

図 5. 現在歯科医院に通院していない者の質問票の回答結果 (n = 2,990)

現在歯科医院に通院していない者の各質問項目の回答結果を図 5 に示す。「Q4. 自分は歯周病だと思う」と回答した者は 32.2%で、「Q5. 口の中で気になることがある」と回答した者は 40.4%であった。また、「Q12. かかりつけの歯科医院がある」と回答した者は 71.4%となった。

口腔保健行動に関する質問においては、「Q17. 歯間ブラシまたはフロスを使用」していない者は 53.4%で、「Q19. 間食」を毎日している者は 24.1%であった。また、「Q21. フッ素入り歯磨剤を使っているか」という質問に対し、「分からない」と回答した者は 26.8%もいた。

3. 判定 1 の結果

治療あるいは定期健診のために歯科医院に来院している者は、判定結果を「継続通院」とした。「継続通院」であった者は 2,955 人 (49.7%) であった。また、「要精密検査」は 1,791 人 (30.1%)、「要保健指導」は 720 人 (12.1%)、「異常なし」は 479 人 (8.1%) であった。男女別でみると、男性に比べて女性のほうが「継続通院」の者の割合が高かった (表 1)。また、年齢が増加するにつれて「継続通院」の者が増加していた (表 2)。

表 1. 男女別にみた判定 1 の結果 (n=5,945)

判定区分	男性 (n=2,259)	女性 (n=3,653)	不明 (n=13)	計 (n=5,945)
継続通院	1,030 (45.6)	1,916 (52.2)	9 (69.2)	2,955 (49.7)
要精密検査	774 (34.3)	1,015 (27.6)	2 (15.4)	1,791 (30.1)
要保健指導	318 (14.1)	401 (10.9)	1 (7.7)	720 (12.1)
異常なし	137 (6.1)	341 (9.3)	1 (7.7)	479 (8.1)

人数 (%)

表 2. 年齢別にみた判定 1 の結果 (n=5,944)

判定区分	年齢				
	-40 (n=379)	41-50 (n=697)	51-60 (n=1,198)	61-70 (n=2,663)	71- (n=1,007)
継続通院	160 (42.2)	287 (41.2)	535 (44.7)	1,397 (52.5)	575 (57.1)
要精密検査	127 (33.5)	249 (35.7)	450 (37.6)	748 (28.1)	217 (21.5)
要保健指導	54 (14.2)	74 (10.6)	128 (10.7)	312 (11.7)	152 (15.1)
異常なし	38 (10.0)	87 (12.5)	85 (7.1)	206 (7.7)	63 (6.3)

人数 (%), 年齢不詳者 n=1 除外

4. 判定 2 の結果

質問票の回答結果から、歯科保健指導を行うための類型化を行った。受診勧奨型（受診型）となった者は 1,103 人、実技支援型（実技型）の者は 2,864 人、環境・受け皿支援型（環境型）の者は 1,992 人、知識提供・気づき支援型＋相談・カウンセリング型（知識型）の者は 2,927 人、異常なしの者は 63 人であった。歯科医院に通院していない者 2,990 人に対する各型に該当する者の割合を図 6 に示した。現在歯

科医院に通院していない者では、実技型となる者が 95.8%となった。

また、判定 1 と判定 2（受診型を除く）の関係を表 3 に示した。判定 2 は各型の該当パターン別に示したところ、知識型＋環境型＋実技型の者は 1,947 人（65.1%）であった。判定 1 と判定 2 の両方で「異常なし」と判定された者は 41 人であり、歯科医院に通院していない者の 1.4%に過ぎなかった。

