

平成30年度 草津市健康づくり推進協議会 健康増進部会及び保健推進部会	
日時	平成31年1月29日(火)午後1時30分～3時30分
会場	草津市役所8階 大会議室
出席者	委員 内田部会長、山元副部会長、井上委員、山元委員、水船委員、宮本委員、井口委員、阪井委員、服部委員、横江委員、南委員、伊藤委員、大槻委員、山本委員〔計14名、順不同〕
	事務局 健康福祉部副部長・小川薫子、健康増進課長・山田高裕、同課係長・清水葉子、同課副係長・山岡道子、同課専門員・井上昌子、同課専門員・大隅ゆかり、同課歯科衛生士・古西淳子、同課事務・岡根久美子、 保険年金課主任・河野紗依、地域保健課長・太田一郎
会議資料	別添のとおり

次第1. 健康福祉部 副部長あいさつ

皆さん、こんにちは。本日は、お忙しい中お集まりいただきありがとうございます。また、本市の保健衛生行政に多大なる御支援、御協力を賜りまして、誠にありがとうございます。

さて、草津市では、健康くさつ21を始めといたしまして、草津市食育推進計画、データヘルス計画、糖尿病対策のガイドライン等の計画に基づき、草津市の健康づくりを進めているところでございます。その中でも、重点施策の課題の1つとして、糖尿病の予防や重度化予防を重点的に進めていこうとしているところですが、糖尿病につきましても、世代を問わず課題となっております。また歯周病対策や歯の対策も、世代を超えての対策が必要になると感じております。

本日は、2つの部会を開催させていただくことで、皆様方の様々な取り組みについて意見交換をいただき、今後どのように連携を図りながら進めていけばよいか、御意見をいただきたいと思いますと考えておりますので、最後までよろしくお願い申し上げます。

次第2. 会議の位置づけについて事務局から説明。

次第3. 委員及び事務局の自己紹介。

(会長)本日は2つの部会の合同開催となります。円滑な議事進行につきまして、皆様の御協力をよろしくお願いいたします。早速ですが、本日のテーマであります「糖尿病と歯周病について」事務局より説明願います。

次第4. 糖尿病と歯周病について事務局から説明および委員から講話。

(委員)歯周病とは、歯を支える組織が壊れていく病気のことを言います。歯を磨くと、歯茎から出血したり、口臭や膿が出たり、歯茎が腫れたり下がったり等々が歯周病の症状です。

歯周病では、まず歯茎に歯周病の菌やカビが付着します。そして、歯と歯茎の間に炎症を起こして、歯周ポケットに入り、どんどん進行していきます。傾向としては、歯周病菌によって、周りの骨が減ってくるのが歯周病で、最後には、むし歯でもないのに、綺麗な歯が取れてしまいます。歯周病菌は、酸素を嫌う菌ですので、酸素のない根元に進行していきます。うねうねした動きをするのが代表的な歯周病の菌で、カビの高層マンションに、歯周病の菌が住んでいるようなイメージです。細菌単独というよりは、カビや細菌が固まって、プラークになります。健康な人の歯は、上の部分と根元の部分の間は骨がまだ残っていて、骨が減っている人は、根元が大分出てしまっている状態になります。45歳ぐらいになると、歯を失う人が増えてきます。歯周病は、慢性疾患なので、徐々に進行していきます。20歳までは、歯肉炎で、20歳を超えると、

歯周病や骨が減る等進行していきます。

歯周病と糖尿病についてですが、糖尿病にかかっていると、歯周病になりやすくなり、病態はより進行しやすくなります。

歯周病の菌の周りには、内毒素という毒素があります。毒素は、歯茎から血管の中に入り、体の中を大体90秒で一周してしまいます。その細菌が入ると、体内にマクロファージ等が出てきて、細菌を退治しようとはしますが、そのときにTNF- α が産生されます。増え過ぎると、インスリンの働きが妨げられて、血糖値が高くなり、それを押さえるために出るのがインスリンです。血糖値を下げようとするので、より産生しようと思うと、インスリンをつくる膵臓に負担がかかってしまいます。血糖値や高血糖が長く続いてしまうと膵臓に負担がかかり過ぎて、糖尿病がより進行します。血糖のコントロールがされていないと、歯を失う確率が高くなります。今までは、食事療法、運動療法、薬物療法の3本柱でしたが、歯周病の治療や禁煙も糖尿病の治療と言われるようになってきました。

