

# オーラルフレイルを知っていますか？

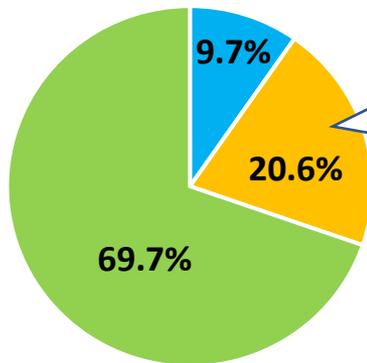


## オーラルフレイルとは

オーラルフレイルとは、歯と口の機能の「**軽微な衰え**」のことをいい、滑舌の低下、むせや食べこぼしの増加、かめない食品の増加などが含まれます。

オーラルフレイルの状態であると、全身の筋力低下（サルコペニア）や機能の衰え（フレイル）といった状態に陥りやすくなることがわかっています。

オーラルフレイルもフレイルと同様、早期に気づき、適切な対応をすることで健康な状態に戻すことができます。かかりつけ歯科医院をもって定期的に通い、お口の健康を守りましょう。



令和4年度に実施した実態調査のアンケートの結果、オーラルフレイルを知っている・聞いた事があると回答された方は、**30.3%**でした。

■ 知っている ■ 聞いたことはある ■ 知らない

令和4年度群馬県成人歯科保健実態調査



## 県の推進方策

群馬県歯科口腔保健支援センター設置要綱より

- |             |                        |
|-------------|------------------------|
| (1) 普及啓発    | (4) 歯科保健医療提供体制の充実      |
| (2) 人材の育成   | (5) 歯科口腔保健情報の収集及び提供    |
| (3) 連携体制の強化 | (6) 歯と口腔の健康づくりに関する調査研究 |

## 県民の皆さんに心がけていただきたいこと



- ①日頃から、規則正しい食生活、正しい歯磨き習慣など歯と口腔の健康づくりに取り組みましょう。
- ②かかりつけ歯科医を持ち、定期的に歯科検診（健康診査及び健康診断を含む）、歯科保健指導、歯石除去等の予防処置を受けるよう心がけましょう。
- ③歯科健康診断の結果に基づき、必要な治療等を受けましょう。

発行

令和6年8月 群馬県健康福祉部健康長寿社会づくり推進課  
〒371-8570 群馬県前橋市大手町1-1-1  
TEL:027-226-2602 FAX:027-243-2044

〈概要版〉

# 第3次群馬県歯科口腔保健推進計画

令和6年度（2024年度）～令和17年度（2035年度）（12年間計画）

歯と口腔の健康を保つことは、私たちがいつまでも健康で、元気な生活を続けていく上でとても重要です。県民の健康で質の高い生活を営む基盤となる歯科口腔保健を実現し、群馬県における歯科口腔保健施策を総合的かつ計画的に推進するため「第3次群馬県歯科口腔保健推進計画」を策定しました。

歯科口腔保健施策を総合的かつ計画的に実現することにより県民が長く歯と口腔の健康を保ち、生涯にわたって健康で質の高い生活を確保すること、すなわち「健康寿命の延伸」を目指します。



## 5つの施策の柱

- (1) 歯・口腔に関する健康格差の縮小
- (2) 歯科疾患の予防
- (3) 口腔機能の獲得・維持・向上
- (4) 定期的に歯科検診又は歯科医療を受けることが困難な者に対する歯科口腔保健
- (5) 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備

## 群馬県の現状と課題

### これまでの主な成果

- ・乳幼児期・学齢期のう蝕の減少
- ・高齢者の残存歯数の増加
- ・口腔衛生意識の向上
- ・訪問歯科診療の一部充実
- ・障害者歯科医療の一部充実

### 課題

- ・歯と口腔の健康に関する健康格差や地域格差
- ・成人期の高い歯周病罹患率
- ・口腔機能育成支援の不充実
- ・口腔機能低下に対するアプローチ不足
- ・多職種連携の不充実