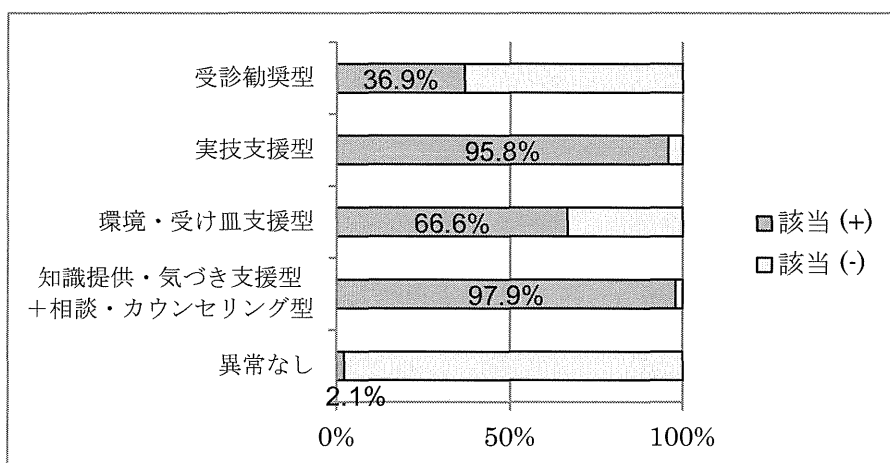


図 6. 判定 2 の結果

表 3. 判定 1 と判定 2（受診型を除く）の関係

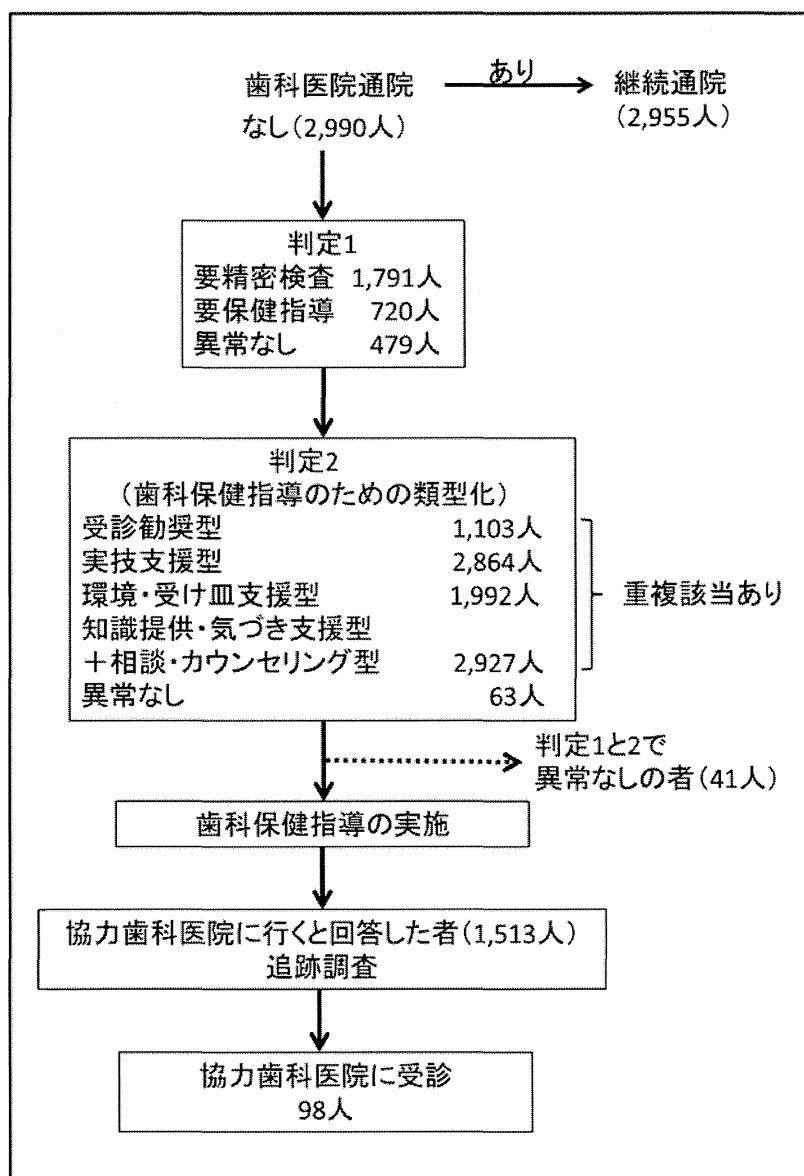
判定 2	判定 1			合計
	異常なし	要保健指導	要精密検査	
異常なし	41 (65.1)	11 (17.5)	11 (17.5)	63 (2.1)
知識型	3 (16.7)	0 (0)	15 (83.3)	18 (0.6)
知識型＋環境型	9 (20.0)	6 (13.3)	30 (66.7)	45 (1.5)
知識型＋実技型	228 (24.9)	298 (32.5)	391 (42.6)	917 (30.7)
知識型＋環境型＋実技型	198 (10.2)	405 (20.8)	1,344 (69.0)	1,947 (65.1)
合計	479 (16.0)	720 (24.1)	1,791 (59.9)	2,990 (100)

5. 歯科保健指導後の歯科医院への受診結果

現在歯科医院に通院していない者で、判定1と判定2で「異常なし」と判定された者以外に歯科保健指導を行った。歯科保健指導後、糸島市内の調査協力歯科医院を受診する予定であると回答した者は1,513人おり、その者に対して歯科保健指導時に歯科医院への紹介状を手渡した。また、歯科保健指導後、協力歯科医院以外に来院する予定であると回答した者は586

人、歯科医院に行かないと回答した者は534人、無回答の者は216人であった。

平成24年5月から平成25年1月までの9ヶ月間、協力歯科医院への受診状況について追跡調査を行ったところ、協力歯科医院に紹介状を持参して来院した者は117人であった。このうち、協力歯科医院に来院する予定であると回答した者で、実際に歯科医院を受診した者は98人（協力歯科医院に来院する予定であると回答した者に対して6.5%）であった（図7）。



D. 考察

平成 24 年度糸島市の特定健診及びがん検診の受診者に対し、歯科質問票を郵送したところ、健診会場で質問票を回収できたのは 6,020 人であった（回収率 89.9%）。このうち、40～75 歳の者で質問票を回収できたのは 5,522 人であった。質問票によるスクリーニングは歯周疾患の簡易スクリーニングと見なすことができるため⁴⁾、質問票の回答回収をもって歯科健診の受診率とした場合、40～75 歳の全住民（平成 24 年度糸島市人口は 48,405 人）に対する受診率は 11.4%となった。平成 22 年度の福岡県糸島市の歯周疾患検診受診率 1.1%であったことを考慮すると、自己記入式質問票による健診は、一般の住民健診の場で歯科医療・保健指導が必要な者を簡便に把握する際には有効であると考えられる。

しかしながら、自記式質問票への回答のみでは、その後の行動変容等が期待できるとは限らず、しかも質問票による歯科検診は歯周健康状態の正確な評価とはならない。そのため、質問票による一次スクリーニングと、その判定結果の説明および保健指導、および二次スクリーニングとしての歯科医療機関等における歯周組織検査等を組み合わせた新たな歯周疾患検診プログラムを検討していくことが必要である。

本研究の対象者で、過去 1 年間において歯科受診があった者は 49.1%で、定期来院をしている者は 30.9%であった。安藤ら⁹⁾

が約 3 万人に対して Web による全国調査を行った結果によると、過去 1 年間において歯科受診があった者は 50.3%で、定期来院者は 35.7%であった。安藤らの調査対象者に比較して、本研究の対象者は高年齢層の者が多いが、歯科受診状況はほぼ一致していた。本研究の対象者は、特定健診及びがん検診の受診者ということもあり、健康意識が比較的高いことが予想されたが、歯科受診状況を考えると特殊な集団ではないことが伺える。

本研究では、2 種類の結果判定（判定 1、判定 2）を行い、平成 23 年度調査⁵⁾と同じ結果判定（判定 1）を行った。今年度調査では、継続通院の者は 49.7%、要精密検査は 30.1%、要保健指導は 12.1%、異常なしは 8.1%であった。平成 23 年度の調査結果では、継続通院が 42.2%、要精密検査が 25.6%、要保健指導は 15.0%、異常なしは 17.2%であった⁵⁾。平成 23 年度調査に比べ、本調査では異常なしの者が少ないという結果であった。年齢別に判定結果をみると、平成 24 年度では 60 代、70 代で異常なしであった者はそれぞれ 7.7%、6.3%であったのに対し、平成 23 年度では 60 代、70 代でそれぞれ 18.4%、20.6%であった。平成 23 年度調査は、質問票の形式がフローチャート形式であったことから回答方法に悩むことがあり、自己判定で異常なしとしてしまう者が高齢者層で多かった可能性がある。

歯科医院受診について追跡調査をした結果では、歯科保健指導後、歯科医院を受診した者は 6.5%であった。平成 23 年度調査では、質問票の自己判定に基づいて歯科医院を受診した者は 4.3%であり、平成 24 年度では 1.5 倍に増加した。福岡県糸島市の

場合、歯周疾患検診は歯科医院での個別検診であり、平成 23 年度歯周疾患検診受診率は 1.1%であったことから、歯科保健指導は、歯科医療・保健指導が必要な者に対して、医療機関への受診を促す際に有効であったことが考えられる。

一方、日本歯科医師会標準的成人歯科健診・保健指導プログラムを用いたモデル事業の結果をみると、質問票を用いた判定に基づき 15 分～20 分間の保健指導を行った場合、その後、協力歯科医院を受診した者は、68%¹⁰⁾ および 25%¹¹⁾ と報告されている。このモデル事業では、本研究で定義した「継続通院」者も含まれており、単純に比較することはできないが、質問票の判定に基づく保健指導の質が、その後に受診行動に影響を及ぼすことが考えられる。

