

歯ッピ通信

第九号

12歳児(中学1年)のむし歯本数、さらに改善!

平成27年度における秋田県の12歳児一人あたりの永久歯むし歯本数が1.1本まで減少し、全国平均の0.9本まであと一歩となりました。

10年ほど前まで秋田県は、子どものおし歯が多く、全国でも常に最下位グループにありました。(上グラフ)

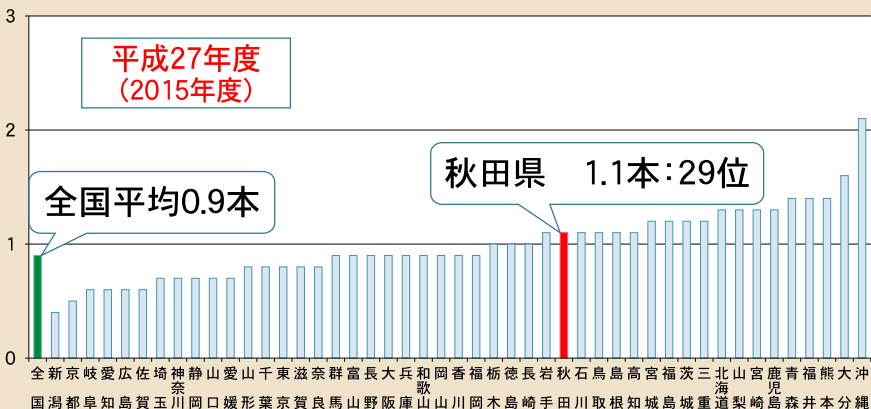
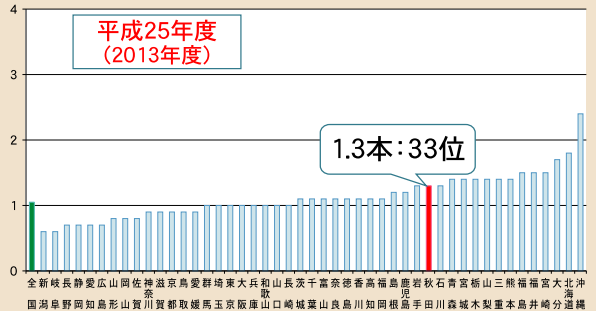
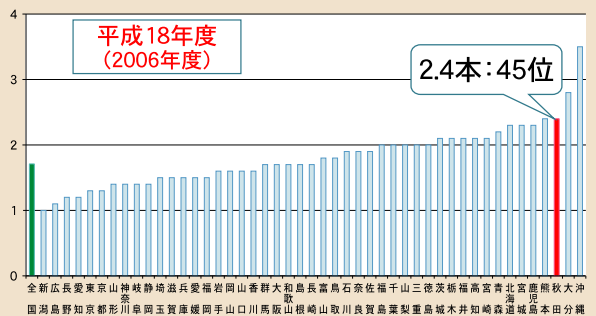
この状態を改善しようと県では、おし歯予防効果のある集団フッ化物洗口事業を平成16年から開始しました。

その後この事業は、平成19年から県が支援する市町村事業に引き継がれ、年を追う毎に県内の幼稚園・保育所、小・中学校で広がってきており、その効果がここ数年で確かな数字として表れてきました。

平成25年度の12歳児一人あたりの永久歯むし歯本数は、秋田県は1.3本(全国平均1.05本)まで減少し、全国33位まで改善しました。(中グラフ)

さらに平成27年度では、全国平均0.9本に対し秋田県は1.1本まで近づき、全国29位まで躍進しました。(下グラフ)

平成18年から27年までの10年間のむし歯減少率は、秋田県は全国で第8位となり、急速におし歯を減少させてきています。



都道府県別 施設での集団フツ化物洗口実態調査(2014)

(NPO法人日本むし歯予防フツ素推進会議調査より抜粋)

