

保険者における歯科口腔保健の取組事例

厚生労働省 「保険者に対する歯科口腔保健の
取組における普及啓発事業 実行委員会」

取組概要	掲載ページ
<p>具 体 的 内 容</p>	
<p>被保険者並びに被扶養者を対象に、歯科セミナーを開催。年代別の口腔衛生教室・講演・歯科健診・お楽しみ抽選会を実施。 また、職場での定期健康診断時に歯科健診を同時実施。</p>	1
<p>簡易唾液潜血検査を用いたスクリーニング検査を行い、陽性者の歯科医院通院状況の調査、アンケート調査を通じて今後の事業所歯科健診の在り方の検討を行った。</p>	3
<p>特定健診に併せ、受診者のほぼ全員に対して、歯科衛生士による口腔内の確認を実施。その結果、受診が必要な方に対して、歯科受診おすすめカードにより受診勧奨を実施するほか、結果報告会や特定保健指導の場において、生活習慣病予防のために歯科指導を実施している。</p>	5
<p>事業所での歯科健診実施にあわせ、歯科保健行動に結びつけるための Web を利用した健康イベント「ハッピーラリー」を実施。また、食堂では噛むメニュー「ハッピーメニュー」を提供するなど、歯科健康づくりをすすめる環境を整備。</p>	7
<p>特定健診と同会場で歯科医師による歯科健診を実施。健診後、歯科衛生士による一般的な保健指導のほか、問題のある人には歯科医師による個別の保健指導も実施。</p>	9
<p>特定保健指導の中に歯科の要素を取り入れ、歯科衛生士による口腔内観察と歯科保健指導を実施。「咀嚼指導マニュアル」を用いた保健指導が実施されている。</p>	11
<p>「毎食後歯の手入れをしている人の割合を増やす」ことを目標に掲げ、歯ブラシセットの配布、歯科健診の費用補助、歯の優良者表彰、各種情報提供等を行っている。</p>	13
<p>口腔診査による歯科健診に加え、唾液検査と問診を実施し、一人ひとりに応じた生活習慣と口腔衛生の課題の見える化を図り、歯科健診当日に歯科保健指導を実施。2か月後に協力歯科医療機関／保健センターでフォローアップ保健指導を実施。</p>	15
<p>従来からの歯科健診とあわせ、歯に関する 20 項目のアンケート形式でのスクリーニングで、歯科治療の必要な人を効率的に受診につなげる仕組み＋行動変容のための啓蒙を実施。</p>	17
<p>香川県では、特定健診に歯科に関する質問項目を導入。特定保健指導とタイアップし歯科保健指導で、対象者全員に対して内科医師、歯科医師による講話、唾液検査等を実施。食事にかかった時間と咀嚼回数の記録票を配付。</p>	19

福岡県農協
健康保険組合

加入者向けセミナーで 歯科保健対策の必要性を啓発

取組をはじめた経緯

福岡県農協健康保険組合では、昭和 50 年より歯科健診を実施してきた。これは健保組合内での医療費分析をする中で、歯科医療費が医療費全体の中でも高い割合を占めていたことに基づいたものであった。歯科健診の体制が一通り整備された平成 6 年からは、加入者に歯科についてのセルフケアをより意識してもらうために、毎年歯科セミナーを開催してきた。

取組概要

長年実施している歯科健診は、事業所における労働安全衛生法の定期健康診断と同時に全従業員を対象として実施している。1 人 10 分ほどの時間で歯科医師による口腔内診査の後、歯科衛生士がその結果をチェックしながらブラッシングの指導等を行っている。

さらに、歯科疾患等の予防・早期治療につなげることを目的として、被保険者並びに被扶養者を対象に、歯科セミナーを毎年開催している。セミナーでは、年代別の口腔衛生教室・歯科医師による講演・歯科健診・お楽しみ抽選会を行い、親子で楽しんで参加してもらえよう夏休み中の日曜日の午前中 3 時間ほどで実施している。

年 1 回開催されるセミナーは、毎年事業所経由で加入者に案内されている。

近年は開催規模を縮小したため、平成 27 年度の参加者は 60 人ほどであったが、過去には 700 人ほどの参加者が得られた年もあった。

実施体制

健保組合スタッフ単独だけでは、歯科に関する保健事業を展開するのは難しいため、福岡県内に拠点のある(株)産業歯科衛生協会に委託しながら歯科健診・セミナーともに実施している。

特にセミナーの開催にあたって、企画は健保組合スタッフが中心となっていくが、歯科健診を委託している(株)産業歯科衛生協会にも協力を仰ぎ、アドバイスをもらっている。セミナー当日は同協会の歯科医師、歯科衛生士とともに、健保組合職員 5~6 人も運営に参加している。

加入者向けのセミナーのチラシ

平成 27 年度

「歯科セミナー」のご案内

— 歯茎の病気、歯周病って怖い! —

みなさん、歯周病がさまざまな病気の原因になっているって知ってますか？
当健保組合では虫歯や歯周病等の歯科疾患の予防、早期治療を目的に毎年「歯科セミナー」を開催しています！この機会に歯周病について学習してみましょう！
子どもの歯のコンクールや賞品が当たるビンゴ大会など盛りだくさんの内容で開催いたしますので、みなさんの多数の参加をお待ちしています！

日 時	平成 27 年 8 月 2 日 (日) 10 時～12 時 30 分 (予定)
場 所	J A 福岡県会館 福岡市中央区天神 4 丁目 10-12
内 容	<ul style="list-style-type: none"> ○子ども歯科コンクール ○家族むけの歯科検診 ○歯についての講演 ○ビンゴ大会 など(詳細は裏面を参照してください)
対 象 者	<ul style="list-style-type: none"> ・被保険者及び被扶養者 大人だけでなく子どもも参加できます! ・中学生以下の被扶養者が参加の場合はその保護者
申 込 方 法	裏面の申込書に記入のうえ、FAX または郵送にて直接健保組合へ提出してください。 申込締切 7 月 3 日 (金)
参 加 費 用	無料 参加者全員に歯間ブラシなどの歯周病補助器具をプレゼント! <small>※ ただし、全場収容人数が 100 名程度のため、大幅に超える場合は抽選、30 名未満の場合は中止しますので、ご了承ください。</small>
お 問 い 合 せ 先	J A 福岡健保 保健事業課 TEL:092-711-3788

J A 福岡健保

～始めましょう 未来のために 健康づくり～

事業に要する費用

歯科健診は受診者 1 人当たり 3000 円かかっている。

歯科セミナーについては、平成 27 年度は当日運営の委託費、会場費等を含めて 70 万円ほどで実施した。

取組の効果

長年歯科健診・セミナー等の取組を行っている福岡県農協健康保険組合では、過去の医療費との比較では、歯科の医療費が下がるというような明確な結果は見られていない。しかし、歯科医療費があがっていないことも考えると、治療ではなく、これまでの取組の結果、加入者が予防で歯科医院を利用している人が多いのではないかと考えている。また、歯科健診の委託先からは、同社が歯科健診を実施している他の団体と比較すると、重度のむし歯の人、歯周病の人の割合が低いというコメントももらっている。

保険者概要

加入者数：16,233 人（被保険者：9,125 人、被扶養者：7,108 人）

＜平成 27 年 4 月末時点＞

適用事業所数：33 力所 ＜平成 27 年 4 月末時点＞

特定健診実施率：85.7%、特定保健指導実施率：53.6% ＜平成 26 年度法定報告値＞

全国健康保険協会

広島県支部

事業所における 歯周疾患健診促進の取組

取組をはじめた経緯

広島県では平成 23 年度に「広島県歯と口腔の健康づくり推進条例」が施行された。この第 6 条には事業者及び保険者の役割が明確化されていた。そのような中、平成 24 年 6 月に県が主催するシンポジウムに全国健康保険協会広島支部（以下「協会」）広島支部支部長がパネラーとして参加し、歯と口の健康づくりについての医療保険者の役割をより強く認識するようになった。それを契機に、成人期の継続した歯・口の健康管理を行うために、全国健康保険協会広島支部（以下「協会」）は、行政・医師会・歯科医師会と連携・協力することとなった。