歯周疾患の予防を図り、歯の喪失を防止していくためには、要治療者の早期発見・早期治療だけでなく、歯周疾患のリスクの高い者に対して、そのリスクを認識してもらい、実際の保健行動の変容に繋げていくことが不可欠である。そのためにより効果的な保健指導を実施できる体制を整備していく必要がある。

E. 結論

福岡県糸島市の平成 24 年度特定健診及びがん検診の受診者に対し、歯科質問票を郵送・回収した結果、質問票の回答回収をもって歯科健診の受診率とした場合、40～75 歳の全住民に対する受診率は 11.4%となった。

質問票により歯科医療・保健指導が必要と判定された者に対し、健診会場で歯科保健指導を行ったところ、その後歯科医院を

受診した者は 6.5%であった。平成 23 年度に比較し、歯科医院を受診した者の割合が 1.5 倍であったことから、歯科保健指導は歯科医院への受診行動の誘導に効果があったと考えられる。

F. 研究発表

(1) 論文発表

1. Furuta M, Komiya-Nonaka M, Akifusa S, Shimazaki Y, Adachi M, Kinoshita T, Kikutani T, Yamashita Y: Interrelationship of oral health status, swallowing function, nutritional status, and cognitive ability with activities of daily living in Japanese elderly people receiving home care services due to physical disabilities. Community Dent Oral Epidemiol, 2013, in press
2. Kikutani T, Yoshida M, Enoki H, Yamashita Y, Akifusa S, Shimazaki Y, Hirano H, Tamura F: Relationship between nutrition status and dental occlusion in community-dwelling frail elderly people. Geriatr Gerontol Int 13: 50-54, 2013
3. Shimazaki Y, Kushiya M, Murakami M, Yamashita Y: Relationship between normal serum creatinine concentration and periodontal disease in Japanese middle-aged males. J Periodontol 84: 94-99, 2013
4. Fukui N, Shimazaki Y, Shinagawa T, Yamashita Y: Periodontal status

and metabolic syndrome in middle-aged Japanese. J Periodontol 83: 1363-1371, 2012

5. 山下喜久: 誤嚥性肺炎と口腔ケア. 呼吸器内科 21: 476-482, 2012

(2) 学会発表

Y. Yamashita, M. Furuta, Y. Shimazaki, M. Morita, M. Adachi, T. Kinoshita. Population based screening of periodontal disease and its effect on the health behavior of a community. Europerio 7. June 2012, Vienna, Austria.

G. 知的財産権の出願・登録状況

なし

H. 引用文献

- 1) Cutress TW, Ainamo J, Sardo-Infirri J: The community periodontal index of treatment needs (CPITN) procedure for population groups and individuals. Int Dent J 37: 222-233, 1987.
- 2) Taylor GW, Borgnakke WS: Self-reported periodontal disease: validation in an epidemiological survey. J Periodontol 78(Suppl): 1407-1420, 2007.
- 3) Yamamoto T, Koyama R, Tamaki N et al.: Validity of a questionnaire for periodontitis screening in Japanese employees. J Occup Health 51: 137-143, 2009.
- 4) 森田学. 厚生労働省科学研究補助金循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策事業「成人期における歯科疾患のスクリーニング体制の構築に関する研究」平成 22 年度総括・分担研究報告書
- 5) 山下喜久, 嶋崎義浩, 古田美智子, 森田学, 竹内倫子, 秋房住郎, 福泉隆喜, 坂本友紀, 深井獲博: 自己記入式質問票による歯科検診の市町村での試験的实施. 厚生労働省科学研究費補助金「循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業(研究代表者: 清原 裕)」平成 23 年度研究報告書, 40-53, 2012.
- 6) 日本歯科医師会: 標準的な成人歯科健診プログラム・保健指導マニュアル. <https://www.jda.or.jp/program/>
- 7) 岩本彩, 石川裕子, 八木稔, 大内章嗣, 佐藤徹, 深井獲博, 安藤雄一, 池主憲夫. リスク発見・保健指導重視型の成人歯科健診プログラムにおける口腔保健行動の変化. 口腔衛生会誌 62:33-40, 2012.
- 8) 深井獲博. 歯科健診における保健指導の4つの類型化. ヘルスサイエンス・ヘルスケア 5:59-64, 2005.
- 9) 安藤雄一, 石田智洋, 深井獲博, 大山篤. Web 調査による定期歯科受診の全国的調査. 口腔衛生会誌 62:41-52, 2012.
- 10) 埼玉県歯科医師会. 平成 22 年成人歯科健診普及事業報告書ー本庄市役所における新しい成人歯科健診モデル事業 2011 年 3 月
- 11) 埼玉県歯科医師会. 平成 23 年成人歯科健診普及事業報告書ーパスコ埼玉工場における新しい成人歯科健診モデル事業 2012 年 3 月

- (資料 1) 福岡県糸島市で配布した調査依頼文
(資料 2) 福岡県糸島市で配布した歯科質問票
(資料 3) 質問票の判定結果用紙
(資料 4) 歯科医院への紹介状
(資料 5) 歯科保健指導時に使用したリーフレット
(資料 6-1~7) 質問票の判定の流れ 説明用紙

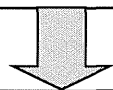
資料 1

総合健診受診者の皆様へアンケートのお願い

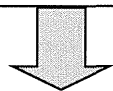
平成 23 年に引き続き、糸島市では、総合健診の機会を利用して、市・糸島歯科医師会・九州大学が協力してお口の健康に関する自己記入式のアンケートを実施します。皆様のお口の健康への関心を高めていただき、ひいては糸島市の口腔保健の向上を目指し、さらに今回の試みの効果を検証したいと考えておりますので、市民の皆様のご協力を宜しくお願いいたします。