むし歯についてですが、むし歯は、口の中の細菌が作り出した酸によって歯が溶けた状態のことをいいます。高齢の方に歯ブラシの指導をする際、やわらかめの歯ブラシで、あまり力を入れずに磨くことをお勧めしますがなかなか分かっていただけないので、考えた結果、小さい頃からやわらかい歯ブラシを使えば良いのではないかと思いました。子どもがむし歯になりやすい時期は、2歳ぐらいですので、予防を始めるのは1歳半ぐらいになります。歯の溝の部分がむし歯になりやすいのは、4歳半で、予防を始めるのは、2歳半ぐらいです。歯と歯の間にむし歯になりやすいのは、5歳半ぐらいとして、予防を始めるのは3歳半ぐらいになります。1歳半、2歳半、3歳半が予防を始める時期であり、乳幼児健診と同時期になります。乳幼児健診のときに、むし歯になりやすいポイントやチラシ等で周知しておく、親御さんが仕上げ磨きのときのむし歯予防に繋がりますので、説明して欲しいと思います。

歯には3回、死があると言われていて、まず歯を削ること、次は神経を抜くこと、そして歯を抜くことです。歯を削った後、詰めますが、詰めても取れますので、再度新鮮な面を出すため、何度か削るうちに、神経に近づきます。しみる、痛くなる順番は、甘いもの、次に、冷たいもの、熱いもの、何もしなくても痛いといった順番です。神経を抜くと、動脈や静脈も一緒に取るので、歯に栄養が送られなくなり、歯がもろくなります。歯を長持ちさせることは、むし歯にしないという前提のもとで何もしないことです。むし歯や歯周病を防ぐためには、日頃からのブラッシングを中心とした口腔清掃と口腔ケアが歯を長持ちさせることに繋がります。

生活習慣病とよく言いますが、良い生活習慣の場合、病気にならないので、何か違っていただけから生活習慣病という病気になるのだと思います。例えば、若い頃と同じ様な生活をしていたら、生活習慣病になる可能性が高くなりますので、生活習慣の見直しが必要になるのかなと思います。

最後に、10人のうち、何人かは何もしなくても健康な人がいますが、残りの方はその人に合った定期的なお掃除や予防をしていくと歯は残せるということです。

- (会長) ありがとうございます。歯科の講演は聞く機会がないので、非常に興味のあるお話でした。糖尿病と歯周病やむし歯についての関係性について、驚きました。
- (委員) 以前歯科の先生に、むし歯になりやすい人は歯周病になりにくいし、歯周病になる人はむし歯になりにくいと伺ったのですが、どうなのでしょう。
- (委員) 口の中がどういう状態にあるかで違います。むし歯になりやすい人も歯周病にならないというわけではありませんが、口の中がどのような状態かで変わってきます。両方ともならないわけではありません。歯周病の方はなりやすいと思います。
- (委員) むし歯になりにくい人は、自分の歯は強いと過信して、歯科医院にあまり

行かないようです。

(部会長) むし歯も一緒ですかね、何をしてもむし歯にならないのでしょうか。

(委員) いえ、遺伝子を調べていくと、そういうことがあるようです。

(部会長) 生活習慣が乱れていても、そういう遺伝子を持った人はいかがでしょうか。

(委員) 細菌の感染に、強い人なのですかね。

(委員) 正月に休日診療されたと思いますが、患者さんは、歯科医院にほとんど行かれたことのないような人ですか。

(委員) そうですね。治療が必要な箇所があって来られましたが、他にも悪い箇所がある方が来られましたね。

(委員) 今の講演を聞いて、1歳半、2歳半、3歳半の健診が、それぞれの出発点なんだということをもっと強調して言うべきだと思いました。

(委員) 乳歯は、子どもの歯から大人の歯に生え変わる時期があるので、チャンスはあります。もし、子どもの歯がむし歯になったとしても、しっかり歯磨きができていると、その時点で気付くことができます。