人口減少  
こども・若者の減少  
高齢化の進展

DXの加速  
データヘルスの加速

## 健康で質の高い生活を営む基盤となる歯科口腔保健の実現

この計画の推進にあたっては、関係機関との連携体制を構築するとともに、歯と口腔の健康づくりに関する様々な立場の委員による会議（群馬県歯科口腔保健推進委員会）において、毎年度計画の進捗状況を点検し、実行すべき事業を検討するほか、必要に応じた見直し等、計画の進行管理を行います。

計画の全文は県ホームページからダウンロードできます。<https://www.pref.gunma.jp/page/637310.html>  
群馬県トップページ-健康福祉介護-医療・保健（健康づくり対策）  
-群馬県の歯科口腔保健対策について-第3次群馬県歯科口腔保健推進計画について

群馬県

### (1) 歯・口腔に関する健康格差の縮小

- ・地域格差や経済格差による歯・口腔に関する健康格差の縮小を目指し、その状況把握に努めます。
- ・地域や集団の状況に応じた効果的な歯科口腔保健施策に取り組み、健康格差の縮小を目指します。

#### 目標(指標)

- ・3歳児で4本以上のう蝕のある歯を有する者の割合 4.1%→0.0%  
※(2)再掲
- ・12歳でう蝕のない者の割合 70.3%→90.0%  
※(2)再掲
- ・40歳以上における自分の歯が19歯以下の者の割合 14.1%→5.0%  
※(2)再掲

### (2) 歯科疾患の予防

- ・う蝕、歯周病等の歯科疾患がない社会を目指して、歯科疾患の成り立ち及び予防方法について広く県民に普及啓発を行います。
- ・歯科疾患の発症・重症化リスクが高い集団に対する、効果的な歯科疾患の予防・重症化予防を実現します。

#### 目標(指標)

- ・30歳以上における未処置歯を有する者の割合 26.2%→20.0%
- ・17歳における歯肉に炎症所見を有する者の減少 21.1%→13.1%
- ・40歳代における歯石除去や歯面清掃を定期的に受ける者の割合の増加 49.9%→65.0%
- ・40歳以上における歯周炎を有する者の割合の減少 62.0%→40.0%
- ・80歳で20歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加 65.8%→85.0%

### (3) 口腔機能の獲得・維持・向上

- ・食べる喜び、話す楽しみ等のQOL(生活の質)の向上等のため、口腔機能の獲得・維持・向上を図るため、各ライフステージに応じた取り組みを推進します。

#### 目標(指標)

- ・3歳で不正咬合等が認められる者の減少 13.0%→7.5%
- ・50歳以上における咀嚼良好者の割合の増加 85.8%→90.0%
- ・オーラルフレイルという言葉を知っている者の割合の増加 30.3%→50.0%

### (4) 定期的に歯科検診又は歯科医療を受けることが困難な者に対する歯科口腔保健

- ・障害児(者)、要介護高齢者等、定期的に歯科検診又は歯科医療を受けることが困難な者に対し、在宅で生活する者も含めて、その状況に応じて、歯科疾患の予防や口腔機能の獲得・維持・向上等による歯科口腔保健の推進を図ります。

#### 目標(指標)

- ・障害児(者)入所施設や通所施設等での定期的な歯科保健指導実績率の増加 30.0%→45.0%
- ・介護老人福祉施設・介護老人保健施設での歯科保健指導実施率の増加 78.1%→85.0%

### (5) 歯科口腔保健を推進するために必要な社会環境の整備

- ・歯科医療又は保健指導に係る業務に従事する者等に対する情報の提供、研修の実施その他の支援を推進します。
- ・歯科疾患等の早期発見等を行うため、国の動向を踏まえつつ、定期的な歯科検診の機会の拡充等の体制整備に取り組みます。
- ・医科歯科のみならず多職種による連携を推進する体制整備に取り組みます。

#### 目標(指標)

- ・オーラルフレイル予防事業を実施する市町村の増加 29市町村→35市町村
- ・歯科医療機関と連携する医科医療機関の増加 22～28施設→100施設