アンケート調査の流れ

①総合健診の日までに、アンケート用紙の質問項目で該当するものに○を記入してください。



②総合健診の会場でアンケート用紙を出してください。



③歯の健康相談の必要がある方には、健診当日、歯科衛生士が相談に応じます。

アンケートの回答について気になることがあれば、健診会場で遠慮なくご相談ください。

アンケートについてのお問い合わせ

九州大学大学院歯学研究院 口腔保健推進学講座 口腔予防医学
分野担当: 山下喜久、嶋崎義浩、古田美智子 TEL 092-642-6350

資料 2

生年月日 昭和 年 月 日生 (歳) 性別 男 ・ 女

あてはまるものに○をしてください。

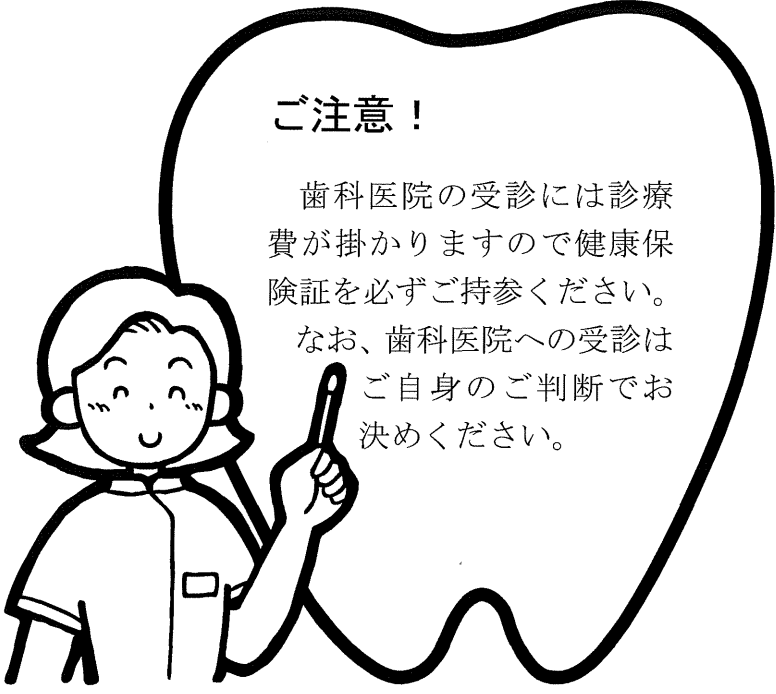
Q1	現在、治療のため歯科医院に行っていますか？ 「いいえ」の人	いいえ	はい	
Q2	年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか？ 「いいえ」の人は Q3～Q23 の質問にお答えください。	いいえ	はい	
		Q1 あるいは Q2 で「はい」と回答した方は、引き続き歯科医院に行ってください。		
Q3	歯がぬけたままになっていますか？	いいえ	はい	
Q4	自分は歯周病だと思いますか？	いいえ	はい	
Q5	現在、口の中で気になることはありますか？	いいえ	はい	
Q6	歯ぐきが腫れてぶよぶよしますか？	いいえ	時々	いつも
Q7	歯をみがくと血がでますか？	いいえ	時々	いつも
Q8	ご自分の歯は何本ありますか？(親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます。) 歯の本数が分からない場合は、鏡で見て確認してください。 ⇒本数もご記入ください ()本	20 本以上	19 本以下	わからない
Q9	自分の歯または入れ歯で左右の奥歯でしっかりとかみしめられますか？	左右両方かめる	片方かめない	両方かめない
Q10	冷たいものや熱いものが歯にしみますか？	いいえ	時々	いつも
Q11	現在、糖尿病、脳卒中、心臓病のいずれかの病気で治療を受けていますか？	いいえ	はい	
Q12	かかりつけの歯科医院がありますか？	いいえ	はい	
Q13	仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか？	いいえ	はい	
Q14	家族のほとんどは、歯の健康に関心が高いですか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q15	自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q16	職場や外出時に歯ブラシを持っていきますか？	毎回	時々	いいえ
Q17	歯間ブラシまたはフロス(糸ようじ)を使っていますか？	毎日	時々	いいえ
Q18	たばこを吸っていますか？	いいえ	はい	
Q19	間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか？	いいえ	時々	毎日
Q20	夜、寝る前に歯をみがきますか？	毎日	時々	いいえ
Q21	フッ素入り歯磨剤を使っていますか？	はい	いいえ	わからない
Q22	ゆっくりよく噛んで食事をしますか？	毎日	時々	いいえ
Q23	歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか？	はい	いいえ	

-----判定結果の記入欄(ご自身で記入する必要はありません)-----

- | | | | |
|--------------------------------|-----------|--------------------------------------|---|
| 判定 1 | 判定 2-1 | 判定 2-2 | 判定後の歯科医院受診 |
| <input type="checkbox"/> 継続通院 | (1) () 点 | <input type="checkbox"/> 受診勧奨型 | <input type="checkbox"/> 協力歯科医院受診 |
| <input type="checkbox"/> 要精密検査 | (2) () 点 | <input type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型 | <input type="checkbox"/> 協力歯科医院以外の医院を受診 |
| <input type="checkbox"/> 要保健指導 | (3) () 点 | <input type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型 | <input type="checkbox"/> 受診しない |
| <input type="checkbox"/> 異常なし | (4) () 点 | <input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型 | |
| | | <input type="checkbox"/> 実技支援型 | |

～アンケート用紙の判定結果～

記入欄	判定結果
	A. 歯科医院で精密検査を受けましょう。
	B. 歯科医院で保健指導を受けましょう。
	C. 今回の保健指導の機会を利用して相談してください。
	D. 特に問題ありません。現在の状態を維持しましょう。



ご注意！

歯科医院の受診には診療費が掛かりますので健康保険証を必ずご持参ください。

なお、歯科医院への受診はご自身のご判断でお決めください。

<アンケートについてのお問い合わせ>

九州大学大学院歯学研究院 口腔保健推進学講座 口腔予防医学分野
 担当：山下喜久、嶋崎義浩、古田美智子 TEL 092-642-6350

ご協力ありがとうございました。

歯科医院 主治医殿

糸島市が実施する歯の健康相談において、下記のような判定結果となり、定期受診をしておられないようなので、歯科医院への受診をおすすめしております。よろしくご高診ください。

アンケートの判定結果

判定 1

- 継続通院
 要精密検査
 要保健指導

判定 2

- 受診勧奨型
 知識提供・気づき支援型
 相談・カウンセリング型
 環境・受け皿支援型
 実技支援型

判定後の歯科医院受診

- 協力歯科医院受診
 協力歯科医院以外の医院を受診
 受診しない

歯科医院の検査結果

検査日 月 日

歯肉の状況 (CPI)

右上 上中 左上

右下 下中 左下

歯の状況

歯の本数 () 本
 むし歯 () 本
 治療済みの歯 () 本

その他所見 なし・あり

- 0 : 健全 (健全な歯肉)
 1 : 歯肉出血あり (軽度な炎症の所見)
 2 : 歯石 (歯石沈着あり)
 3 : 浅い歯周ポケットあり (中程度の歯周病の所見)
 4 : 深い歯周ポケットあり (重度の歯周病の所見)

[]

リーフレット：三折り

かかりつけ歯科医は 歯の健康サポーター

どんなに丁寧なケアをしてもお口の健康を維持するには、信頼できるかかりつけの歯科医に定期的にチェックを依頼していただくことが大切です。かかりつけ歯科医を決め、定期的に健康チェックを受ける。歯のトラブルは早めに気づくことも大切です。

歯科医では、自分では気づかない歯肉の腫れや歯垢の付着（プラーク）や歯石の付着などを発見したり、歯肉の炎症や歯肉の腫れなどの病気の兆候を早期に発見する専門的な検診のクリーニングを行います。



① プロフェッショナルケア でお口健康に

歯科医で定期的に
お口のケアを
してもらい
ましょう



プロフェッショナルケア のすすめ

歯の健康を保つには、定期的な検診とクリーニングを受けることが大切です。定期的に検診を受け、歯垢や歯石を除去し、歯肉の炎症を防ぎます。また、歯の健康状態を確認し、必要に応じて治療を行います。