(委員) 気付いていただくためにお話しするべきですね。早目に行くことは、今後のリスクが下がると思うので、良いお話を聞かせていただきました。

(委員) 幼少期から歯間ブラシやフロスを使う習慣をつけたら、歯と歯の間を磨こうと思ったら、20歳までは大体フロスで、20歳を超えると、歯茎が下がってきますので、必要に応じて歯間ブラシやフロスを併用して欲しいです。

2歳半から3歳になると、子どもの歯も大体生え揃います。3歳ぐらいから、フロスを使う習慣をつけると、歯周病やむし歯予防になると思います。

(部会長) 歯周病菌は元々、細菌ですよ。抗生物質は効かないのでしょうか。

(委員) 減ったりはしますが、ゼロにはなりませんね。

(部会長) 一応、減るのですか。

(委員) はい、しかし、細菌が増えるのは早いです。倍々に増えていくので、ゼロにするほど強い薬を使ったら、体にも負担がかかるので、減らす薬はないこともないですが、環境を変えることが大事です。どうしても細菌が多い人には、抗生物質等で減らすということもあります。

(部会長) 胃のピロリ菌の場合は、1回駆除したら一応大丈夫ですが、歯周病菌では駄目ですよ。

(委員) 深いところに入っていたりするので、全部は難しいと思います。

(委員) 色々なうがい液がありますが、むし歯や歯周病の予防に効果はありますか。

(委員) 届かないところには効きますが、ずっと続けていると、唾液の出が悪くなってしまう場合があります。唾液には沢山の働きがあり、飲み込むのを手伝ったり、発がん性のあるものでも、よく噛むことで弱めたりします。薬も同じで、同じ薬を飲み続けるとよくないので、うがい薬も同じ物を使い続けるのではなく、強い物から他の物に変えるとか、薄めて使うと少しはましかなと思います。

(委員) 子どものむし歯と大人の歯周病というのは、具体的にどういった関係があるのでしょうか。

(委員) 一番むし歯になりやすいのは、生えてきたばかりのときです。やはり石灰化が十分ではないからです。逆に言うと、6歳臼歯でも、石灰化がすすむとむし歯になりにくいです。子どもの時は、石灰化が十分ではないため、むし歯になるので、エナメル質のむし歯です。大人のむし歯は、歯茎が下がってきて、歯根が出るむし歯なので、少し意味合いが変わってきます。歯根や歯周病も加齢で多少下がってくるかもしれませんが、防ごうと思うと、やわらかい歯ブラシで、時間をかけて丁寧に磨いて欲しいです。

(部会長) 他に、何かございませんか。

(委員) 赤ちゃんの時は、歯周病菌やむし歯菌を持っていないと聞きました。むし歯菌は両親からもらうと聞いたことがありますが、本当ですか。

(委員) 本当です。

(委員) 妊婦さんに周知したら、むし歯がなくなるような気がします。簡単にはいかないのでしょうか。

- (委員) 親から子どもに口移しであげたりしない方が良いというのは、結構言われています。健診でも指導がありますよね。しかし、あまり言い過ぎると、親子のコミュニケーションがなくなってしまうので、汚れが定着する前に綺麗にすればある程度は防げます。
- (委員) 生まれたときの赤ちゃんにはいないです。妊婦さんに、むし歯や胃潰瘍、ピロリ菌も移るので、口腔内をきれいにしてくださいと厳しく言っています。