取組概要

協会加入事業所に対し、歯科保健に関する認識と歯科健康診断の実施状況及び事業所が望む歯科健康診断の在り方について調査を実施した。（平成 24 年度）

その後調査結果を踏まえ、簡易唾液潜血検査を用いたスクリーニング検査を行い、陽性者の歯科医院通院状況の調査、アンケート調査を通じて今後の事業所歯科健診の在り方の検討を行った。（平成 25 年度）

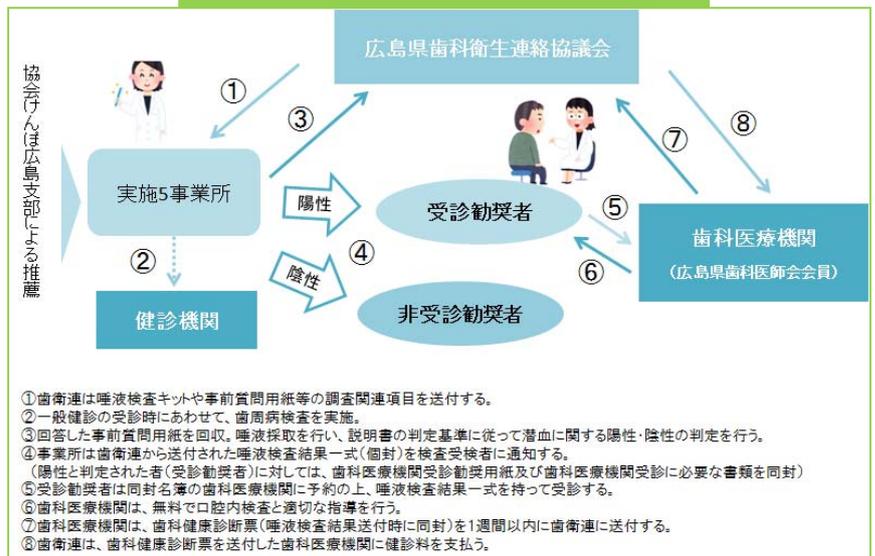
平成 26 年度は、平成 25 年度の実施状況を踏まえ、陽性者に対して文書での通知だけでは、なかなか歯科医療機関受診に結びつかなかったため、事業所担当者から陽性者への受診勧奨を行ってもらうようにした。

また、協会けんぽ広島支部では、事業所とコラボのうえ、歯周病対策についても盛り込んだヘルスケア通信簿を発行したり、事業所歯科健診の前に歯科医師による講話を実施するようなポピュレーションアプローチも実施している。

実施体制

事業実施は、広島県歯科医師会会員の歯科医療機関・広島県歯科衛生連絡協議会との連携のもとに実施された。協会は事業に参加してもらう 5 事業所（平成 25 年度）を推薦し、加入者に事前質問

歯周病疾患健診促進パイロットフロー図



用紙に回答し、唾液検査の実施に協力してもらうよう依頼した。平成 26 年度には、事業に参加いただいている事業所の担当者にも協力してもらった。

事業に要する費用

唾液検査の実施あたり要する費用としては、下記のとおりとなっている。

■費用単価(概算)

	半日	1日		1人あたり
歯科医師出務費	36,000円	72,000円	検査キット費	200円
歯科衛生士出務費	7,000円	14,000円		

■実施人数ごとの費用

参加人数	歯科医師人数	歯科衛生士人数	費用
100～150人	1人	2名	50,000円
150～200人	2人	4名	100,000円

取組の効果

平成 25 年度に簡易唾液潜血検査を 785 人に対して実施した結果、陽性者は 368 人（46.8%）であった。陽性者に無料歯科健診の受診勧奨を行った結果、歯科医療機関での口腔内診査を受けた者は 60 人（16.3%）であった。より多くの情報提供や効果的なアプローチができれば、更なる受診率の向上につながると思われる。

保険者概要

加入者数：1,038,647 人（被保険者：593,787 人、被扶養者：444,860 人）

＜平成 27 年 4 月時点＞

適用事業所数：45,332 社 ＜平成 27 年 4 月時点＞

特定健診実施率：43.0%、特定保健指導実施率：27.3% ＜平成 26 年度法定報告値＞

島根県

邑南町

地元歯科医師と協力のもと特定健診・保健指導の一環で歯科の取組を実施

取組をはじめた経緯

地元の歯科医師が行政と協力しながら成人～高齢者の咀嚼機能に注目した疫学研究に取組んできた。その調査結果を分析する過程で、①食べる速さが早い者はBMIが有意に大きい、②現在歯数が10～19歯のBMIが大きい、③客観的咀嚼能力が低い高齢者は低栄養のリスクが高い等の傾向がわかり、今後の保健指導に活かせることが分かったため、実態を把握するために、平成22年度からの特定健診に歯科の診査（歯科衛生士による咀嚼・口腔のチェックと保健指導）を導入することになった。なお、邑南町で予防歯科に積極的に取り組んできた背景には、町の保健課に歯科衛生士が配属されていることもあった。

取 組 概 要

特定健診の受診対象者に対し、受診券を送付する際、問診票と一緒に「お口の調査票」を送付し、特定健診当日に持参してもらう。この内容を問診時に保健師が確認した後、歯科衛生士が口腔内の確認等を実施する。具体的には、①「お口の調査票」【右図】により対象者の概要把握、②グミによる咀嚼力検査、③唾液潜血反応検査、④口腔内状況把握（歯の本数・未処置歯数・臼歯の状況・口腔内の状況等）が実施され、それに基づき必要事項についての指導が行われる。その結果については、特定健診結果とともに保健師により説明がなされ、治療が必要な人には「歯科受診おすすめカード」を用いた受診勧奨がなされる。さらに、特定保健指導の該当者については、集団教室において咀嚼支援マニュアルに基づいた歯科指導が実施される。それにあわせ、「ゆっくり良く噛むこと」等を含めた歯科に関する取組目標が食事や運動と同様に生活改善目標の選択肢として提示されている。

