
多摩市歯科口腔保健に関する アンケート調査

— 報告書 —

令和5年8月

多 摩 市

目 次

I. 調査の概要	2
1 調査の目的	3
2 調査の対象者	3
3 調査方法	3
4 回収状況	4
5 報告書の見方	4
II. 調査の結果	6
1. 5 歳児	8
2. 小学校 4 年生	32
3. 中学校 1 年生	56
4. 高校 3 年生	82
5. 成人期	106
6. 高齢期	142
III. 資料編	180

I. 調査の概要

1 調査の目的

本調査は、歯と口の健康を推進するための条例の策定に当たり、歯科口腔保健に関する現状を把握し、市や歯科医師等、保健医療関係者等の取組、施策、連携の在り方等を検討するための基礎資料とすることを目的として行いました。

2 調査の対象者

調査は以下の6種類で実施しました。

調査対象	抽出方法	標本数
①5歳児（保護者が回答）	市内10エリアの幼稚園及び認可保育所等の保護者	184人
②小学校4年生	市内全ての市立小学校第4学年	1,105人
③中学校1年生	市内全ての市立中学校第1学年	919人
④高校3年生	市内高校の第3学年から抽出	224人
⑤成人期（18～64歳）	無作為抽出	630人
⑥高齢期（65歳以上）	無作為抽出	560人

3 調査方法

（1）調査の方法

【①5歳児、②小学校4年生、③中学校1年生、④高校3年生】

幼稚園及び認可保育園、学校を通してのweb案内状配布、インターネットによる回収（無記名式）

【⑤成人期、⑥高齢期】

郵送による調査票配布、郵送またはインターネットによる回収（無記名式）

（2）調査期間

【①5歳児、②小学校4年生、③中学校1年生、④高校3年生】

令和5年5月15日（月）から令和5年6月5日（月）まで

【⑤成人期、⑥高齢期】

令和5年5月22日（月）から令和5年6月12日（月）まで

4 回収状況

調査種別	配布数	有効回収数	有効回収率
①5歳児（保護者が回答）	524	184	35.1%
②小学校4年生	1,128	1,105	98.0%
③中学校1年生	985	919	93.3%
④高校3年生	250	224	89.6%
⑤成人期（18～64歳）	1,710	630	36.8%
⑥高齢期（65歳以上）	890	560	62.9%
合計	5,487	3,622	66.0%