次第5. 糖尿病と歯周病について事務局から説明。

- (委員) HbA1cの基準がかなり厳しい基準です。健康診断として注意喚起をするということで、この基準にするのは良いと思いますが、5.6を基準にされると、6.2以上が有所見になり、6以上はわかりますが、5.9ぐらいの値が5代の方も、問題のある方と捉えてのデータになっているので、果たして、5.6以上とはいえ、5代の方がどれだけいるのか、そういった統計的に分けているデータはないのでしょうか。
- (事務局) 分けておりません。
- (委員) 希望的観測ですが、草津市は運動習慣も多いので、5代の方が多いのではないかと思います。
- (事務局) おおよそ5.6ぐらいです。全国的にも、要指導の方が増えていて、悪い方は全国的にも減ってきています。ボーダーラインの方は、少し膨らんできてデータはありますが、草津市のみのデータは調べておりません。
- (副会長) 栄養士は、経緯や生活習慣を見て、2、3年後を考えながら指導やお話をしています。今年草津市民の方と20人程お話ししましたが、5代が多かったです。もっと高い方は、特定保健指導には入らないかもしれないですね。
- (事務局) そうですね。先程のデータは5.6以上を有所見としているのでデータが多いです。草津市は他市町と比べて、5.6を基準にしているので多いところはあります。
- (部会長) 厚労省から全国の基準のようなものはあるのですか。
- (事務局) 国の基準で、5.6が有所見と決まっています。
- (部会長) 国の基準がそうなっているのですか。
- (事務局) はい。早くから生活習慣を見直しましょうというところだと思います。治療とはまた数字が異なります。
- (部会長) 健診に来られた方の、前の年のデータはあるのですか。
- (事務局) あります。
- (部会長) データのある人や無い人も来られますよね。
- (事務局) そうですね。
- (部会長) データのない人は、わかりませんよね。
- (事務局) どう変化しているかはわかりません。特定健診の受診率もまだまだ低いので、毎年受けていただくというのが大事なので、そこも勧めていきたいと思っています。
- (委員) 歯科の歯周病も一緒ですけどね。
- (事務局) そうですね、節目歯科健診の受診率も上げたいところです。
- (委員) 当院の患者は、節目歯科健診で来られるだけで、新しい患者は来られないです。痛くなったら来院する患者が多いです。自分の体のためを思って、自覚を持って来られたら良いのですけどね。
- (事務局) 定期的に受けられる方は、増えていますか。
- (委員) はい。
- (部会長) 滋賀県内の市町村別の歯周病の有病率のデータはあるのですか。歯周病も資料2の表2に比例しているのであれば、歯周病が証明できますよね。
- (委員) 県内の受診率はありますが、全県の歯周病の罹患率はわかりません。
- (委員) 歯の栄養のカルシウムについて、牛乳で摂取したらカルシウムが減るといいうデータがありますが本当ですか。牛乳にはカルシウムやリンが含まれていて、リンが多いとカルシウムが腸管から吸収されないので、牛乳を摂取しても意味

が無いと聞きましたが本当ですか。

(委員) 牛乳や乳製品は、カルシウムの吸収率が70%、またはそれ以上ですので、摂取しないよりは摂取した方がよいことや、牛乳でも脂肪の高いものもありますので、自分の生活に合わせたものを摂取してもらうのが一番良いと思います。

(副会長) 1日に、どれぐらい飲まれているのですか。

(委員) 瓶で500ml飲んでいきます。

(副会長) アメリカでは1ℓや2ℓという数字のレベルで話をされたりするので、恐らく1日500mlは大丈夫だと思います。例えばお母さんが、子どもが牛乳好きで、カルシウムになるので1日2ℓ摂取していると話していた場合、当然、乳脂肪や脂肪も多くなるので、それ以外に必要な栄養や食事量が入らないですよ。先ほど言われた量は大丈夫だと思いますが、乳脂肪とか脂肪分が多くなるかもしれないですね。

(委員) そうですね。血液データ等を見られた方がよいですね。

(委員) 一度、半年ぐらい自分で実験してみます。

(部会長) 資料2は、HbA1cの高い人は多いということですか。要因としては、食事や過剰摂取の栄養状態が問題なのでしょうか。

(事務局) 市では生活習慣病で指導にお呼びした方や限られた方なので、普段地域の方々や患者様と接しておられる中で、データを見てどう思われるのか、御意見をお聞きしたいと思います。

(部会長) 市町村部より、田園が多いので、余り運動しないということは言われているので、草津市は、近距離なら歩く人が多いかもしれないですね。

(委員) ジムが増えていきますね。

(部会長) 確かに、ジムの数は多いです。健康意識が高い人は、運動されます。

(委員) HbA1cの数値を、6.2とは言いませんが、6以上の方がどれぐらいいるのか、データのとり方に問題があるような気がします。データを見ると、本当に悪いのかどうか、診療で来られても、はじめて受けた健診なら、今後上がらないように注意すればという思いがあり、市役所が注意喚起をしてくれているという言い方をしている方が多く含まれている気がしてなりません。データやパソコンで控えているデータを見ますと、6前後ぐらいで推移している人は、数値が例え6であったとしても、大きな問題はないと思いますが、今後、悪くならないようにしましょうという指導をしているわけで、草津市の糖尿病が悪いというデータになるのは、データが適切かどうか実態がわからないと思います。全国レベルの5.6で切るので、仕方がないと言われたらそれまでですが、本当に悪いのでしょうか。