セルフケアとプロフェッショナルケアは
「車の検診」どちらが欠けても歯の健康
を保つことは難しくなります。

自分で行う

- 歯ブラシや歯間ブラシを毎日必ず行うように心がけてください。
- 歯垢の清掃を行います。
- 歯と歯の間部分のフロスや歯間ブラシで清掃を行います。
- 十分な睡眠とバランスのよい食生活で健康な歯を育てます。
- 歯肉の腫れや歯石の付着を早期に発見し、治療を受けます。

歯科医、歯科衛生士が行う プロフェッショナルケア

- 定期的な検診とクリーニングを行います。
- 検診の結果に基づいて適切な治療の計画を立てます。
- 専門的な検診や歯石除去を行います。
- 歯垢や歯石の付着を早期に発見し、治療を受けます。

歯周病の進行



歯肉炎
歯肉が腫れ、赤くなり、出血しやすくなります。

軽度歯周炎
歯肉が腫れ、赤くなり、出血しやすくなります。歯垢や歯石が蓄積し、歯肉と歯の間に隙間が広がります。

中等度歯周炎
歯肉が腫れ、赤くなり、出血しやすくなります。歯垢や歯石が蓄積し、歯肉と歯の間に隙間が広がります。歯肉が歯から離れ、歯が揺らぎ始めます。

重度歯周炎
歯肉が腫れ、赤くなり、出血しやすくなります。歯垢や歯石が蓄積し、歯肉と歯の間に隙間が広がります。歯肉が歯から離れ、歯が揺らぎ始めます。歯が抜け落ちる可能性があります。

② おし歯と歯周病を 超えておきましょう

おし歯や歯周病は歯が腐るだけでなく、歯肉の腫れや出血、歯の揺らぎなど、全身の健康にも悪影響を及ぼす可能性があります。定期的な検診とクリーニングを受けることで、おし歯や歯周病の発生を予防し、歯の健康を維持しましょう。



自分の歯が 何本あるか 知っていますか？

歯の本数は年齢によって決まっています。大人の歯は28本です。歯の本数が減ると、咀嚼力が低下し、栄養の吸収が難しくなります。定期的な検診とクリーニングを受けることで、歯の本数を維持し、咀嚼力を保ちましょう。



大人の歯の 半分がおし歯！

おし歯は歯の健康を脅かす大きな要因です。おし歯が広がると、歯の神経が露出し、痛みや感染の原因となります。定期的な検診とクリーニングを受けることで、おし歯の発生を予防し、歯の健康を維持しましょう。



気づかないうちに 悪化する歯周病

歯周病は歯肉の腫れや出血、歯の揺らぎなど、気づかずに悪化する可能性があります。定期的な検診とクリーニングを受けることで、歯周病の発生を予防し、歯の健康を維持しましょう。



歯を失わないために！

おし歯や歯周病は歯を失う大きな要因です。定期的な検診とクリーニングを受けることで、おし歯や歯周病の発生を予防し、歯の健康を維持しましょう。



③ 健康な歯で おいしく食べて 元気な生活

健康な歯でおいしく食べて、元気な生活を送りましょう。定期的な検診とクリーニングを受けることで、健康な歯を維持し、おいしく食べて元気な生活を送りましょう。



歯とお口の健康は 元気な生活の源

歯とお口の健康は、元気な生活を送るための源です。定期的な検診とクリーニングを受けることで、歯とお口の健康を維持し、元気な生活を送りましょう。



よく噛んで おいしく食べる

よく噛んでおいしく食べることで、消化が促進され、栄養の吸収が容易になります。定期的な検診とクリーニングを受けることで、よく噛んでおいしく食べる習慣を身につけましょう。



噛む8大効用

- 咀嚼力が高まる
- 消化が促進される
- 栄養の吸収が容易になる
- 歯肉の健康が保たれる
- 歯垢の除去が促進される
- 歯石の付着が抑制される
- 歯の健康が保たれる
- 歯の寿命が延びる

鏡（入れ歯）の清掃 を行いましょう。

鏡（入れ歯）の清掃は、歯の健康を維持するために重要です。定期的な清掃を行うことで、歯垢や歯石の付着を防止し、歯の健康を維持しましょう。



④ お口のケアで 健やかなる生活

お口のケアで健やかなる生活を送りましょう。定期的な検診とクリーニングを受けることで、お口の健康を維持し、健やかなる生活を送りましょう。



毎日のセルフケアで 歯やお口の病気を 予防しましょう。

毎日のセルフケアで歯やお口の病気を予防しましょう。定期的な検診とクリーニングを受けることで、毎日のセルフケアを身につけ、歯やお口の病気を予防しましょう。



歯ブラシにプラス！

歯ブラシにプラスして、歯の健康を維持するために必要なアイテムをご紹介します。

- デンタルフロス
- 歯間ブラシ
- 歯垢除去剤
- 歯石除去剤
- 歯肉炎治療薬
- 歯肉保護剤
- 歯肉再生剤
- 歯肉収縮剤
- 歯肉増進剤
- 歯肉硬化剤
- 歯肉軟化剤
- 歯肉増進剤
- 歯肉硬化剤
- 歯肉軟化剤
- 歯肉増進剤
- 歯肉硬化剤
- 歯肉軟化剤

平成 24 年度糸島市総合健診におけるアンケート調査の流れ

実施期間：平成 24 年 5 月 17 日～11 月 29 日（総合健診 計 52 日）

実施場所：糸島市総合健診会場

実施内容：アンケート回収と結果の判定、歯科保健指導

総合健診会場での流れ

- ①総合健診受診者がアンケート用紙を受付に提出する。
- ②総合健診の受付で、歯科医院に行っている人のアンケート用紙を回収。

（アンケート Q1 あるいは Q2 で「はい」と回答している人）

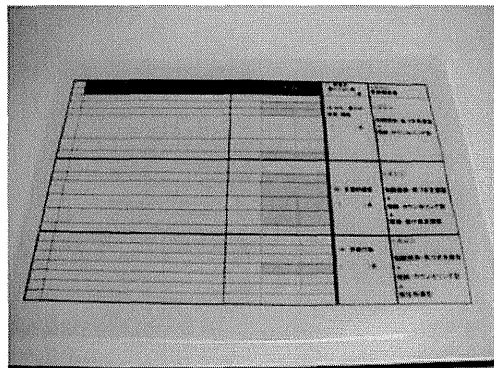
提出用	
生年月日	昭和 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日生 (50 歳) 性別 <input checked="" type="radio"/> 男 ・ 女
あてはまるものに○をしてください。	
Q1 現在、治療のため歯科医院に行っていますか？	いいえ } <input checked="" type="radio"/> はい
「いいえ」の人	
Q2 年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか？	<input checked="" type="radio"/> いいえ } はい
「いいえ」の人は Q3～Q23 の質問にお答えください。	
Q1 あるいは Q2 で「はい」と回答した方は、引き続き歯科医院に行ってください。	
Q3 歯がぬけたままになっていますか？	いいえ } はい
Q4 自分は歯周病だと思いますか？	いいえ } はい