都道府県名	実施施設数						施設実施率(%)					
	保育所†	幼稚園	小学校	中学校	特別支援学校等	合計	保育所†	幼稚園	小学校	中学校	特別支援学校等‡	実施率
北海道	416	137	405	73	0	1,031	48.5	25.0	35.1	11.2	0.0	31.5
青森	17	4	8	5	0	34	3.6	3.3	2.5	3.0	0.0	3.1
岩手	94	28	27	6	0	155	26.1	19.7	7.5	3.4	0.0	14.7
宮城	123	42	8	0	0	173	34.0	14.9	1.9	0.0	0.0	13.3
秋田	153	38	186	68	1	446	60.2	40.9	81.6	55.3	7.7	62.7
山形*	39		44	3	0	86	11.0		15.1	2.7	0.0	11.2
福島	13	16	34	11	0	74	4.1	4.7	7.0	4.6	0.0	5.3
茨城	11	1	0	0	0	12	2.2	0.3	0.0	0.0	0.0	0.7
栃木	0	0	70	9	0	79	0.0	0.0	18.0	5.1	0.0	6.9
群馬	56	16	9	0	2	83	13.3	7.7	2.8	0.0	7.4	7.2
埼玉	77	16	65	12	6	176	7.5	2.6	7.9	2.7	14.3	5.9
千葉	58	41	40	8	0	147	7.1	7.2	4.8	2.0	0.0	5.5
東京	7	0	6	2	0	15	0.4	0.0	0.4	0.2	0.0	0.3
神奈川	28	3	0	0	0	31	2.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.9
新潟	493	66	351	89	6	1,005	70.2	42.6	68.8	36.0	18.2	61.0
富山	89	22	83	18	0	212	30.1	24.7	41.9	21.9	0.0	31.2
石川	26	2	0	0	0	28	7.3	2.7	0.0	0.0	0.0	3.7
福井	80	15	4	0	0	99	29.7	12.0	1.9	0.0	0.0	14.2
山梨	17	3	3	1	0	24	7.3	4.1	1.6	1.0	0.0	3.9
長野	70	11	59	19	0	159	12.2	9.2	15.5	9.5	0.0	12.3
岐阜	62	21	94	23	1	201	14.7	11.2	24.9	11.7	5.3	16.7
静岡	379	204	53	10	8	654	73.6	39.9	10.2	3.4	22.9	34.9
愛知	487	97	320	9	0	913	38.6	18.6	32.5	2.0	0.0	28.2
三重	85	16	0	0	0	101	19.8	6.3	0.0	0.0	0.0	7.8
滋賀	45	30	25	2	0	102	17.0	15.5	10.8	1.9	0.0	12.6
京都	53	16	306	6	7	388	11.0	7.0	72.9	3.0	29.2	28.6
大阪	6	8	1	0	0	15	0.5	1.0	0.1	0.0	0.0	0.4
兵庫	226	67	1	0	1	295	25.1	9.6	0.1	0.0	2.3	10.4
奈良	32	16	19	3	0	70	16.2	7.9	8.7	2.5	0.0	9.4
和歌山	21	2	89	12	1	125	10.0	1.9	32.7	8.7	8.3	16.9
鳥取	93	5	3	1	0	102	49.2	14.3	2.2	1.6	0.0	23.4
島根	62	41	134	45	3	285	21.4	38.0	60.6	43.3	25.0	38.8
岡山	11	12	10	0	0	33	2.7	3.6	2.4	0.0	0.0	2.4
広島	31	4	6	0	0	41	5.0	1.3	1.1	0.0	0.0	2.4
山口	75	39	122	27	1	264	24.0	19.3	36.0	15.4	7.1	25.3
徳島	1	0	2	2	0	5	0.5	0.0	0.9	2.1	0.0	0.7
香川	16	21	63	14	0	114	7.7	12.0	34.2	17.3	0.0	17.4
愛媛	29	11	131	16	0	187	9.3	5.9	40.3	11.0	0.0	19.2
高知	96	13	42	15	1	167	37.4	23.2	16.9	11.3	7.1	23.6
福岡	14	14	3	0	0	31	1.5	2.9	0.4	0.0	0.0	1.1
佐賀	199	68	163	30	0	460	89.2	64.2	92.6	30.3	0.0	75.0
長崎	207	62	47	4	3	323	47.0	35.4	12.5	2.0	20.0	26.9
熊本*	426		40	13	0	479	58.0		10.2	7.1	0.0	36.2
大分	74	7	1	1	3	86	26.3	3.2	0.3	0.7	18.8	9.0
宮崎	208	49	82	43	1	383	52.8	36.6	32.8	29.4	9.1	40.9
鹿児島	173	36	14	7	1	231	36.0	15.0	2.5	2.8	6.3	15.0
沖縄	176	15	11	6	3	211	44.1	5.5	4.0	3.8	20.0	18.8
合計	4,689	1,335	3,184	613	49	10,335	20.2	10.4	15.1	5.7	4.8	14.8%
計 6,489施設*	*山形県・熊本県 加算					17.5%*	*山形県・熊本県 加算					14.8%