(事務局) 5.6が、1つの区切りですが、6.5以上の有病者の方を他市町と比較したものがありますが、男女共に他市町よりも悪いが有意ではないので、軽い人は多い、他市町より有意に多いですが、物凄く悪い人は少し多いぐらいです。悪くなっている人が草津市は多いので、そこに働きかけが必要かもしれません。本当に悪くなっている人というよりは、指導対象者が他市町より多いという状況ですね。

(委員) 病気にならないように運動をするといった注意喚起が今後必要かもしれませんね。

あと、市が実施するのは良いことだと思いますが、実態が見えているのかどうかというのは、値を5.6基準にすると、診療している者からすると、ずれを感じます。手間かもしれませんが、精査された方がよいと思います。

(事務局) そうですね、発症の予防や生活習慣、進行予防や重症化予防、対象者によって働きかけは様々だと思いますので、もう少し精査させていただきます。

(部会長) 資料2の節目歯科健診について対象者数に対して、受診者数はこれだけなのですか。受診率が5.6%ということですか。

(事務局) はい。

(部会長) 対象者にお知らせされているのですよね。

(委員) 県の歯周病の有病者数が、手元にありませんが、国が5年に1回調査しております歯科疾患実態調査の結果では年齢の出し方が違いますが、平成28年

が最も新しい結果になります。例えば35歳から44歳で42.6%。45歳から54歳で、49.5%、55歳から64歳で、53.7%が4ミリ以上の歯周ポケットを有するもので、歯周病の該当者だと思います。

草津市の表2を見ますと、意識の高い方が受診されていると思いますので、歯周疾患検診や節目歯科健診を受診されない方にもう少し、何か情報を届ける必要があると思います。

(部会長) 先程の割合は市全体ですか。

(委員) 5年に1回の国の調査になります。

(部会長) 資料2の、70歳の数字は6割ですね。

(委員) はい。65歳から74歳は、57.5%なので、約6割です。

(部会長) 受診に関して意識が高い人でも、これだけの人が歯周病だということですね。受診しない人はもっとあるかもしれませんね。

(委員) そうですね、歯周病も糖尿病と同じで、症状がなく進行しますので、健診を受けない方に、もう少し情報を届けていけないと思います。

(部会長) 受診率が6%と、とても低いですが、何か宣伝はしているのですか。特定健診は、はがきを送られたりしていますよね。

(事務局) 対象者に受診券のはがきを送付しています。また、ポスターを掲示しています。草津市内の歯科医院で受診していただくことになっていますので、草津市以外にかかりつけの受診機関がある方のお声を耳にしますが、未受診の方が大半です。

(部会長) 元々ご自身で行かれる人もいますよね。

(事務局) そうですね。9割の方が行かれていますとは思えないですし、本当に痛くなって行くのが歯科医院という意識を変えていけないと思います。

(委員) 歯科は予約が取りにくいですよ。一概には言えませんが、かかりつけの歯科医院では、痛くない場合は2週間先です。これを何とかしないと受診率は上がらないと思います。乳幼児健診のように市役所で、集団歯科健診ができないのでしょうか。日時は決まってしまうかもしれませんが、行きたいという方がおられると思います。

(委員) 歯科健診をする場所は、ベストな環境でできる自分の診療所が良いです。

(委員) 50歳までは、むし歯になりにくかったので、ほとんど歯科医院には行きませんでした。初診のときに、歯周病になりかけていますと言われてからは、4カ月に1回、定期健診を受けています。主人も歯医者に行っていますし、60代以上の方は、結構定期健診を受けている方がおられます。