5 報告書の見方

○図表中の「n」は、その設問の回答者数です。

○比率は、少数点以下第2位を四捨五入しているため、回答比率の合計が100%にならないことがあります。

○回答者数を分母として割合（%）を計算しているため、複数回答の場合には、各選択肢の割合を合計すると100%を超えることがあります。

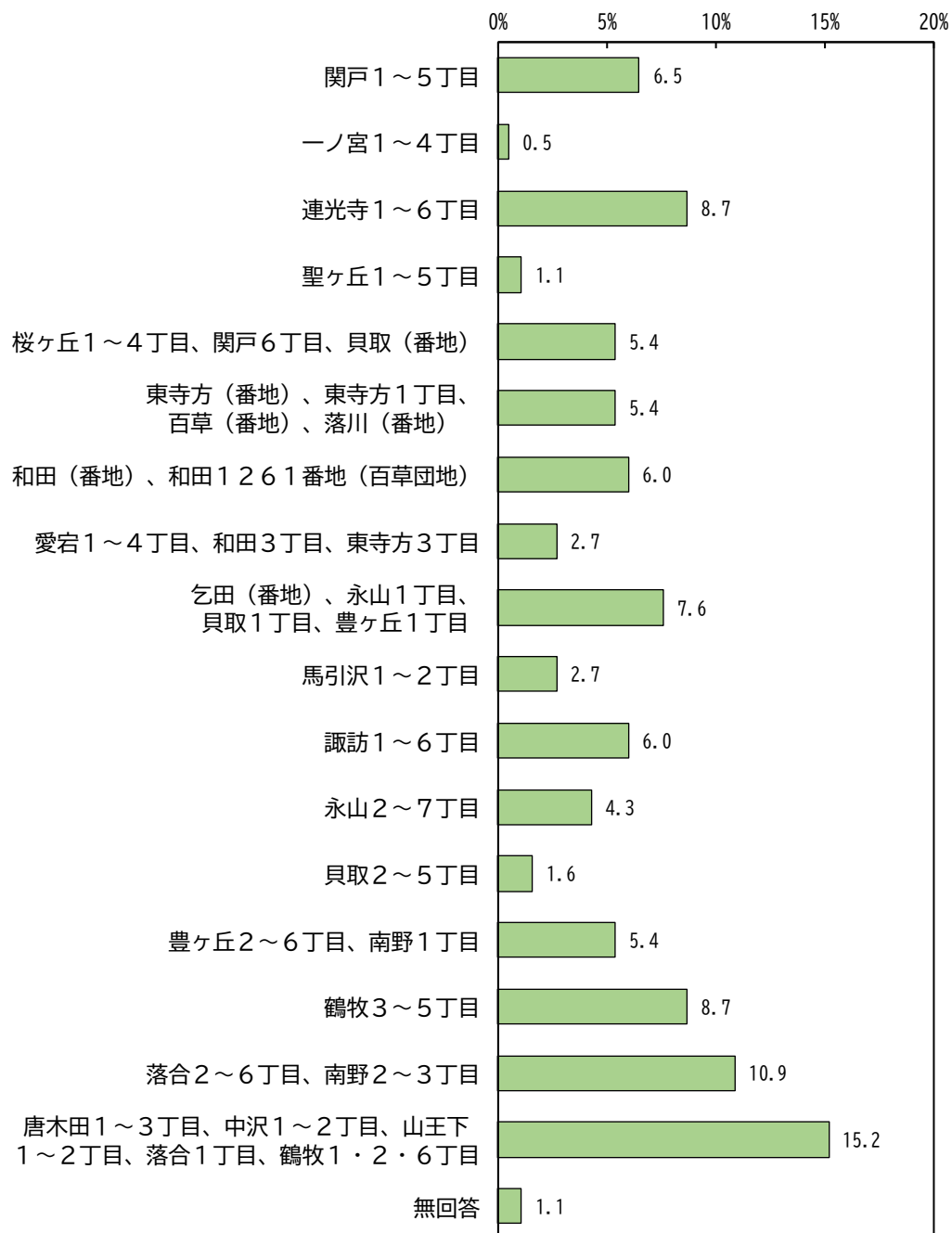
Ⅱ. 調査の結果

1. 5歳児

問1 あなたのお子さんが住んでいるのはどの地区ですか。(✓は1つ)

・住んでいる地域は、「唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目」が15.2%で最も高く、次いで「落合2～6丁目、南野2～3丁目」が10.9%、「連光寺1～6丁目」、「鶴牧3～5丁目」がともに8.7%となっています。

図表1 住んでいる地域

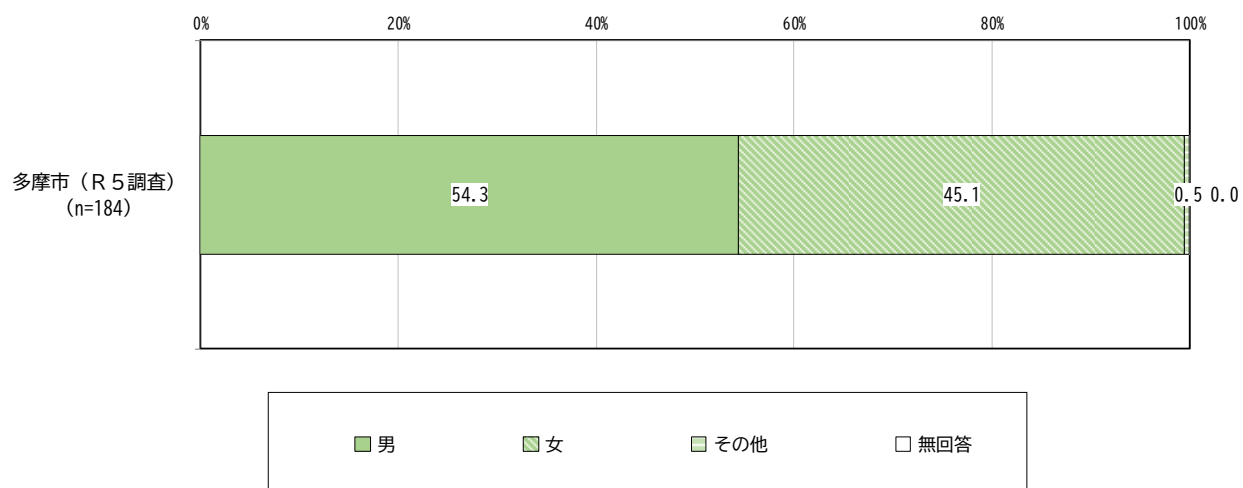


■ 多摩市(R5調査) (n=184)

問2 あなたのお子さんの性別を教えてください。(✓は1つ)

