施。	うだ市民	毎日うだチャン放送	歯科医師・歯科衛生士	無	・各施設 ・うだ チャン放送	H29年度作成
4	巡回ぬく森サロンでの健康教育 (一休化事業ボビュレーションア プローチとして実施)	平成12年度より実施してきた室生地域 対象のぬく森サロンをコロナ禍の中休止。 このことによる介護予防推進の停 滞を防ぐため、地域の通いの場に場所 を移し、「口腔機能向上」「低栄養予 防」などの健康教育を実施する。	室生地域の市民	随時	歯科衛生士・管理栄養士	無	各施設	
5	はづらつ教室 (一休化事業ボビュレーションア プローチとして実施)	高齢者の口腔機能低下及び低栄養によ るフレイル予防で目的として「口腔機能 (咀嚼、嚥下力等) の維持向上や 「バランスのよい食事」について理解 を深めるために講話等を実施する。	棟原、大宇陀、菟田野地域 の市民	随時	管理栄養士・歯科衛生士	無	各施設	
6	高齢者の保健事業と介護予防の一 体化 (ハイリスクアプローチ)	令和5年度後期高齢者健診受診者の 「半年以内にかたい食べ物が食べにく くなった」「お茶や汁物でむせる」を記載した者	市内全域	随時	保健師・管理栄養士・歯 科衛生士	無	各家庭	令和5年2月よ り実施
7	地域巡回歯科指導の活用等	各地域等で歯科衛生士による講話と 健口体操、歯科医師による歯科検診と 歯科衛生士による個別歯科指導の実施	市民	年2回	歯科医師、保健師、歯科 衛生士	無	各施設	県事業の活用
8	8020達成者の選考と表彰をと おした歯科啓発	令和5年度口腔検診受診者(85歳)を 得点化し、最高得点者を最優秀者とし て表彰し、広報11月号・ウェルネス健 康ナビ11月号で放送し、啓発する	市内全域	年1回	保健師・歯科衛生士	無	広報・うだ チャン	

歯科口腔保健事業

○ その他の歯科口腔保健事業

No.	事業名称	事業内容	対象者	実施年月日 または間隔	担当スタッフ	費用	実施場所	備考
1	第2期ウェルネスティ宇陀市健康づくり計画 歯と口の健康づくりの策定と推進	病気を予防し、生涯を健康に暮らすため「健幸都市 ウェルネスティ宇陀市」を推進し、令和3年度が2期計画の最終年度のため推進の評価と計画の見直を行い、第3期計画の施策の検討をし策定を行う。	歯と口の健康部会員	8/5. 9/19. R72/6	歯科衛生士、保健師	無	中央保健センター・宇陀市役所	
2	健康づくり推進協議会	市民の健康づくりに対する協議	健康づくり推進協議会員	年1回	保健師等	無		
3	歯科口腔保健検討委員会	歯科口腔保健に対する協議	歯科医師、歯科衛生士、保健師	R7.3.13	歯科医師、保健師、歯科衛生士	無	中央保健センター	
4	歯科保健啓発	歯と口の健康に関するポスター・標語の募集と審査、啓発、ポスター展示	市内小中学校	年1回	歯科衛生士	無	各施設等	
5	歯科健診結果の集約と各施設への結果報告	6月等で実施している歯科健診を調査、集約し、市内平均や過去の結果と比較する。施設では、保護者へのおたより等に載せ啓発。1人で5本以上ある子どもの支援へつなげる	各幼稚園、保育所、小学校	年1回	歯科衛生士	無	中央保健センター各施設	
6	歯科相談・歯科訪問	身障害児(者)及びその家族に対し、口腔機能の維持に必要な歯科相談等を行うことにより、心身障害児(者)の口腔の健康の保持増進を図ることを目的とする	心身障害児・者	随時	保健師、歯科衛生士	無	各施設、自宅等	
7	「歯と口の健康に関するポスター並びに標語コンクール」	市民に歯科口腔保健の大切さを啓発し、毎食後の歯みがきの励行を推進するために実施する。作品を市役所ふるさとテラスに掲示し、優秀作品のポスターを各施設等に掲示。広報で啓発する	ポスター ・小学生低学年の部 ・小学生高学年の部 ・中学生の部 標語 ・中学生の部	年1回	歯科医師、歯科衛生士、保健師、等	無	中央保健センター・市役所ふるさとテラス展示	
8	ウェルネス健幸ナビ（うだ）	健康のことを月ごとに宇陀チャン11で発信する。最後に健康に役立つ養生訓も伝えている。6月「歯と口の健康週間」11月は「いい歯の日」と題して歯と口の健康を伝える。昨年度口腔健診を受診した85歳で一番歯はよい人の写真とコメントを載せる	市民	11月1日～30日放送	歯科衛生士	無	中央保健センター	
9	歯みがきアンケートの実施	「1日2回以上歯をみがく者を100%にする」評価の達成のため、毎年、5歳児保護者、小学4年生、中学2年生に実施し、結果を各施設へ報告する	5歳児の保護者、小学4年生、中学2年生	年1回（秋）	歯科衛生士	無	中央保健センター	

コロナ感染予防対策として、いい歯のコンクール、ピカピカ歯みがきの歌撮影は中止とする

上記の記載内容は市町村から情報提供いただいた時点のものであり、現在は異なる可能性がありますので、現時点の事業詳細について把握したい場合は市町村担当課に直接照会のうえご確認いただきますようお願い申しあげます。