(委員) 歯科健診を受けることが目的ではなく、歯周病の診断をしてもらい、歯石除去の後ブラッシング指導をってもらう機会を、1年に1回持つことが大事だと思います。節目歯科健診の受診率を増やすことも大事ですが、歯科健診をきっかけに、かかりつけ歯科医を全年代で持ち、定期的に受診することに繋がらないいけないと思います。

(部会長) 3カ月に1回は受診していますが、毎回歯周ポケットを測られて、前回と比較してくれます。その結果を聞いて、3カ月に1回は歯磨きを頑張ろうという気持ちになるので、健診に行つて欲しいですね。

(委員) いきいき百歳体操を現在市内の121カ所で実施していて、来られる方8割は、お口の体操も一緒にしています。1年に一度歯科衛生士が訪問してくれるので、そのときに啓発すると徐々に受診率が上がります。サロンでも出前講座をしてもらうことは可能でしょうか。

(副部会長) おでかけ薬剤師とおでかけドクターはありますが、おでかけ歯科はあるのですか。

(事務局) 出前講座という形ではなく、啓発イベント「かむカムフェスタ」で広く市民さんに啓発を歯科医師会にお願いして実施しております。今年度は、健康フェア等で、ブースを設けて、ブラッシングについてのお話をいただきました。

(委員) 県の委託事業で、歯科医師会に委託をしております。その中で、事業所や地域に出向いて講演していただくという事業をしております。

(委員) 県の事業で希望があれば、県の歯科医師会から歯科医師または歯科衛生士

が行っています。

(部会長) どこかの老人施設で、口腔ケアをしている人の方がインフルエンザの罹患率が少ないという研究をしていました。実際、全身疾患は糖尿病、肺炎や誤嚥性肺炎の病気も関係があります。

(委員) 歯科医師によって、指導方法が様々なので、何を信じたら良いのでしょうか。歯科医院は、定期的に行かれています方にしてみたら、気軽に行けるかもしれませんが、内科以上に敷居が高いイメージを持たれている方がいらっしゃると思います。そういった方の目線で考えなければ、歯周病予防や定期健診について、受診率云々ではなく、歯周病を減らすための事業を進める必要があると思います。

(部会長) 食後は再石灰化するのを待たないといけないと聞いたことがあります。すぐに歯磨きしない方が良いと言われましたが、何が本当なのでしょう。

(委員) 少し待った方が良いと思いますが、いかがですか。

(委員) 食後、できる限り早い方が良いかなと思います。

(部会長) 歯科の先生2人で、意見が若干違うんですね。

(委員) 治療方法でも、例えば入れ歯かインプラントと大きく分かれるように、どちらも間違いではないと思います。

(部会長) 歯周病とむし歯で何か違うとかではないのですか。歯周病であれば、待った方が良いけれど、むし歯なら、すぐに磨くということではないのですか。

(委員) 再石灰化という視点で見ると、待った方が良いです。食後にお茶を飲んだ場合、お茶に抗菌作用やフッ素が含まれるので、少し待ってから磨くといった考え方になります。特にこのお茶が良いというのはありませんが、口の中が酸化しているので、中和するという意味もあります。

(委員) 緑茶が良いとかは、あるのでしょうか。

(委員) 殺菌作用を考えたら、緑茶が良いかもしれませんね。

(委員) お茶で一番問題なのは、フッ素です。食後30分ぐらいで酸が上がるので、磨くしかないと思います。どのあたりまで磨かないか、磨くのか、それを聞けると良いと思いますが、全くゼロではないと思います。

(委員) 30分ぐらいは磨くなと言いますよね。

(委員) 酸の濃度がピークになったとき、結局磨いていますね。

(部会長) 30分で磨くのは間違いではないということでしょうか。

(委員) 急いで磨く必要はないです。30分待つということは、口の中の酸性になる濃度がピークに達するところなので、そこまで待ちましょうという考え方もありませんね。全く磨いてはいけない、磨かないということではないと思います。

(委員) 時代が変わると、考え方も変わります。昔は、出血しているようなら、悪い血を出すので、ゴシゴシ磨いていましたが、今は出血すると、細菌の栄養になるので、出血させないほうが良く、炎症している場合は多少出血させます。出血すると、血管がもろくなり、そこから細菌が入るので、出血させないほうが今は主流と思います。