お口の調査票

平成27年度 特定健診（お口の調査票）		（受診日 平成27年 月 日）		受診番号
健康長寿の基本は食べることから！ あなたはしっかり噛んでおいしく食べていますか？				
<small>食べることは、健康を保つ基本中の基本です。皆様の食生活に有益なアドバイスができるよう、今年度は咀嚼（噛む）力の測定、アンケート調査にご協力をお願いいたします。なお、調査結果をもとに皆様方へ結果をお知らせし、健康づくりのアドバイスをさせていただきます。また邑南町民の健康状態の分析研究資料とさせていただきます。なお、一連の調査分析の過程で個人の名前や情報が外部に漏れること、目的以外に利用されることはありません。以上のことをご理解いただき、「名前」欄に氏名をご記入いただき、以下の①から⑩のアンケートにご回答ください。また、入れ歯を普段使用しておられる方は、健診当日、忘れずに装着して来て下さい。</small>				
名 前	年 齢	性 別	①から⑩の問いに必要な数字または、当てはまる数字に○を記入してください。 ＜記入例＞ ① はい 2. いいえ	
	歳	男・女		
問①	ご自分の歯は何本ありますか？	_____本		
問②	お口のことで困り事がありますか？	1. ない 2. ある（あると答えた方は下よりお選び下さい）		
1. 痛み 2. 食べ物が挟まる 3. 出血 4. 口臭 5. 歯肉が腫れる 6. 噛みにくい 7. グラグラする 8. 歯並び 9. 歯が無い 10. 入れ歯が合わない 11. 口が開きにくい 12. 口が乾く 13. 舌が痛む 14. 歯ざり 15. イビキをかく 16. 口内炎 17. シャベりにくい 18. 味覚低下 19. 虫歯がある 20. できものがある 21. 水やお茶を飲むとむせる 22. 食事がしにくい 23. 飲み込みにくい 24. お口や入れ歯の手入れが出来にくい 25. その他（ ）				
問③	この一年間で何回くらい歯科医院を受診しましたか？	1. 受診していない 2. 受診した⇒ _____回くらい受診		
問④	義歯（入れ歯）を使用していますか？	1. 義歯を使用している 2. 義歯は使用していない		
問⑤	何でも噛んで食べることができますか？	1. しっかり噛めるので、なんでも食べることができる 2. 噛めない物があるので、食べることができないものがある		
問⑥	食事に満足していますか？	1. とても満足 2. 満足 3. 普通 4. やや不満 5. 不満		
問⑦	一緒に食事をする人は、自分も含めて何人ですか？	1. 一人 2. 二人 3. 三人 4. 四人以上		
問⑧	食事以外の間食（おやつや夜食）は一日に何回ですか？	1. 1回 2. 2回 3. 2回 4. 3回 5. 4回 6. 5回以上		
問⑨	自分で食事のしたくをしますか？	1. 毎日する 2. 時々する 3. ほとんどしない		
問⑩	食べやすいように調理を工夫しますか？（していらっしゃいますか？）	1. 工夫している 2. あまり工夫しない		
問⑪	人から食べるのが速いと言われることがありますか？	1. よく言われる 2. 時々言われる 3. 言われない		
問⑫	夕食を食べる時間は、おおよそどれくらいですか？	約 _____分 注意）晩酌の時間は含めません		
問⑬	周囲の人や家族と同じように食事が出来ますか？	1. できる 2. できない		
問⑭	歯磨きや入れ歯の手入れは何回しますか？	1. しない 2. 1日1回 3. 1日2回 4. 1日3回 5. 1日4回以上		
問⑮	肉（牛、豚、とり）をどのくらい食べますか？	1. 毎日食べる 2. 二日に一回 3. 一週間に二回 4. 一週間に一回 5. ほとんど食べない		
問⑯	あなたは栄養のバランスを考えて食べていますか？	1. いつも考えて食べている 2. 少しは考えて食べている 3. あまり考えて食べていない		
問⑰	あなたの食事についてどう思いますか？ （一番当てはまるもの一つに○をつけてください。）	1. 特に問題はない 2. いつも同様な料理になりがち 3. 食品の種類が少なめ 4. 好きなものや食べやすいものに偏る 5. 食事の量が少ない 6. 甘い物（菓子パンなど）をよく食べる		

特定健診の項目に歯科の要素を組み込むことにより、健診受診者のうちほぼ全員に口腔内の確認等を実施している。すべての人を対象とすることで、歯科に関心のない人も受けることとなり、歯科保健に対する意識の向上にもつながっていると思われる。

なお、邑南町では、健康セミナー等各種一次予防の機会において、歯科に関するポピュレーションアプローチも実施している。

実施体制

口腔内の確認等は診療との兼ね合いで健診の場に立ち会うことが難しい歯科医師ではなく、比較的確保が容易である歯科衛生士（受診者 80~130 人に対し、町所属の歯科衛生士 1 人と在宅歯科衛生士等 2 人の計 3 人体制）が実施している。なお、邑南町では立ち上げの段階から町の歯科医師の関与があるとともに、健診後の保健指導については、同歯科医師が作成した指針に基づいて行われている。

事業に要する費用

歯科関連項目を特定健診と同時に行うに当たっては、より安価な予算で必要な人が受診に結びつくこと、保健指導により生活習慣改善が図られ、生活習慣病の予防に資することが大切である。邑南町の方式では歯科衛生士の賃金、潜血反応試験紙・グミ・ディスポグローブ等の経費として、受診者一人当たり約 300 円で実施している。

取組の効果

邑南町では、平成 26 年度、歯科医療機関への受診を促す歯科受診おすすめカードを 226 人に発行したところ、90 人が受診した（受診率 39.9%）。受診結果は、要医療 78 人（86.7%）と約 9 割が早期治療に結びついている。そのうち、48.4%が歯周疾患、26.2%がむし歯という結果であった。平成 23 年から 26 年までの国保医療費の分析を行ったところ、受診率は増加傾向にあるが、1 件当たりの費用額は減少していることから、早期受診により重症化予防に寄与していることがうかがえる。

また、特定保健指導の対象者に咀嚼マニュアルを使った指導を実施し、かむことを意識した目標を設定し 6 か月後の成果を評価したところ、「ゆっくりかむこと」を目標に掲げた人はそれ以外の目標や運動プログラムだけを実施する人に比べて、体重・腹囲が減少傾向にあった。

保険者概要

人口：11,356 人、高齢化率：42.3% <平成 27 年 10 月時点>

国保被保険者数：2,898 人 <平成 27 年 10 月時点>

特定健診実施率：54.3%、特定保健指導実施率：70.7% <平成 26 年度法定報告値>

<参考 URL>

<http://www.niph.go.jp/soshiki/koku/oralhealth/kks/main/document/report5.pdf>

http://www.niph.go.jp/soshiki/koku/kk/sosyaku/opinion1/doc_oominami.pdf

パナソニック
健康保険組合

歯科健診による動機付けと 保健行動に結びつけるための環境整備

取組をはじめた経緯

パナソニック健康保険組合では、平成 11 年度からパイロット事業で歯科健診を一部事業所に実施していたが、諸事情で、3 年でいったん終了とした。しかし、健保組合の医療費の中で歯科医療費の占める割合が 1 位であったこと、国の流れとして保険者の歯科対策が推奨され、医学的にも歯と全身の健康の関係性が唱えられるようになったため、「健康パナソニック 2018」¹において歯科の要素を盛り込み、平成 24 年度から歯科健診を開始した。

取 組 概 要

<歯科健診>

歯科健診は、節目年齢（35 歳から 5 歳刻み）については自己負担なく、原則全員に受診を勧めている。36 歳以上の節目年齢外については、一部自己負担はあるが、任意で受診できる。実際の健診は各事業所で委託業者が実施している。問診と歯科医師による口腔内診査の後、歯科衛生士による口腔衛生指導と歯面清掃を実施している。

<Web を活用した取組>

パナソニック健康保険組合では、Web 上にいきいき健康ナビゲーションという加入者が利用できるポータルサイトを用意している。そのサイト上で、ハッピーラリーというキャンペーンを実施しており、10 月の 1 か月間、就寝前の 5 分間で丁寧な歯磨きの有無を登録するという仕組みを設けている。また、フロスや歯間ブラシを使用したかについても同様にチェックするようになっている。ハッピーラリーの登録サイト上には、歯に関する健康情報が掲載されており、3 日に 1 回ほど更新している。また、入力状況に応じて励ましコメントを提供している。

また、Web 上には歯周病予防に関する動画を掲載し、いつでも学習できるような環境を整備している。

<社員食堂でのハッピーメニュー>

ハッピーラリー期間中には、事業所給食会社の協力を得て、社員食堂でハッピーメニューという身体にも歯に良いメニューの提供を行ってもらうようにしている。

ハッピーラリーの説明

磨いているつもりが磨けていない!?
正しい歯磨き習慣の定着におすすめ! ハッピーラリー

ハッピーラリーにエントリーしよう!
ウォークラリーと一緒に、ハッピーラリーにエントリー。
就寝前の丁寧な歯磨き5分以上で1ハッピー。
1ヵ月間に28ハッピーで達成!