† 幼保連携型・保育所型認定こども園を含んだ地方公共団体からの回答を加算（施設の重複加算はない）。

‡ 公立（都道府県立・市（区）町村立）特別支援学校における実施率（国立・私立を除く）。

フッ化物洗口 全国トップクラスの実施率！

施設におけるフッ化物洗口の実施状況は、2年ごとに全国調査が行われており、左の表は、2014年の都道府県別実施状況をまとめたものです。事業開始から10年で、秋田県の実施率は全国トップクラスになっています。

保育所は佐賀県、静岡県、新潟県に次ぎ4位（60.2%）、幼稚園は佐賀県、新潟県に次ぎ3位（40.9%）です。小学校は佐賀県に次ぎ2位（81.6%）になりました。さらに中学校は全国1位（55.3%）の実施率を達成しました。

フッ化物洗口は、永久歯がほぼ生えそろう中学3年まで続けることが重要です。100%の実施を目指して、さらなる取り組みの強化が望まれます。

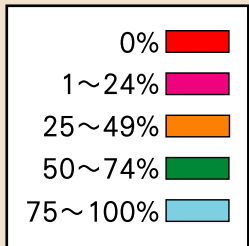
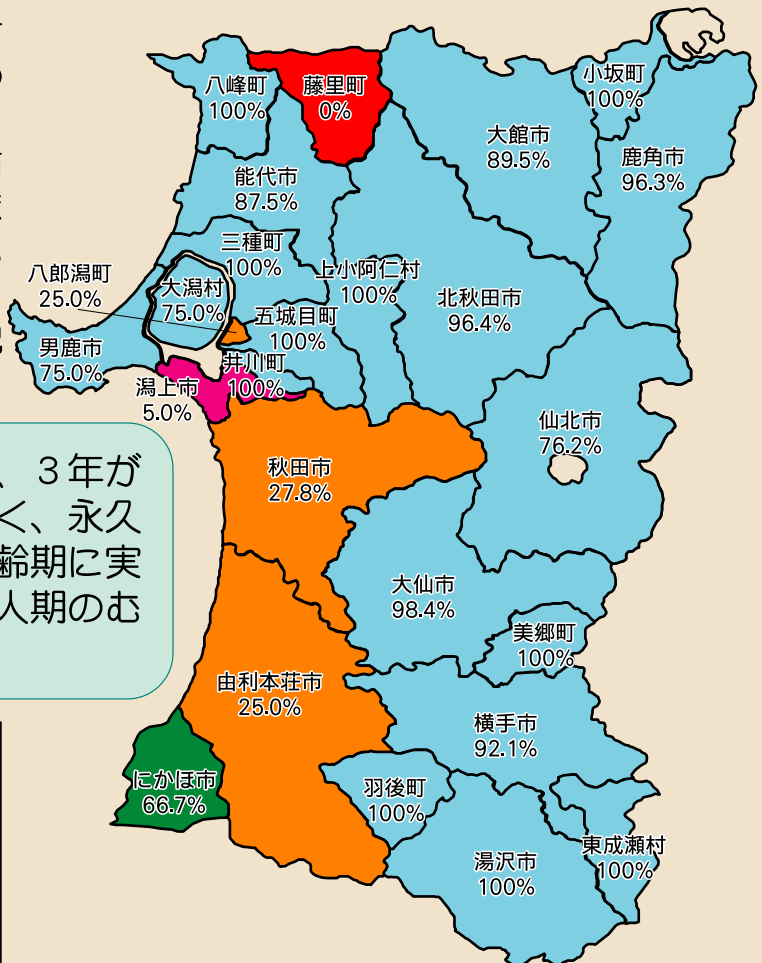
平成27年度 市町村別実施率（全体）