(委員) 歯周病に関して、個人的にやってもらった方が良いケアはありますか。

(委員) 補助的清掃歯間用具等を使用する習慣化ですね。

(委員) 唾液が沢山出る、出ないというのは、関係しますか。たとえば、年を重ねると歯周病が増えるのは、唾液が出にくくなるからということもありますか。

(委員) そういうこともあります。唾液が沢山出ている人の方がむし歯になりにくいのは、良く言えば再石灰化能力が高いということですが、悪く言えばそこを磨けていないということになります。

(委員) 生後7カ月ごろから歯が生えますが、磨いて良いものなのでしょうか。

(委員) 最初は、ガーゼなどで優しく磨いてください。

(委員) なかなか難しいです。むし歯原因菌は、口の中にいつ頃からいるのでしょうか。

(委員) 母子感染ですね。

(委員) お母さんが、むし歯でなければかからないということですよ。そういう

方は、歯を磨かなくても良いのでしょうか。

(委員) お母さんがむし歯でなければ感染しない可能性もありますね。しかし、むし歯ではないとしても、歯石は付くので、歯茎が悪くなる可能性はあります。

(委員) 生後7カ月ですと、歯が生えてきますよね。歯が生えたばかりの子どもで、むし歯がないお母さんの場合は、磨く必要はないということですか。

(委員) 歯に汚れは付きますよね。

(委員) お母さんにむし歯がなくても、むし歯原因菌がゼロではないので、磨かなくて良いというわけではないです。

(委員) 綺麗にしている汚れが付いたとしても菌などが定着しなかったら良いです。

(委員) 予防はキシリトールやフッ素ですか。赤ちゃんが生まれた時は、キシリトールで拭けば良いのでしょうか。

(委員) キシリトールですと、お腹がゆるくなることがあります。普通に磨くか、拭くだけで良いと思います。

(委員) 医学も変わってきていますので、治療方針も変わってくるかもしれません。

(委員) 7カ月の子どもでしたら、キシリトールをという時代になるかもしれません。歯をすぐ磨くのか、30分経ってから磨くのかというのも、まだ移行期なのかかもしれませんし、何十年後かには、どちらかになっているかもしれないです。

(委員) 新しい予防については、どのように患者に発信すれば良いですか。

(委員) どのように発信していくかは、まだ結論が出ていないのでわかりませんが、その時が来たらマスメディアで発表されると思います。今は、30分は待った方が良いという考え方が出てきているわけです。しかし、磨かないよりは磨いた方が良いと思います。

(事務局) 昨年、健康増進計画のときに、歯科衛生士の委員さんに、何を一番勧めるべきかとお伺いしたら、年に1回は健診や自分の歯の状態を知ってもらうことが一番大事とおっしゃっていました。医学は、進歩しますので、より良い方法を皆さんにお知らせしていくことが、行政としては必要だと思います。

例えば、牛乳の話がありましたが、牛乳ばかりを勧めるのではなくて、バランスのよい食事を心がけるといった指導をさせていただきますが、まずは、皆さんにとって良い方法は何かということを考えていきたいと思います。

本日は、色々なヒントをいただきましたと思いますし、市民の皆さんに、どのように声掛けをしていくのかということにつきましては、もう少し専門の先生方にお伺いしながら、取り組んでまいりたいと思います。ありがとうございます。

(部会長) それでは、今後、草津市が糖尿病有病率と歯周病の有病率が前回よりも下がるように祈りまして、事務局に、司会進行をお返しします。

(事務局) 本日の歯科の講話の中で、糖尿病も従来は3本柱でしたが、現在は、5本柱で対応しなければいけないというお話もありましたし、歯周病が糖尿病にも影響があるということ、歯周病が糖尿病に繋がることにつきまして、来年度以降、もう少し詳しく取組みたいと思います。歯周病の県内のデータ等の御質問や、HbA1cと歯周病との関連性につきまして、データを深く掘り下げていきたいです。

今年度は、合同での部会を開催させていただきましたが、来年度は、従来の部会での開催を考えておりますので、引き続き、御意見賜りたくお願い申し上げます。これで、本日の部会を閉会させていただきます。ありがとうございます。