「できた!」できなかった!をチェック
「できた」をチェックしたら、ラリーマップに歯のスタンプが現れます。
スタンプごとに歯と歯磨きに関する情報が表示され、ラリー終了時には、あなたも歯磨きマスターに?!

さらに、フロスや歯間ブラシを使えば、
+ (ピカ)マークが表示

スタート前に新しい歯ブラシに!
毛先が開いた歯ブラシでは、隅々まで磨けません。
エントリーしたら、気分一新、この機会に新しいものに替えておきましょう。

ラリーマップ例
応援コメントや歯ブラシの持ち方などの歯と歯磨きに関する様々な情報

3 4
就寝前の丁寧な歯磨き(5分以上)
できた! (正しい歯磨き習慣からスタート)
できなかった! (正しい歯磨き習慣からスタート)
できなかった!

¹ 「健康パナソニック 2018」：会社・労働組合・健保組合の三位一体で取り組む健康づくり活動

<その他の情報提供>

歯科保健行動を促すための環境整備として、歯磨きについての注意点を伝えるために、「ハッピークリーンアップステッカー」を作製し、各事業所の洗面所等に貼ってもらえるよう提供している。また、健保組合発行の機関紙やリーフレット等を用いて各種情報提供を行っている。



実施体制

<歯科健診>

健診業者に委託をして、歯科医師・歯科衛生士を派遣してもらい実施している。一部小規模事業所では加入者が自ら選んだ歯科医療機関で健診を実施してもらい、その費用を健保組合が助成する形をとっている。なお、歯科健診で用いる問診項目については健保組合と委託事業者の間で相談して決定した。また、各事業所に設置された健康管理室では、歯科を組み込んだ保健指導を実施している。

<Web を活用した取組>

ハッピーラリーや Web 上での情報提供コンテンツについては、健保組合で企画をし、グループ内の企業に製作等を依頼している。

事業に要する費用

歯科に関する取組については、歯科単独での実施ではないため、全体費用を明確にすることは難しいが、様々な健康づくり活動の一環として実施している。

取組の効果

この4年間で、歯科健診、歯磨き習慣定着を目的としたハッピーラリー、教育材料としての Web コンテンツ、環境整備としてのハッピークリーンアップステッカー等を整備してきた。歯科健診は動機付け効果が高く、歯面清掃でキレイになった歯を維持するために、歯磨き習慣が向上（歯磨き時間の延長、フロス・歯間ブラシの使用等）するケースも多い。ハッピーラリーでは、健康づくりの取り組みとして歯磨きという要素が重要であること、食堂でのハッピーメニューでは噛むことの重要性が加入者に意識付けできた。これらの歯科に接する機会の増加が、事業所全体での歯科に関する意識の向上につながっているのではないかと考えている。今後も、就寝前歯磨き実施率、フロス・歯間ブラシ使用率を歯科対策推進の指標として、加入者が自立的に歯のメンテナンスを行えるようになることをめざして活動していく予定である。

保険者概要

加入者数：351,426 人（被保険者：168,938 人、被扶養者：182,488 人）

<平成 27 年 8 月時点>

適用事業所数：187 カ所 <平成 27 年 8 月時点>

特定健診実施率：63.4%、特定保健指導実施率：13.3% <平成 26 年度法定報告値>

岡山県

鏡野町

特定健診と同時に行う 簡便な歯科健診および指導方法

取組をはじめた経緯

岡山県鏡野町は、平成 17 年に旧鏡野町、奥津町、富村、上齋原村が対等合併し、鏡野町になった。そのうち、旧上齋原村の国民健康保険上齋原歯科診療所に常勤の歯科医師（岡山大学歯学部歯周病態学分野）が赴任することになった。赴任にあたっては、歯科と全身の健康状態の関係が大変重要であるということから、歯科診療だけでなく、行政と一体となり住民の保健・福祉に取組んでいくこととなった。当該歯科医師の赴任を機に、旧上齋原村では、基本健診と同時に歯科健診を行うことになり、この流れは合併した後の鏡野町にも引き継がれた。

取組概要

鏡野町では、特定健診・保健指導は岡山県健康づくり財団に委託し、特定健診については集団健診として実施している。歯科健診は、特定健診と同日・同会場にて行い、特定健診受診者全員を対象に行っている。（ただし、任意の受診となるため、実際の受診者は特定健診受診者の 7 割程度）

問診と併せて歯科医師が口腔内診査を行い、当日、結果説明および口腔内に問題のある人については、健康への行動変容およびセルフモニタリングを目的に、歯科医師および歯科衛生士によって保

健指導を行う。治療が必要な人については、歯科医療機関の受診を促す。糖尿病のある人等には個別に歯周病と糖尿病の関係についてのパンフレット等も渡して説明を行っている。

また、セルフケアを促すために健診とは別のブースにて、歯科衛生士が歯ブラシや歯間ブラシの使い方の説明を行うと同時に、無料で提供もしている。さらに、健診の待ち時間にも、歯科衛生士が DVD やポスターを用いた情報提供を行い、全身と口腔の関係や口腔ケア製品の説明等も実施している。

実施体制

特定健診と同時に行う歯科健診は、旧上齋原村で実施されていたほか、旧富村にも歯科医師（岡山大学歯学部歯周病態学分野）がおり、実施されていた。旧鏡野町では岡山大学歯学部予防歯科学分

鏡野町歯科健診の結果説明用紙

健診終了後、その場で書いて渡して説明
後日 全身の結果と一緒に結果通知

あなたの歯は () 本あります

- 今回の歯科検診で問題があるところはありません。
- 治療した方が良いむし歯があります。
- かぶせや入れ歯を入れた方が良いところがあります。
- 入れ歯の下の歯ぐきははれています。
- 舌の汚れがあります。
- 入れ歯の不具合があります。
- 口内炎があります。

◆ 次のような状態の歯ぐきがあります。

鏡野町

定期検診

野が研究の一環で歯科健診を実施していた。現在の鏡野町での歯科健診は、その当時からかかわっていた旧上齋原村、旧富村の歯科医師並びに岡山大学歯学部予防歯科学分野の歯科医師が中心となり、それぞれの診療所の歯科衛生士が協力して実施している。

特定健診と同時に実施することが重要ということで、特定健診を実施する岡山県健康づくり財団と協力のうえ体制を築いてきた。

事業に要する費用

対象者一人当たり 900 円となっている。健診受診者の自己負担はない。健診回数(は、年 10 か所(回) (土日は 3 回) で、秋に追加健診 1 回の合計 11 回実施している。1 回あたり要する時間は 3 時間 (7 : 00~10 : 00) となっている。

取組の効果

鏡野町では、過去の歯科健診結果は経年で蓄積されており、歯科医師による保健指導を実施した人のうち、歯科受診に結び付いたのは約半数程度となっている。毎年、国及び県と比較して、糖尿病、循環器疾患および高血圧症の町民が多く、その健診受診者は歯周病の重症度と相関がある。歯周病の罹患率は、国と比較して年代別で約 20%低く、発症年齢も約 10 年遅い。その結果、自歯率も高い。特定保健指導実施率は 12.7%であるが、歯科の個別保健指導は 100%である。しかし、健診受診率が低いいため、個人を経年で追った結果は少なく、個別保健指導の効果は確認できない。