H28.3.31現在

全県での実施施設数は456施設
 実施率は67.7%、実施人数は52,725人

右の図は、県内25市町村の実施率を色別で示したものです。幼稚園・保育所、小・中学校の全てで行っている市町村がある一方、いまだにほとんど行われていない市町村もあります。実施率の差がむし歯の健康格差につながる心配があります。

永久歯は生え始めの2、3年が最もむし歯になりやすく、永久歯が連続して生える学齢期に実施することにより、成人期のむし歯も予防できます。



フッ化物配合歯磨剤の効果的な使い方

イエテボリ法ってなに？

多くの歯磨剤には歯質の強化や再石灰化*の促進、むし歯菌の働きを抑えるなどの効果を期待してフッ化物が配合されています。

歯みがきの時、たくさん水で何回もすすいでいませんか？これでは文字通りせっかくの効果を水に流していることとなります。

イエテボリ法は、スウェーデンのイエテボリ大学で発案された歯みがきの方法で、この方法を行うことにより、歯みがきの後にフッ化物が口腔内に長くとどまることで、むし歯の発生が26%も予防できたという報告があります。

コツは少ない水ですすぐこと。普通の歯みがきでしっかり汚れを落とした後に、イエテボリ法を取り入れることで、より多くのフッ化物を歯に取り込ませることができます。

子どもから高齢者まで、歯磨剤を使うすべての方にお勧めです。

※再石灰化…溶け出てしまったエナメル質の成分（ミネラル）を唾液の力で歯の表面に戻す働き

イエテボリ法の手順

(普通の歯みがきでしっかりと汚れを落とします。)

1. 歯ブラシにフッ化物配合歯磨剤（量は下記参照）をつけ、2分間かけて歯列全体に行きわたるようにしっかりとブラッシングします。
2. ブラッシングが終わったら歯磨剤を吐き出さない。
3. 約10mLの水を含み、30秒ほどブクブクうがいをします。うがいはこの1回のみです。
4. 吐き出した後は水ですすがず、2時間は飲食を控えましょう。



※慣れるまでは水の量やうがいの回数で調整しましょう。

フッ化物配合歯磨剤の適正量は？

3歳～5歳	5mm以下	
6歳～14歳	1cm程度	
15歳以上	2cm程度	

フッ化物配合歯磨剤は1日2回の使用が有効とされています。

また、就寝中は唾液の分泌が低下する関係から、お口の中にフッ化物が長時間とどまりやすくなり、よりフッ化物を取り込ませることが期待できますので、就寝前の使用が特に効果的です。

ご質問・ご意見はこちらまで

発行：秋田県歯科医師会 〒010-0941 秋田市川尻町字大川反 170 番地 102

TEL018-865-8020 FAX018-862-9122

<http://www.akita-da.or.jp/index.html> E-mail:madoguchi@akita-da.or.jp

協賛：秋田県、秋田県歯科衛生士会