- ・お子さんの性別は、「男」が54.3%に対し、「女」は45.1%となっています。

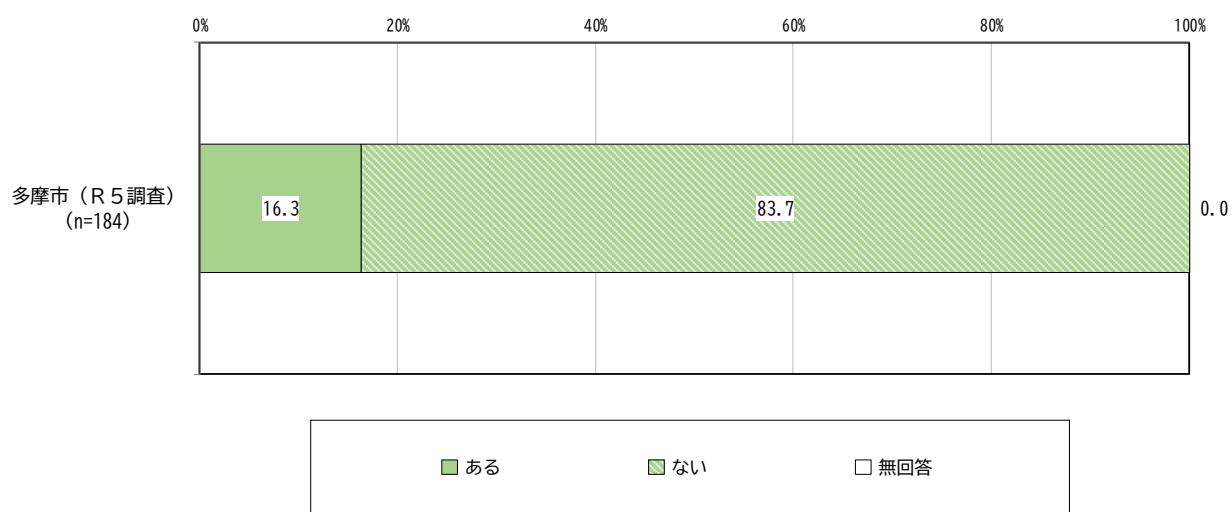
図表2 お子さんの性別



問3 あなたのお子さんは、現在むし歯がありますか。または、いままでむし歯の治療をしたことがありますか。(✓は1つ)

・お子さんのむし歯の有無は、「ある」が16.3%に対し、「ない」は83.7%となっています。

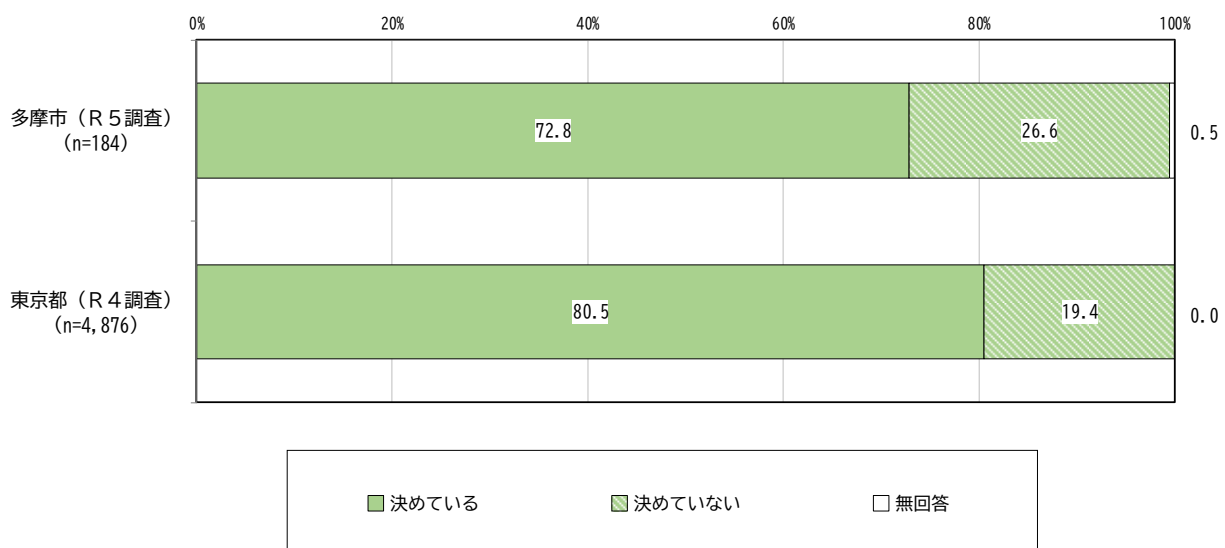
図表3 お子さんのむし歯の有無



問4 保護者の方は、お子さんのかかりつけの歯科医院を決めていますか。
(✓は1つ)