保険者概要

人口：13,691 人、高齢化率：34.6% <平成 27 年 4 月時点>

国保被保険者数：3,160 人 <平成 27 年 4 月時点>

特定健診実施率：38.4%、特定保健指導実施率：12.7% <平成 25 年度法定報告値>

三重県

菟野町

特定保健指導の中に 歯科の要素を組み込んだ事例

取組をはじめた経緯

菟野町では、保健師が特定保健指導の制度導入以前の試行段階で、保健指導の成功者は運動・食事
に取組んだ人であること、食事記録からみえる特徴的な食事など、口から見える生活と健康状態等
についての気づきを得ていた。また、国保医療費で歯科疾患の占める割合が高かったこともあり、
特定保健指導のプログラムにおいて歯科保健指導を取り入れることとした。

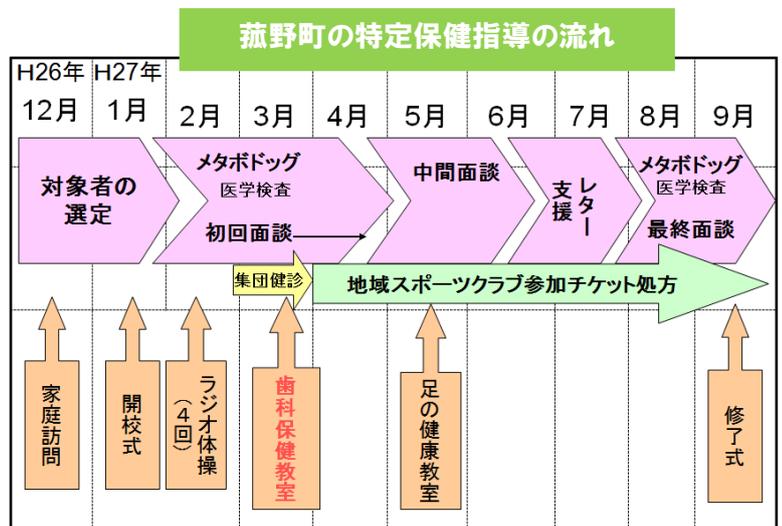
取組概要

特定健診・保健指導が導入された平成 20
年度から、町の特定保健指導の一環として、
歯科医師による口腔内診査と歯科衛生士
による保健指導を実施している。具体的
には、特定保健指導の一連のプログラムの中
に、集団での歯科保健教室（半日）を開催
している（対象は積極的支援・動機づけ支
援対象者の両者、平成 26 年度の参加者は
16 人）。

歯科保健教室は、①しっかり噛んで、美味
しく食べることにより、満腹感を得ることや、自分
の健康状態に応じた食事をとることが出来るよう
に必要な支援を行う、②自分の歯や口腔内の健康を
意識すると共に日頃の食事や生活改善に向けた動
機付けと健康づくり方法を習得出来る場とする、③
参加者の交流をとおして互いに健康づくりを応援
出来る関係づくりを目指す、ということを目的に行
っている。

歯科保健教室では、歯科医師による 30 分程度の講
話を受講者全員が聞いた後、5 つのグループに分かれ、①歯科医師による口腔内診査、②歯科衛生
士による位相差顕微鏡検査での口腔内細菌の観察、③歯科衛生士によるガムによる咬合力検査、④
歯科衛生士によるブラッシング指導、⑤管理栄養士による栄養指導を順番に受けてもらう。

この歯科保健教室とは別途、保健師等が行う特定保健指導の初回面談の中で、早食いの見直し等、
歯科保健行動に関する目標を盛り込みながら、中間面談、最終面談等で、行動変容の状況等を確認
している。



歯科医師による口腔内診査



実 施 体 制

事業の立ち上げにあたっては、県の歯科医師、四日市歯科医師会・三重県歯科衛生士会と情報交換、実際の体制整備等について協議を行った。

その結果、歯科保健教室の当日には、四日市歯科医師会から歯科医師 1 人、三重県歯科衛生士会から歯科衛生士 5 人が派遣されている。

また、栄養指導にあたっては、在宅の管理栄養士を雇いあげており、保健師が咀嚼支援マニュアル等をもとに伝え、具体的な早食いの改善方法や食事の選び方、切り方の工夫について指導を行ってもらっている。

町の保健師は、上記歯科保健教室の運営全体の統括を行うのと、各グループに保健師等が一人ずつ入りながら参加者の状況を把握するよう心掛けています。

事業に要する費用

半日の歯科保健教室を 1 回開催するために、歯科医師、歯科衛生士、保健師、管理栄養士への報償費、歯ブラシや歯間ブラシ等の消耗品費、栄養指導に関する賄材料費として、概算で 10 万円程度の費用が必要である。

取 組 の 効 果

特定保健指導の対象者全てに歯科の要素を取り入れているため、歯科の取組を実施していない対象者と比較はできないものの、保健指導の効果として体重が平均-2.3kg の減少、腹囲は男性で-4.4cm、女性で-4.3cm の減少となっている（平成 21 年度の特定保健指導対象者 18 人の結果）。また、特定保健指導の事業実施をきっかけとして、平成 23 年度からは 30 歳代および国保特定健診未受診者を対象とした集団健診の中に、歯科衛生士による個別歯科相談実施を新たに実施することになった。この歯科相談を実施することにより、歯科保健のかかわりが難しかった 40 歳代、50 歳代の比較的若い年代の男性に対する指導につなげることができている。

保 険 者 概 要

人口：41,407 人、高齢化率：24.4% <平成 27 年 4 月末時点>

国保被保険者数：9,557 人 <平成 27 年 4 月末時点>

特定健診実施率：44.3%、特定保健指導実施率：7.3% <平成 26 年度法定報告値>

<参考 URL>

<http://www.niph.go.jp/soshiki/koku/kk/sosyaku/opinion2/shirota.pdf>

三菱電機健康

保険組合

集団としての目標値を設定しての 歯科保健の取組

取組をはじめた経緯

三菱電機健康保険組合で歯科に着目した事業をはじめたのは、医療費全体に占める歯科医療費が一定の割合を占めており、医療費の適正化を図りたいということが一番の出発点であった。また、健康日本 21 運動の中で、歯科に関する項目が盛り込まれたことも、もう一つ、歯科に取り組むきっかけとなった。三菱電機健康保険組合では、平成 14 年から「生活習慣 変えてのぼそう 健康寿命」をスローガンに掲げ、事業主・労働組合・健康保険組合が 3 者一体となって、MHP21（三菱電機グループヘルスプラン 21）をスタートさせた。これは、健康日本 21 運動の流れに応じたものであり、MHP21 では、社員ができるだけ早い時期から、自らの食生活や運動、休養、嗜好などの生活習慣を主体的に見直し、生活習慣病の一次予防を通じての生活の質の向上と健康企業の実現を目指し、保健事業を展開してきた。MHP21 では、5 項目について定量的な目標を掲げたが、その一つとして「歯の手入れ促進」も盛り込み、歯科保健対策を実施してきた。

取組概要

MHP21（三菱電機グループヘルスプラン 21）の「全社共通目標」に「毎食後歯の手入れをしている人の割合を増やす（平成 15 年度 14.3%→2011 年度には 50%以上）ことを掲げ、現在三菱電機健康保険組では、下記のような事業を展開している。