- ③歯科医院に行っていない人は歯科コーナーに行く。
- ④歯科コーナーにて結果の判定。
- ⑤受診者に「アンケート用紙の判定結果」を渡す。
- ⑥判定結果に基づき、リーフレットを渡し、歯科保健指導を行う。
- ⑦歯科受診が必要な者には、「歯科医院控」と書かれた用紙を封筒に入れ渡す。

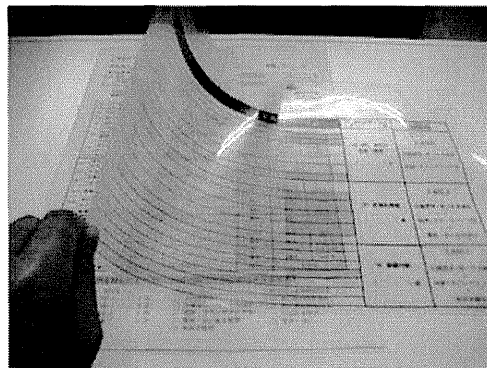
6-2 歯科コーナーでの流れ（詳細版）

1. 受診者からアンケート用紙を受け取ったら、判定を行う。

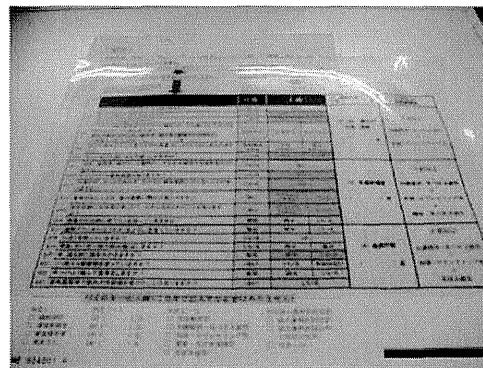
透明になっている判定シートにアンケート用紙を挟む。
判定シートは、「判定1」、「判定2」、「判定3」の3種類ある。



判定シート



判定シートにアンケート用紙を挟む



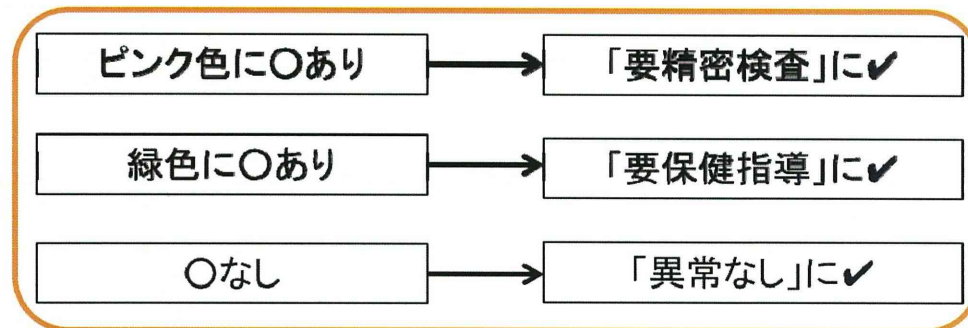
判定シートに挟んだ状態

例. 記入済みアンケート Q3～Q23

Q3	歯がゆけたままになっていますか？	いいえ	はい
Q4	自分は歯周病だと思えますか？	いいえ	はい
Q5	現在、口の中で気になることはありますか？	いいえ	はい
Q6	歯ぐきが腫れてぶよぶよしますか？	いいえ	時々 いつも
Q7	歯をみがくと血がでますか？	いいえ	時々 いつも
Q8	ご自分の歯は何本ありますか？（親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます。） 歯の本数が分からない場合は、鏡で見て確認してください。 ⇒本数もご記入ください（ ）本	10本以上	19本以下 わからない
Q9	自分の歯または入れ歯で左右の奥歯でしっかりと噛みしめられますか？	左右両方 噛めない	片方 噛めない 両方 噛めない
Q10	冷たいものや熱いものが歯にしみますか？	いいえ	時々 いつも
Q11	現在、糖尿病、脳卒中、心臓病のいずれかの病気で治療を受けていますか？	いいえ	はい
Q12	かかりつけの歯科医院がありますか？	いいえ	はい
Q13	仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか？	いいえ	はい
Q14	家族のほとんどは、歯の健康に関心が高いですか？	はい	どちらとも いいえ
Q15	自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか？	はい	どちらとも いいえ
Q16	職場や外出時に歯ブラシを持っていますか？	毎回	時々 いいえ
Q17	歯間ブラシまたはフロス（糸ようじ）を使っていますか？	毎日	時々 いいえ
Q18	たばこを吸っていますか？	いいえ	はい
Q19	間食（甘い食べ物や飲み物）をしますか？	いいえ	時々 毎日
Q20	夜、寝る前に歯をみがきますか？	毎日	時々 いいえ
Q21	フッ素入り歯磨剤を使っていますか？	はい	いいえ わからない
Q22	ゆつくりよく噛んで食事をしますか？	毎日	時々 いいえ
Q23	歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか？	はい	いいえ

2. 「判定1」の結果判定

Q3	歯がぬけたままになっていますか？	いいえ	はい	要精密検査
Q4	自分は歯周病だと思いますか？	いいえ	はい	
Q5	現在、口の中で気になることはありますか？	いいえ	はい	
Q6	歯ぐきが腫れてぶよぶよしますか？	いいえ	時々 いつも	
Q7	歯をみがくと血がでますか？	いいえ	時々 いつも	
Q8	ご自分の歯は何本ありますか？（親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます。） 歯の本数が分からない場合は、鏡で見て確認してください。 ⇒本数もご記入ください（ ）本	20本以上	19本以下	わからない
Q9	自分の歯または入れ歯で左右の奥歯でしっかりとかみしめられますか？	左右両方かめる	片方かめない	両方かめない
Q10	冷たいものや熱いものが歯にしみますか？	いいえ	時々	いつも
Q11	現在、糖尿病、脳卒中、心臓病のいずれかの病気で治療を受けていますか？	いいえ	はい	要保健指導
Q12	かかりつけの歯科医院がありますか？	いいえ	はい	
Q13	仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか？	いいえ	はい	
Q14	家族のほとんどは、歯の健康に関心が高いですか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q15	自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q16	職場や外出時に歯ブラシを持っていきますか？	毎回	時々	いいえ
Q17	歯間ブラシまたはフロス（糸ようじ）を使っていますか？	毎日	時々	いいえ
Q18	たばこを吸っていますか？	いいえ	はい	要保健指導
Q19	間食（甘い食べ物や飲み物）をしますか？	いいえ	時々	毎日
Q20	夜、寝る前に歯をみがきますか？	毎日	時々	いいえ
Q21	フッ素入り歯磨剤を使っていますか？	はい	いいえ	わからない
Q22	ゆっくりよく噛んで食事をしますか？	毎日	時々	いいえ
Q23	歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか？	はい	いいえ	