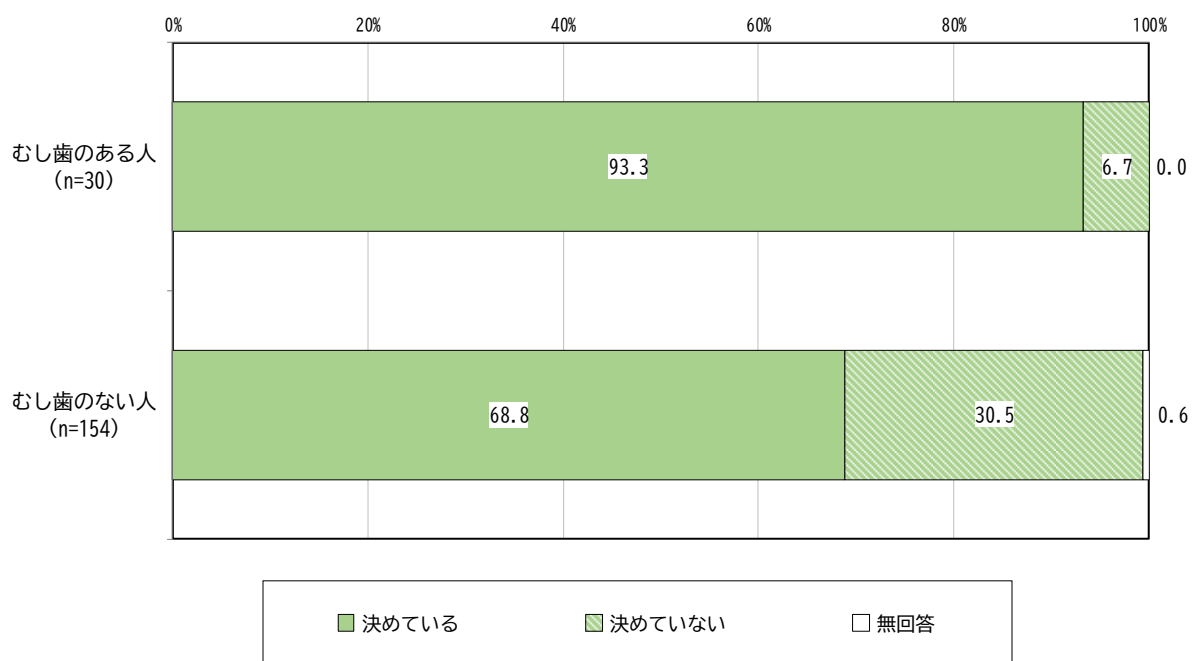
- ・かかりつけ歯科医を決めているかは、「決めている」が72.8%に対し、「決めていない」は26.6%となっています。
- ・東京都と比較をすると、かかりつけ歯科医を決めている割合は東京都の方が高くなっています。
- ・むし歯の有無別では、かかりつけ歯科医を決めている割合はむし歯のある人の方が高くなっています。

図表4 かかりつけ歯科医を決めているか



※東京都 (R4調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表4—① かかりつけ歯科医を決めているか (むし歯の有無別)