三菱電機健康保険組合における歯科関連事業

1. 歯ブラシセット配布
平成 20 年度に健保加入の全従業員（健保被保険者）全員を対象に 93,000 セット配布。その後は、年に 1 回、健保新規加入者（被保険者）に配布している（6,500～7,000 セット程度/年）。
2. 歯科健診への健保における費用補助
一般被保険者の歯科健診の上限を 3,000 円とし、年に 1 回費用を補助している（歯石除去やブラッシング指導は補助対象外）。
3. 歯の優良者表彰
歯科健診受診の結果、「歯の優良者⇒虫歯が一本も無く、歯周炎や歯肉炎がない方」と判定された方の中から抽選で 600 名/年に記念品を進呈。歯の優良者としての報告が平成 14 年度には約 500 名弱の人数であったが、平成 26 年度では 6000 名弱まで増加。
4. 広報誌（年 4 回発行）による歯科関連情報の展開
歯科関連情報を健保広報誌にて展開している。原稿作成は、健保スタッフ又は事業所所属の産業保健スタッフ。
5. 健康レポートにおける歯科関連情報の展開（事業所向けに発行）
平成 24 年度より安全衛生委員会における健康増進活動の議論を活性化させるため、毎月、全事業所に向けて健康レポートを発行。毎年 5 月の歯と口の健康週間（6 月 4～10 日）」に合わせて歯科関連情報を掲載。
6. 歯科教室開催への健保費用補助
事業所にて実施する歯周病等についての正しい知識の付与、ブラッシング指導を行う教室の講師料・教室開催時に必要な用具（歯ブラシ・試験紙・染色液等）を補助。

取組のポイント

上記取組のうち、2の歯科健診を外部健診機関で実施する際には、事業所毎に実施し、費用補助をすることで歯科健診受診を促進している。4.5の情報提供については健保組合スタッフが中心となり情報提供し、事業所担当者（産業保健スタッフ含）と連携して事業所内での展開をすすめている。

事業に要する費用

上記1～6の取組のうち、4、5については歯科単独での取組ではないため費用を明確にすることはできないが、1の歯ブラシセットの配布については1人あたり約700円、年間約430万円となっている。3の歯の優良者表彰については、記念品が一人あたり約650円、年間約39万円となっている。また、6の歯科教室開催への健保組合の費用補助としては、年間30カ所に対し、計約92万円を補助している。

取組の効果

MHP21では、「歯の手入れ促進」に応じた目標値として、「1日3回歯の手入れをしている人の割合」という指標を設定した。平成13年度時点で13.3%であった割合が、平成23年度では20.5%にまで着実に伸びてきている。

保険者概要

加入者数：237,220人（被保険者：118,326人、被扶養者：118,894人）
＜平成27年3月末時点＞

適用事業所数：132カ所 ＜平成27年3月末時点＞

特定健診実施率：特定健診実施率：73.3%、特定保健指導実施率：53.9%
＜平成26年度法定報告値＞

埼玉県

川島町

継続的な支援を行う 成人歯科健診プログラム

取組をはじめた経緯

平成 24 年度、川島町が属する保健所において実施している歯科保健推進会議のなかで『新しい成人歯科保健予防プログラム』の研修がおこなわれた。川島町では、成人における歯科保健事業の復活を新年度に向けて検討しており、担当歯科医師に相談したところ、埼玉県モデル事業の協働実施の提案をいただいた。町でも住民の健康長寿のまちづくりを進めていたので、平成 25 年度・26 年度の 2 年間、成人歯科健診モデル事業として実施することとなった。

取組概要

口腔診査による歯科健診に加え、『唾液検査』の実施と事前配布をした『歯と口の健康力チェックシート』の記載内容をデータ入力し、一人ひとりに応じた生活習慣と口腔衛生の課題の見える化を図り、歯科健診当日に歯科保健指導を実施した。その 2 か月後に協力歯科医療機関においてフォローアップ保健指導を実施した。

モデル事業が終了した平成 27 年度においても、町の事業として実施をしているが、フォローアップ保健指導は、協力歯科医療機関で実施する個別方式から保健センターで行う集団方式に変更し、指導者も歯科医師から歯科衛生士と保健師に変更した。

保健指導内で用いた

「あなたの目標」例

「歯の健康力」 現在状態	歯の健康力（歯と口の健康力チェックシートの質問13・14に対応）	
保健行動	間食	たばこ
「あなたの目標」 目標値	<input type="checkbox"/> 間食を1日1回にする <input type="checkbox"/> 間食を2日に1回にする <input type="checkbox"/> 1週間の間食の回数を半分に減らす <input type="checkbox"/> 夜9時以降は間食しないようにする <input type="checkbox"/> 飲み物は無糖のものにする	<input type="checkbox"/> 1日のたばこの本数を半分に減らす <input type="checkbox"/> 朝起きてから朝食までは吸わない <input type="checkbox"/> 吸いたくなくなったガムを吸む <input type="checkbox"/> 吸いたくなくなったら10分我慢 <input type="checkbox"/> 今日から禁煙をはじめ
「歯の健康力」 現在状態	歯の健康力（歯と口の健康力チェックシートの質問15・16に対応）	
保健行動	就寝前の歯磨き	フッ素入り歯磨き剤
「あなたの目標」 目標値	<input type="checkbox"/> 歯磨、寝る前に歯磨きする <input type="checkbox"/> 2日に1回は、寝る前に歯磨きする <input type="checkbox"/> お風呂でゆっくり歯みがきをする	<input type="checkbox"/> フッ素入り歯磨き剤を使用する
「歯の健康力」 現在状態	歯の健康力（歯と口の健康力チェックシートの質問17～18に対応）	
保健行動	歯間ブラシ・フロス	ゆっくり噛む
「あなたの目標」 目標値	<input type="checkbox"/> 朝食後に使用する <input type="checkbox"/> 歯磨後には使用する <input type="checkbox"/> 2日に1回は就寝前に使用する <input type="checkbox"/> 1週間に3回は就寝前に使用する <input type="checkbox"/> 休日の就寝前には使用する	<input type="checkbox"/> 休日にはゆっくり噛むことを心がける <input type="checkbox"/> 1日はゆっくり噛むことを心がける <input type="checkbox"/> 週に1回はゆっくり噛むことを心がける <input type="checkbox"/> 歯ごたえのあるものを噛むようにする <input type="checkbox"/> 電球の形や大きさを覚えてみる
「歯の健康力」 現在状態	歯の健康力（歯と口の健康力チェックシートの質問19～20に対応）	
保健行動	歯磨き指導	定期健診
「あなたの目標」 目標値	<input type="checkbox"/> 歯科医院で歯みがき指導を受ける <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 6ヶ月に1回は定期健診を受ける <input type="checkbox"/> 1年に1回は定期健診を受ける <input type="checkbox"/>

実施体制

平成 25 年度・26 年度は、歯科保健指導の実施にあたり、継続的保健指導を実施する体制の構築のために、川島町の所在する比企郡の都市歯科医師会や埼玉県歯科衛生士会北部支部の協力を得た。町の事業であるため、協力していただく歯科医療機関の歯科医師、歯科衛生士には、事業の事前説明会・研修会に参加していただき、標準化された内容で保健指導を実施してもらうよう努めた。平成 27 年度は、町の事業として実施しており、フォローアップ保健指導は、歯科衛生士と保健師が担当した。

事業に要する費用

平成 25 年度・26 年度は、埼玉県モデル事業として実施したが、平成 27 年度は町の事業として実施することになった。歯科健診および継続的保健指導時に、歯科医師・歯科衛生士に保健センターに来てもらうための費用および指導用資料等として、256 千円要している。

取組の効果

第 1 回目の保健指導の後の対象者のアンケートの結果、「具体的に何かを実行しようと思った」人が 98%、「生活習慣の予防や悪化防止につながる事が理解できた」人が 100%、「口腔衛生への関心度が高まった」人が 87%にのぼる等、対象者の満足度は非常に高かった。