例. 判定シート1に挟んだ時



----- 判定結果の記入欄（ご自身で記入する必要はありません） -----			
判定1	判定2-1	判定2-2	判定後の歯科医院受診
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) (4) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 受診勧奨型	<input checked="" type="checkbox"/> 協力歯科医院受診
<input checked="" type="checkbox"/> 要精密検査	(2) (3) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型	<input type="checkbox"/> 協力歯科医院以外の医院を受診
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) (2) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型	<input type="checkbox"/> 受診しない
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) (2) 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型	
		<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型	

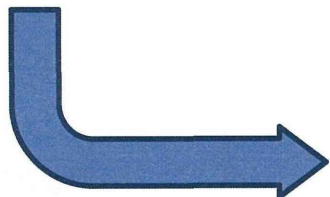
3. 「判定2」の結果判定①

Q3	歯がぬけたままになっていますか？	いいえ	はい	
Q4	自分は歯周病だと思いますか？	いいえ	はい	
Q5	現在、口の中で気になることはありますか？	いいえ	はい	
Q6	歯ぐきが腫れてぶよぶよしますか？	いいえ	時々	いつも
Q7	歯をみがくと血がでますか？	いいえ	時々	いつも
Q8	ご自分の歯は何本ありますか？（親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます。） 歯の本数が分からない場合は、鏡で見て確認してください。 ⇒本数もご記入ください（ ）本	20本以上	19本以下	わからない
Q9	自分の歯または入れ歯で左右の奥歯でしっかりとかみしめられますか？	左右両方かめる	片方かめない	両方かめない
Q10	冷たいものや熱いものが歯にしみますか？	いいえ	時々	いつも
Q11	現在、糖尿病、脳卒中、心臓病のいずれかの病気で治療を受けていますか？	いいえ	はい	
Q12	かかりつけの歯科医院がありますか？	いいえ	はい	
Q13	仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか？	いいえ	はい	
Q14	家族のほとんどは、歯の健康に関心が高いですか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q15	自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q16	職場や外出時に歯ブラシを持っていますか？	毎回	時々	いいえ
Q17	歯間ブラシまたはフロス（糸ようじ）を使っていますか？	毎日	時々	いいえ
Q18	たばこを吸っていますか？	いいえ	はい	
Q19	間食（甘い食べ物や飲み物）をしますか？	いいえ	時々	毎日
Q20	夜、寝る前に歯をみがきますか？	毎日	時々	いいえ
Q21	フッ素入り歯磨剤を使っていますか？	はい	いいえ	わからない
Q22	ゆっくりよく噛んで食事をしますか？	毎日	時々	いいえ
Q23	歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか？	はい	いいえ	

(1)が
 〇が
 4つ以上
 受診勧奨型
 } ✓する

- 154 -

例. 判定シート2に挟んだ時



----- 判定結果の記入欄 (ご自身で記入する必要はありません) -----

判定1	判定2-1	判定2-2	判定後の歯科医院受診
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) (4) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 受診勧奨型	<input checked="" type="checkbox"/> 協力歯科医院受診
<input checked="" type="checkbox"/> 要精密検査	(2) (3) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型	<input type="checkbox"/> 協力歯科医院以外の医院を受診
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) (2) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型	<input type="checkbox"/> 受診しない
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) (2) 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型	
		<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型	

「判定2」の結果判定②

Q3	歯がぬけたままになっていますか？	いいえ	はい	
Q4	自分は歯周病だと思いますか？	いいえ	はい	
Q5	現在、口の中で気になることはありますか？	いいえ	はい	
Q6	歯ぐきが腫れてぶよぶよしますか？	いいえ	時々	いつも
Q7	歯をみがくと血がでますか？	いいえ	時々	いつも
Q8	ご自分の歯は何本ありますか？（親知らず、入れ歯、インプラントは含みません。さし歯は含みます。） 歯の本数が分からない場合は、鏡で見て確認してください。 ⇒本数もご記入ください（ ）本	20本以上	19本以下	わからない
Q9	自分の歯または入れ歯で左右の奥歯でしっかりとかみしめられますか？	左右両方かめる	片方かめない	両方かめない
Q10	冷たいものや熱いものが歯にしみますか？	いいえ	時々	いつも
Q11	現在、糖尿病、脳卒中、心臓病のいずれかの病気で治療を受けていますか？	いいえ	はい	
Q12	かかりつけの歯科医院がありますか？	いいえ	はい	
Q13	仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか？	いいえ	はい	
Q14	家族のほとんどは、歯の健康に関心が高いですか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q15	自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか？	はい	どちらともいえない	いいえ
Q16	職場や外出時に歯ブラシを持っていきますか？	毎回	時々	いいえ
Q17	歯間ブラシまたはフロス(糸ようじ)を使っていますか？	毎日	時々	いいえ
Q18	たばこを吸っていますか？	いいえ	はい	
Q19	間食(甘い食べ物や飲み物)をしますか？	いいえ	時々	毎日
Q20	夜、寝る前に歯をみがきますか？	毎日	時々	いいえ
Q21	フッ素入り歯磨剤を使っていますか？	はい	いいえ	わからない
Q22	ゆっくりよく噛んで食事をしますか？	毎日	時々	いいえ
Q23	歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか？	はい	いいえ	

(2)
○が2つ以上
知識提供・気づき支援型
+
相談・カウンセリング型

✓する

(3)
○が3つ以上
知識提供・気づき支援型
+
相談・カウンセリング型
+
環境・受け皿支援型

✓する

(4)
○が2つ以上
知識提供・気づき支援型
+
相談・カウンセリング型
+
実技支援型

✓する

例. 判定シート3に挟んだ時




----- 判定結果の記入欄(ご自身で記入する必要はありません) -----

判定1	判定2-1	判定2-2	判定後の歯科医院受診
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) (4) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 受診勧奨型	<input checked="" type="checkbox"/> 協力歯科医院受診
<input checked="" type="checkbox"/> 要精密検査	(2) (3) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型	<input type="checkbox"/> 協力歯科医院以外の医院を受診
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) (2) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型	<input type="checkbox"/> 受診しない
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) (2) 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型	
		<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型	

4. 受診者に「アンケート用紙の判定結果」を渡す。

～アンケート用紙の判定結果～

記入欄	判定結果
<input checked="" type="checkbox"/>	A. 歯科医院で精密検査を受けましょう。
<input checked="" type="checkbox"/>	B. 歯科医院で保健指導を受けましょう。
<input type="checkbox"/>	C. 今回の保健指導の機会を利用して相談してください。
<input type="checkbox"/>	D. 特に問題ありません。現在の状態を維持しましょう。



