

第2章 計画の全体像

1 基本理念

歯及び口腔の健康は、「食べること」「話すこと」といった生活の楽しみに関連するばかりでなく、生活習慣病などの全身の健康にも深く関わっています。そのため、市民一人ひとりが歯及び口腔の健康に関する意識を高め、生涯を通じた歯科疾患の予防や口腔機能の維持向上を図ることは、全ての市民が健やかに生き生きと生活するために大変重要です。

本計画では、基本理念を「市民一人ひとりが歯と口腔の健康づくりに取り組み、生涯を通じた心身の健康を実現する」とし、全ての市民が自発的に歯及び口腔の健康管理ができるように、様々な取り組みを推進していきます。

2 計画の体系

基本理念	市民一人ひとりが歯と口腔の健康づくりに取り組み、生涯を通じた心身の健康を実現する
基本目標	<ol style="list-style-type: none">1. 歯科疾患の予防2. 定期的な口腔管理の実施3. 健全な口腔機能の獲得、維持、回復及び向上4. 社会環境の整備
市民の役割	<ol style="list-style-type: none">1. 自分の口腔に関心を持つようにする2. 自身による正しい口腔ケアの実践3. 定期的な口腔健康管理のための、かかりつけ歯科医等への受診
行政・関係団体の役割	<ol style="list-style-type: none">1. 歯科保健向上のための環境整備、支援、指導2. 歯と口腔の健康づくりに関する市民への啓発活動及び知識習得の場の提供3. 本推進計画実施状況の確認と改善

3 基本目標

(1) 歯科疾患の予防

う蝕（むし歯）や歯周病の予防には、こどもの頃に身に付けた生活習慣が、成人期以降の歯及び口腔の健康状態にも大きく影響することから、乳幼児期から学齢期にかけての望ましい生活習慣や予防に関する日常の取り組みが大変重要です。

成人期は、歯の喪失原因である歯周病が増加していく時期です。また、歯周病は口腔内における感染症ということだけでなく、糖尿病や循環器疾患などの全身の健康とも密接に関連していると言われています。

このため、市民が健全な口腔環境を維持することができるように、乳幼児期及び学齢期から取り組みを推進するとともに、各年代に向けたむし歯及び歯周病予防に関する情報発信及び周知・啓発に努めます。

(2) 定期的な口腔管理の実施

歯及び口腔の健康管理・維持においては、セルフケアに加えて、専門的な指導や管理を行う専門的口腔ケアとの組み合わせが重要です。定期的に歯科健診を受け、むし歯や歯周病などの早期発見・早期治療を行うとともに毎日のケアがしっかり行えるよう適切な指導を受けることが歯及び口腔の健康維持につながります。

このため、市民の歯及び口腔の健康管理に関する意識の向上を図るとともに、地域や職域などで定期歯科健診や歯周病の知識を得る機会の提供、かかりつけ歯科医の定着など、環境づくりに努めます。

(3) 健全な口腔機能の獲得、維持、回復及び向上

口から食べる喜びや話す楽しみなど生活の質の向上を図るためには、ライフステージごとの特性を踏まえた、口腔機能の獲得、維持、回復及び向上への取り組みが重要です。乳幼児期から学齢期にかけては、顎の成長発育が進む大切な時期であり、永久歯に生え変わる時期でもあることから、健全な口腔機能の獲得のための取り組みが必要です。

また、成人期以降は、う蝕（むし歯）や歯周病で歯を失うことにより、咀嚼機能が低下することもあります。特に、高齢になるにつれて、歯の喪失や口まわりの筋力の低下によって、食べる・飲み込む・会話するなどの機能が低下するリスクが高まるだけでなく、低栄養や誤嚥などの危険性も高まります。このため、成人期からオーラルフレイルを意識した口腔機能の維持・向上に関する普及啓発に努めます。

※オーラルフレイルとは

老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔の健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまでつながる一連の現象および過程。

(4) 社会環境の整備

歯科口腔保健を推進していくためには、市民一人ひとりの健康意識を高めるとともに、保健・医療・福祉が一体となって市民をサポートしていく社会環境の整備が必要です。

また、歯科口腔保健に関わる様々な情報を収集分析して連携体制の整備や歯科口腔保健に関する情報提供の推進に努めます。

全ての市民が歯と口腔の健康を保ち、健康的な生活を送ることができるように、関係機関との連携強化を図りつつ、市全体で取り組みを推進していきます。