また、今後、継続的保健指導内で把握した口腔保健行動・口腔内状況の改善度、行動目標の達成度等についての評価を行う予定である。

保険者概要

人口：21,167 人、高齢化率：28.0% <平成 27 年 4 月時点>

国保被保険者数：6,238 人 <平成 27 年 4 月時点>

特定健診実施率：46.5%、特定保健指導実施率：42.9% <平成 26 年度法定報告値>

日産自動車
健康保険組合

アンケート形式のスクリーニングで 加入者に対し歯科保健への意識付け

取組をはじめた経緯

日産自動車健康保険組合では、健保連神奈川連合会が神奈川県歯科医師会と契約し実施していた歯科健診制度への相乗りをきっかけに、全加入者を対象に歯科健診を実施してきた。この制度は、加入者が年2回まで、最寄りの歯科医療機関において無料で歯科健診が受けられるというものであった。しかし、加入者の間で同制度の認知度は非常に低く、受診率は平成21年の時点で2%程度にとどまっていた。この低い受診率では、事業を実施していても意味がないという話になり、健診の受診率を上げるべく、取組を強化することとした。

取組概要

受診率向上のためにまず導入したのは、定期健康診断と同時に実施する「出張歯科健診」であった。出張歯科健診では、歯科医師による口腔内診査や歯科衛生士による口腔衛生指導を実施している。この健診の導入により、歯科健診全体の受診率は平成26年度には7.1%程度にまであげることができた。

しかしながら、体制・費用の両面から考えても、全加入者に対して歯科健診を実施する余裕はないため、歯科治療の必要な人を効率的に受診につなげる仕組み+行動変容のための効果的な啓蒙を検討していた。そうしたところ、神奈川県歯科医師会より日本歯科医師会で開発された生活歯援プログラムの紹介を受けた。歯に関する20項目の質問に答えるというアンケート形式でのスクリーニングであれば、実施が容易であると思い、歯科健診と同時に実施することを基本として取り入れることとした。

平成26年度にはトライアルで3事業所において、定期健康診断と同時にアンケートを実施した。定期健康診断の受診票と一緒に紙媒体の質問票を配付し、本人に記入してもらったうえで健診時に回収、記入内容については別途データ化、A,B,Cの3段階で判定し、後日、事業所経由で本人に結果票をフィードバックし、必要な人に対しては歯科医療機関での指導の勧奨を行った。

また、実施が容易な事もあり、事業所で行う健康フェアでも積極的にアンケートを実施して歯科保健への啓蒙に活用した。

実施体制

従来より実施している歯科医療機関における歯科健診については、制度がある各県の歯科医師会と契約を結び、加入者が直接利用できる体制を整えている。

出張歯科健診については、実施内容を健保組合で特定し、民間の事業者に委託して実施している。

日産自動車健康保険組合の歯科健診

(従来) 疾病発見型

今後は

支援型歯科健診

<概要> 20項目の質問票を記入⇒類型化されたタイプ別に選定
A判定：情報提供のみ(資料配布)
B判定：動機づけ支援(資料配布+指導)
C判定：積極的支援(健診+指導)



また、アンケート形式でのスクリーニングについては、質問票等は健保組合で用意し、定期健康診断の実施機関に回収を依頼、回収後のデータについては外部で入力するものの、基本的には健保組合が主体で実施している。

健保組合として力を入れたのは、アンケートへの回答や歯科健診の受診を業務時間内に行うと、職場離脱時間が発生するため、事業主に費用対効果を示し、時間を割いてもらうように説得することであった。

これらの事業内容については、健保組合内の歯科健診担当（事務職）が中心となり企画、とりまとめを行っている。

事業に要する費用

歯科健診の経費は、それぞれの実施形態により単価が異なるが、1人あたり平均で約3,000円（年間トータルで3000万円程度）かかっているが、その中でアンケートのみの実施費用は、1人あたり136円である。

取組の効果

平成26年度、27年度の2カ年にわたってアンケートを実施した人の回答を比較すると、判定結果は、〈改善23%、変化なし59%、悪化18%〉と改善が悪化を上回っていた。更に問診項目別に見ると、歯科予防に良い習慣（フッ素・フロス使用・ゆっくり噛む）が大きくアップしていたことがわかった。

以上のことから、アンケート形式のスクリーニングであっても行動変容につながっていることがうかがわれる結果が得られた。こうした結果については歯科保健事業に関する啓蒙としても活かしていきたい。

また、アンケートによるスクリーニングは簡便なものではあるものの、それ自体が予防という観点でも歯科保健行動を見直すきっかけになっていると考えられる。

今後は、歯科保健行動と生活習慣病の関係性等も含め様々なデータ分析等を行いながら、アンケートによるスクリーニングによって、歯科健診や歯科治療が必要な人を抽出し、実際に健診が必要な人にだけ費用補助を行える仕組みを構築していきたい。

結果に添えている啓蒙チラシ

日産自動車健康保険組合
事務局

歯に良い習慣、始めませんか？

<p style="text-align: center; font-weight: bold; color: #0070C0;">食事はよく噛んで！</p> <p style="font-size: x-small;">健康は口の中の酸性状態を中和してエナメル質を硬化させ歯を守ります。よく噛んで唾液の分泌を高めます。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold; color: #0070C0;">フッ素入り歯磨き粉を 活用しよう！</p> <p style="font-size: x-small;">フッ素は歯を溶かすのを防ぎ歯予防の働きをしてくれます。フッ素が配合された歯磨き粉は手軽に継続できオススメです。フッ素の効果が低下するのでまずは数秒〜10秒間を2〜3回で。</p>
<p style="text-align: center; font-weight: bold; color: #0070C0;">食後の歯磨きは30分 ほど待ってから！</p> <p style="font-size: x-small;">食後は口の中が強い酸性になっているため、すぐに歯磨きすると柔らかくなってエナメル質が磨けてしまいます。食後による再石灰化がすすみ、口の中が中和されるのを待ってから磨くことをお勧めします。</p>	<p style="text-align: center; font-weight: bold; color: #0070C0;">食べる前には必ず歯磨きを！</p> <p style="font-size: x-small;">食前中は唾液の分泌量が少なくなります。飲み食いをしてしまったら、口の中は酸性の状態が続き歯の虫歯の原因となります。</p>

協力歯科医師の検索や無料歯科健診の制度については
日産健保ホームページをご覧ください

[日産健保ホームページ](#) >
[日産健診](#) で検索 ⇒ [健診制](#) ⇒ [5.歯科健診](#)
<http://www.nissan-kenpo.or.jp/kenpo/category/5/entry42.html>

※ 協力歯科医師以外でも歯科健診を受けることができます。
 ※ 協力歯科医師で受診される場合、受診する都道府県によって健診内容が異なりますのでご注意ください。

日産自動車健康保険組合 歯科健診担当 TEL：045-461-2353

保険者概要

加入者数：140,795人（被保険者：66,645人、被扶養者：74,150人）

〈平成27年4月時点〉

適用事業所数：67カ所 〈平成27年4月時点〉

特定健診実施率：78.3%、特定保健指導実施率：4% 〈平成26年度法定報告値〉

香川県
観音寺市

特定保健指導と組み合わせた 歯科保健指導の実施

取組をはじめた経緯

香川県では、平成 16 年度より県国保連合会が医療費適正化を目的とした保健事業有効活用のための医療費分析事業を全県的に 3 年間実施した。その結果、医科と合算した総医療費の中で歯科の占める割合が上位であることが分かった。また、平成 17 年 2 月に歯科を受診した者を対象に、残存歯数ならびに歯周疾患の程度の調査をし、さらに医科のレセプトとの突合も行った。県が設置した老人医療費適正化対策検討会でも、残存歯数と生活習慣病関連医療費との関係について、歯が少ない者、歯周疾患が進行している者は、総医療費、糖尿病医療費、高血圧医療費などが高いことが分かり、問題となっていた。このようなことから、香川県は県・県国保連合会・市町が協議し、特定健診・保健指導制度の開始時から、特定健診の質問票に歯科質問項目を追加した。