ご注意!
歯科医院の受診には診療費がかかりますので健康保険証を必ずご持参ください。なお、歯科医院への受診はご自身のご判断でお決めください。

<アンケートについてのお問い合わせ>
九州大学大学院歯学研究院 口腔保健推進学講座 口腔予防医学分野
担当：山下嘉久、嶋崎真由、吉田美智子 TEL. 092-642-6350

ご協力ありがとうございました。

判定1	判定2-1	判定2-2
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) () 点	<input type="checkbox"/> 受診勧奨型
<input checked="" type="checkbox"/> 要精密検査	(2) () 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) () 点	<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) () 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型
		<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型

判定1	判定2-1	判定2-2
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) () 点	<input type="checkbox"/> 受診勧奨型
<input type="checkbox"/> 要精密検査	(2) () 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型
<input checked="" type="checkbox"/> 要保健指導	(3) () 点	<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) () 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型
		<input type="checkbox"/> 実技支援型

判定1	判定2-1	判定2-2
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) (4) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 受診勧奨型
<input checked="" type="checkbox"/> 要精密検査	(2) (3) 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) (2) 点	<input type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) (2) 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型
		<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型

判定1	判定2-1	判定2-2
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) () 点	<input type="checkbox"/> 受診勧奨型
<input type="checkbox"/> 要精密検査	(2) () 点	<input type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) () 点	<input type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型
<input checked="" type="checkbox"/> 異常なし	(4) () 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型
		<input type="checkbox"/> 実技支援型

判定1	判定2-1	判定2-2
<input type="checkbox"/> 継続通院	(1) () 点	<input type="checkbox"/> 受診勧奨型
<input type="checkbox"/> 要精密検査	(2) () 点	<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) () 点	<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型
<input checked="" type="checkbox"/> 異常なし	(4) () 点	<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型
		<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型

・判定1 「要精密検査」に✓
⇒「A. 歯科医院で精密検査を受けましょう」に✓

・判定1 「要保健指導」に✓
⇒「B. 歯科医院で保健指導を受けましょう」に✓

・判定2-2 「受診勧奨型」に✓
⇒「A. 歯科医院で精密検査を受けましょう」と
「B. 歯科医院で保健指導を受けましょう」に✓

・判定1 「異常なし」に✓あり、
判定2-2 どれにも✓なし
⇒「D. 特に問題ありません。現在の状態を維持しましょう」に✓

・判定1 「異常なし」に✓あり、
判定2-2 「知識提供・気づき支援型」に✓
⇒「C. 今回の保健指導の機会を利用して相談してください」に✓

A、Bに✓ある人（歯科医院の受診が必要な人）

「判定後に協力歯科医院を受診するか」たずね、該当するものに✓する。

<input checked="" type="checkbox"/> 要精密検査	(2) () 点
<input type="checkbox"/> 要保健指導	(3) (2) 点
<input type="checkbox"/> 異常なし	(4) (2) 点

ご自身で記入する必要はありません)-----

判定2-2
<input checked="" type="checkbox"/> 受診勧奨型
<input checked="" type="checkbox"/> 知識提供・気づき支援型
<input checked="" type="checkbox"/> 相談・カウンセリング型
<input type="checkbox"/> 環境・受け皿支援型
<input checked="" type="checkbox"/> 実技支援型

判定後の歯科医院受診
<input checked="" type="checkbox"/> 協力歯科医院受診
<input type="checkbox"/> 協力歯科医院以外の医院を受診
<input type="checkbox"/> 受診しない

Dに✓ある人（異常なしの人） 判定結果とリーフレット①を渡して終了。

5. 判定結果に基づき、リーフレットを渡し、歯科保健指導を行う。

- *判定1「要精密検査」、「要保健指導」 判定2「受診勧奨型」に✓ある人にリーフレット①を渡す。
- *判定2「知識提供・気づき支援型」、「相談・カウンセリング型」に✓ある人にリーフレット②を渡す。
- *判定2「環境・受け皿支援型」に✓ある人にリーフレット③を渡す。
- *判定2「実技支援型」に✓ある人にリーフレット④を渡す。
- *判定1「異常なし」に✓あって、判定2でどれにも✓がない場合はリーフレット②を渡す。

リーフレット①

かかりつけ歯科医は 歯の健康サポーター

①
プロフェッショナルケア
でお口健康に

歯科医院で 定期的に お口のチェックを してもらいましょう

要精密検査
要保健指導
受診勧奨型

リーフレット③

歯を失わないために！

かかりつけ歯科医
をもちましよう。

③
健康な歯で
おいしく食べて
元気な生活

健康な歯の維持
高齢期の生活の質の向上

環境・受け皿支援型

リーフレット②

歯周病の進行

②
むし歯と歯周病を
知っておきましょう

むし歯や歯周病が
引き起こす
全身の病氣

異常なし
知識提供・気づき支援型
相談・カウンセリング型

リーフレット④

**義歯(入れ歯)の清掃
を行いましょう。**

喫煙は要注意です！

④
お口のケアで
健やかな生活

実技支援型

研究成果の刊行に関する一覧表

英文原著

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
Doi Y et al.	Two risk score models for predicting incident type 2 diabetes in Japan.	Diabetic Med	29	107-114	2012
Fukuhara et al.	Impact of lower range of prehypertension on cardiovascular events in a general population: the Hisayama Study.	J Hypertens	30	893-900	2012
Ikeda F et al.	Smoking cessation improves mortality in Japanese men: the Hisayama Study.	Tob Control	21	416-421	2012
Yoshida D et al.	Prevalence and causes of functional disability in an elderly general population of Japanese: the Hisayama Study.	J Epidemiol	22	222-229	2012
Gotoh S et al.	Insulin resistance and the development of cardiovascular disease in a Japanese community: the Hisayama Study.	J Atheroscler Thromb	19	977-985	2012
Kokubo Y	The mutual exacerbation of decreased kidney function and hypertension.	J Hypertens	30	468-469	2012
Kokubo Y	Weight reduction in primary care: Comprehensive dietary counseling and the use of healthy delivered "Bento (Lunch Boxes)".	Circ J	76	1322-1323	2012
Orimo H et al.	Japanese 2011 Guidelines for prevention and treatment of osteoporosis-executive summary.	Arch Osteoporos	in press		2012
Furuta M et al.	Interrelationship of oral health status, swallowing function, nutritional status, and cognitive ability with activities of daily living in Japanese elderly people receiving home care services due to physical disabilities.	Community Dent Oral Epidemiol	in press		2013
Kikutani T et al.	Relationship between nutrition status and dental occlusion in community-dwelling frail elderly people.	Geriatr Gerontol Int	13	50-54	2013