

だい、でん

ご存知ですか？ 11月8日は“いい歯の日”です。

保健福祉課
住民生活課



11月8日は“いい歯の日”です。今月号は歯のことについて書いてみました。

皆さん自分のお口は健康ですか。人間の入口である口が大変大事なものであるということで、歯だけではなく、口腔としての健康を考えるという観点から平成23年に「歯科口腔保健の推進に関する法律」ができました。その規定により、鹿児島県でも「鹿児島県歯科口腔保健計画」が策定されました。全体目標としては「口腔の健康の保持・増進に関する健康格差の縮小」です。少し難しい話ですが、口腔とはとってもやはり気になるのは虫歯。さっそく虫歯の状況をみてみましょう。

下の図をご覧ください。緑色で色分けした鹿児島県は悲しいことに1歳6か月児のむし歯有病者率がワースト上位となっています。鹿児島の皆さん！子供に甘いものを与えずでいませんか。甘いものの取りすぎは虫歯だけでなく、やがて糖尿病などを引き起こす原因にもなりますよと忠告したいところです。3歳児においても、ワースト10位あたりで決してよくありません。

1. 都道府県別（1歳6か月児）むし歯有病者率ワースト5（政令市・特別区含む）

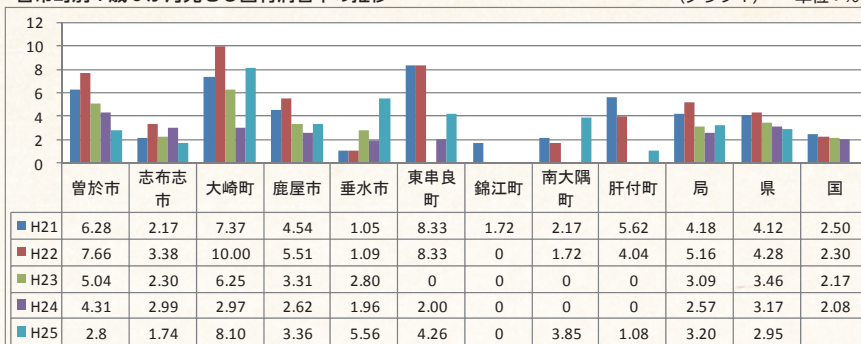
（鹿児島県母子保健情報）

	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24
1	沖縄	鹿児島	沖縄	鹿児島	鹿児島	秋田	熊本	熊本	鹿児島	青森	沖縄
2	鹿児島	長崎	鹿児島	宮崎	熊本	島根	秋田	鹿児島	沖縄	鹿児島	福岡
3	秋田	秋田	長崎	秋田	秋田	鹿児島	鹿児島	福岡	大分	熊本	熊本
4	宮崎	沖縄	秋田	沖縄	長崎	長崎	青森	秋田	熊本	沖縄	鹿児島
5	青森	青森	熊本	長崎	沖縄	宮城	福島	沖縄	青森	秋田	青森

そんな中で錦江町の1歳6か月児はむし歯のない子がひとりもない状態が5年目に入りました（グラフ1）。この状態を3歳まで守っていけるようにしたいですね。ここから先はお父さんお母さんの心がけが大事になって来きます。子供に甘いものを与えすぎないようにお願いします。

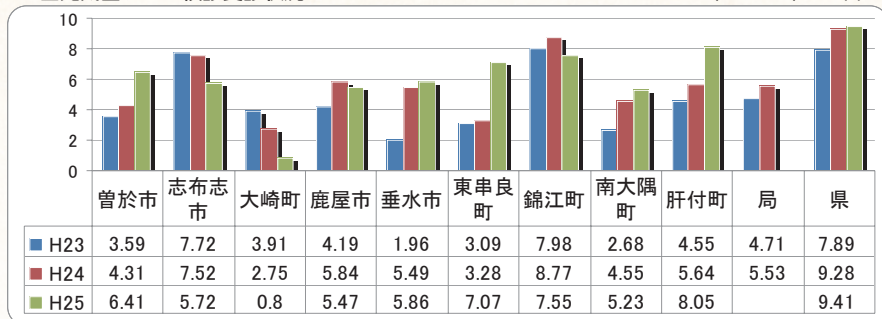
各市町別1歳6か月児むし歯有病者率の推移

（グラフ1） 単位：%



お口元気歯っぴー検診受診状況

（グラフ2） 単位%



次に高齢者の方を対象にした事業として錦江町では平成23年度からは、75歳になられた方々を対象に「お口元気歯っぴー健診」の案内をお送りしています。錦江町はこの健診でも受診者が多く（グラフ2）、管内でお褒めの言葉をいただきます。このような結果が評価され、今年度は鹿児島県口腔保健協会から、会長賞を頂きました。

半世紀前は高度成長期にあり、甘いお菓子やジュースが出始め、むし歯も最盛期にありました。歯医者さんはむし歯治療の患者さんであふれていました。その頃から「3回の食事の後に、食後3分以内に、最低3分間は歯磨きしましょう」という「3、3、3運動」と銘うった歯みがき推奨なども行われてきました。50年たった現在、幼稚園・保育園・学校での給食後の歯みがきは習慣化し、歯間ブラシや糸ようじなどの併用で歯みがきの時間も3分以上が当たり前となっています。また、むし歯や歯周病といった「歯」に限定した予防ではなく、肺炎、糖尿病や心疾患など、全身との関わりの中での「口腔」として、その重要性がいられています。長寿社会となった今日、健康に毎日を送れるよう、その入り口である「お口のはたらき」にも目を向けてみてください。