香川県で用いられている歯科に関する質問票

歯について	1	何でもかんで食べられる	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
	2	歯みがきの時に歯ぐきから血が出ることもある	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
	3	歯ぐきが腫れることがある	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
	4	歯がぐらぐらする	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
	5	デンタルフロスや歯間ブラシを使って歯と歯のすき間もきれいにしている	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
	6	フッ素入り歯みがき剤を使っている	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
	7	定期的(年に 1 回以上)に歯の健診や予防のために歯科医院を受診している	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ

歯科の質問項目については、市町において、現状把握、分析、保健指導に使用することを目的に、特定健診質問票に追加し実施するものでありますので、ご記入をお願いします。

一方、観音寺市は、平成 19 年度に国保ヘルスアップ事業に取り組んだ中で、地域の基幹病院である三豊総合病院協力のもと、特定保健指導に歯科保健指導をタイアップさせた指導体系を構築し、平成 20 年度からは県の歯科保健指導モデル事業の補助を得ることが出来た。

取組概要

観音寺市で行う特定保健指導とタイアップした歯科保健指導では、対象者全員に対して内科医師による「メタボの話」、歯科医師による「歯の健康とメタボ（とくに噛むことの重要性）」についての講話の後に、唾液検査等を実施している。さらによく噛むことを意識してもらうために、

健康カレンダーの記載例

健康カレンダー		氏名: 香川 みとよ	(64) 歳	男 () 女 ()
記録日	体重	1日の歩数	〇: 実践できた △: 少し実践出来た ×: できなかった	1日の出来事などコメント
9/26(月)	75.2	8,000	〇	
9/27(火)	75.0	10,400	△	
9/28(水)	75.1	5,000	×	
9/29(木)	74.8	7,500	〇	
9/30(金)	74.5	7,000	〇	
/ ()				
/ ()				
/ ()				
/ ()				

健康カレンダーの記載例には、以下の注釈が追加されています:

- 9/27(火)の体重欄: ゆっくりよく噛むために「しゃがみ噛む」「一口量少なく」「液から液へと口に入れない」
- 9/29(木)の体重欄: 朝・昼・夕食はゆっくりよく噛んで食べながら、1日ご褒美選って、夕食後などに記入しましょう。
- 9/29(木)のコメント欄: 朝・昼・夕食平均して一口何回で食べたか、1~3の数字で記録しましょう。
- 9/29(木)のコメント欄: 夕食は1皿、小皿は2皿ずつを食べて、ソテーも食べる。

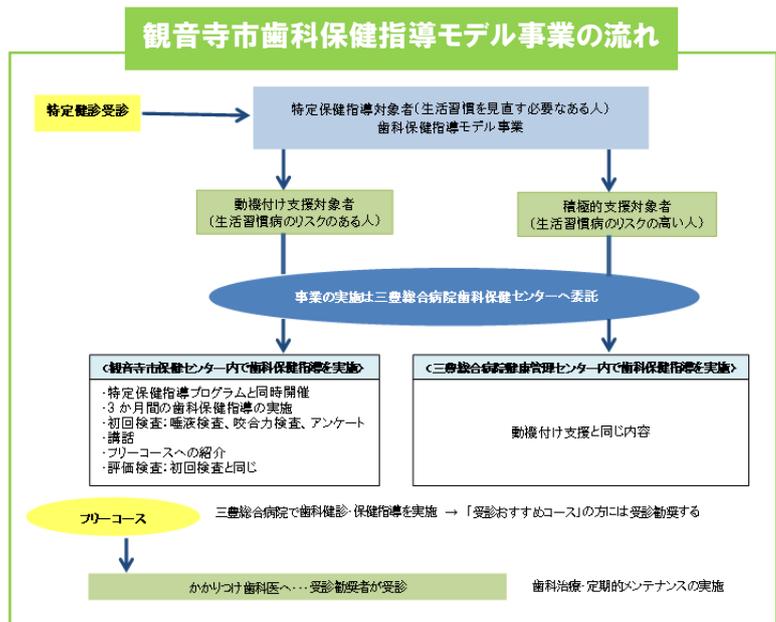
食事にかかった時間と咀嚼回数の記録票（健康カレンダー）の説明と配付を行っている。食事にかかった時間と咀嚼回数については、行動療法のセルフモニタリング法を用いて、毎日（1日3回）・3か月間記録してもらい、早食いに関する質問調査や体重・行動記録と一緒に評価を行っている。また、特定保健指導の枠を超えて、市独自の「フリーコース」を設定し、歯科健診・保健指導を希望する者に対し、三豊総合病院の歯科保健センターを利用してもらうようにしている。フリーコー

スにて「受診おすすりコース」と判定された者には、かかりつけ歯科医療機関（地元の歯科医療機関）を紹介し、歯科医療機関において、歯科疾患の治療やブラッシング指導などを行うようにしている。

実施体制

上記歯科保健指導の体制構築にあたっては、まず歯科保健センターを併設する三豊総合病院の協力を得られたことが非常に大きかった。また、市は、地元歯科医師会との連携も重要になると

考え、歯科医師会の会合にも参加し、特定保健指導事業や生活習慣病と歯科との関係を説明し、連携の必要性を伝え、協力が得られることになった。



事業に要する費用

三豊総合病院への委託料 約 28 万円（平成 26 年度）

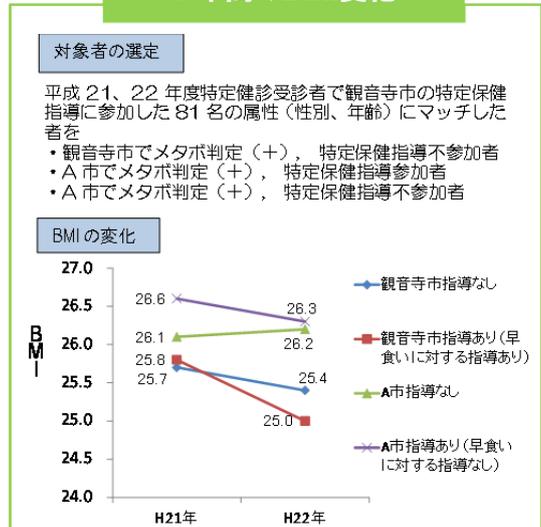
取組の効果

観音寺市では、特定保健指導と組み合わせた歯科保健指導の効果を判定するため、平成 21 年度と 22 年度の特定健診結果を、人口規模がほぼ同じ A 市と比較した。

観音寺市のメタボ判定で陽性であり、特定保健指導に参加した者（指導あり群・早食いに対する指導あり）と不参加だった者とを比較したところ、指導あり群のほうが BMI の減少幅が大きく、指導あり群を A 市の特定保健指導参加者（早食いに対する指導なし）と比較しても、BMI の減少の幅が大きかった。また、体重でも、観音寺市において早食いに対する指導を行った群の減少幅が、A 市の特定保健指導参加者の約 2 倍となっていた。

さらに、歯科保健指導の後のアンケート調査において、口腔内の状態について「改善した」「少しは改善した」と回答した者が半数以上みられた。指導を受けた者は、「（以前は）噛みにくかったが、歯医者に行くきっかけになり、噛めるようになってよかった」「歯とメタボが関係があることがわかったので、噛むことを意識するようになった」との声が聞かれた。

1 年間の BMI 変化



保険者概要

人口：62,175 人、高齢化率：30.8% <平成 27 年 10 月時点>

国保被保険者数：15,587 人 <平成 27 年 10 月末時点>

特定健診実施率：37.6%、特定保健指導実施率：20.9% <平成 26 年度法定報告値>