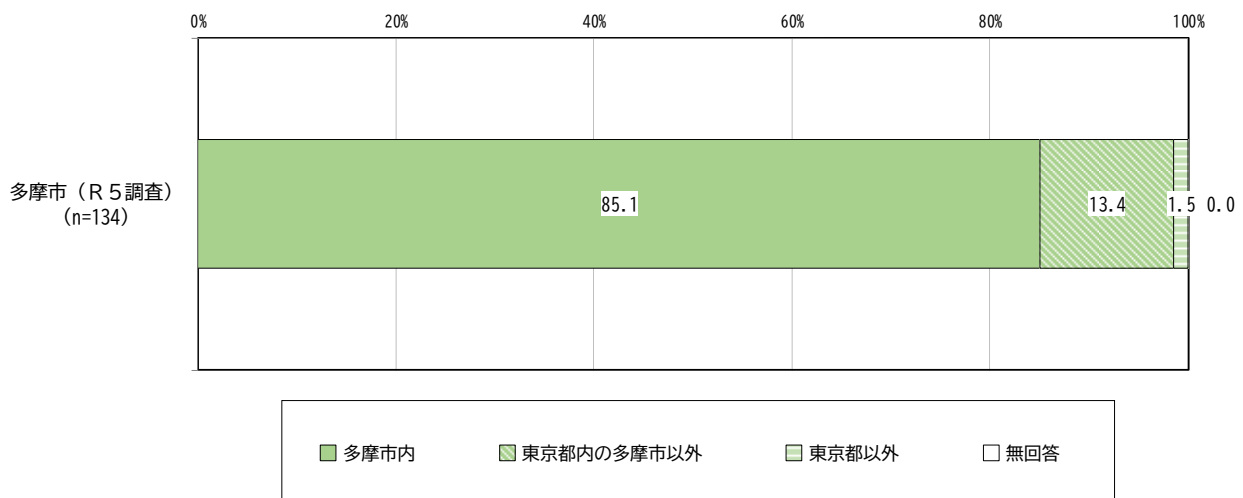


【問4で「決めている」をお選びの方におたずねします。】

問5－1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

・かかりつけ歯科医の場所は、「多摩市内」が85.1%で最も高く、次いで「東京都内の多摩市以外」が13.4%、「東京都以外」が1.5%となっています。

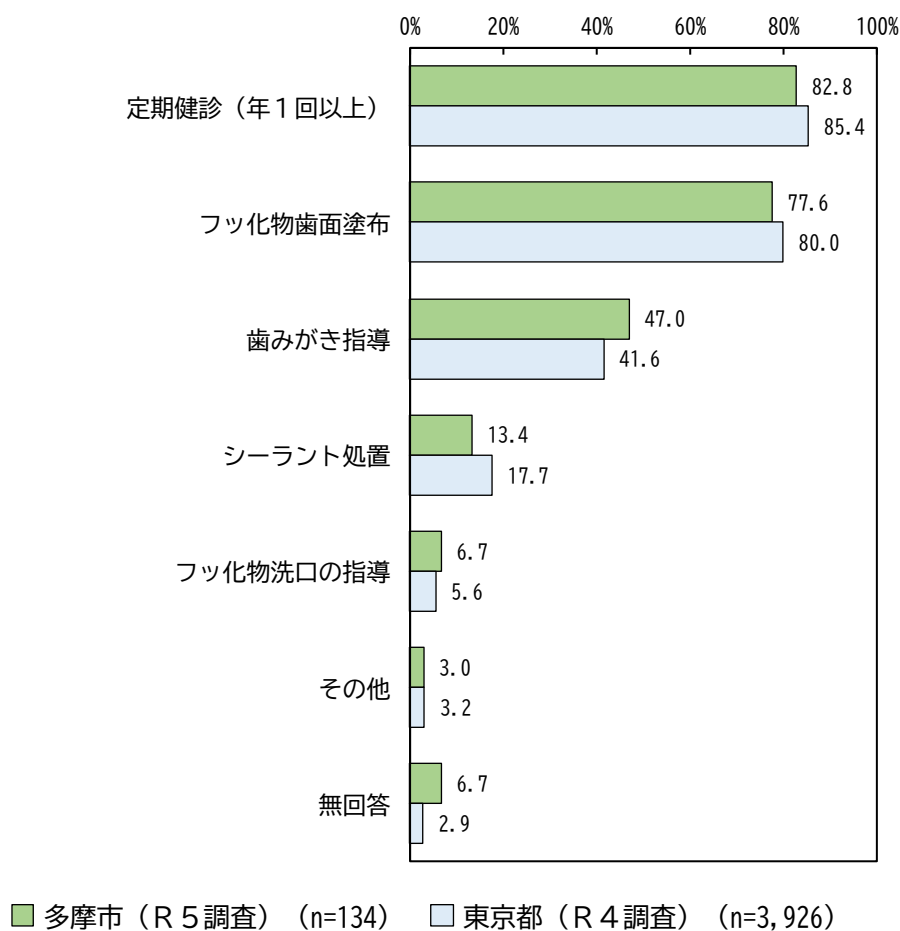
図表5－1 歯科医院の場所



問５－２ その歯科医院では、むし歯などの治療を受けているほかに、次のような予防処置や指導を受けていますか。（あてはまるものすべてに✓）

- ・予防処置の内容は、「定期健診（年１回以上）」が82.8%で最も高く、次いで「フッ化物歯面塗布」が77.6%、「歯みがき指導」が47.0%となっています。
- ・東京都と比較をすると、多摩市は「歯みがき指導」の割合が高く、東京都は「定期健診（年１回以上）、フッ化物歯面塗布、シーラント処置」の割合が高くなっています。

図表５－２ 予防処置の内容



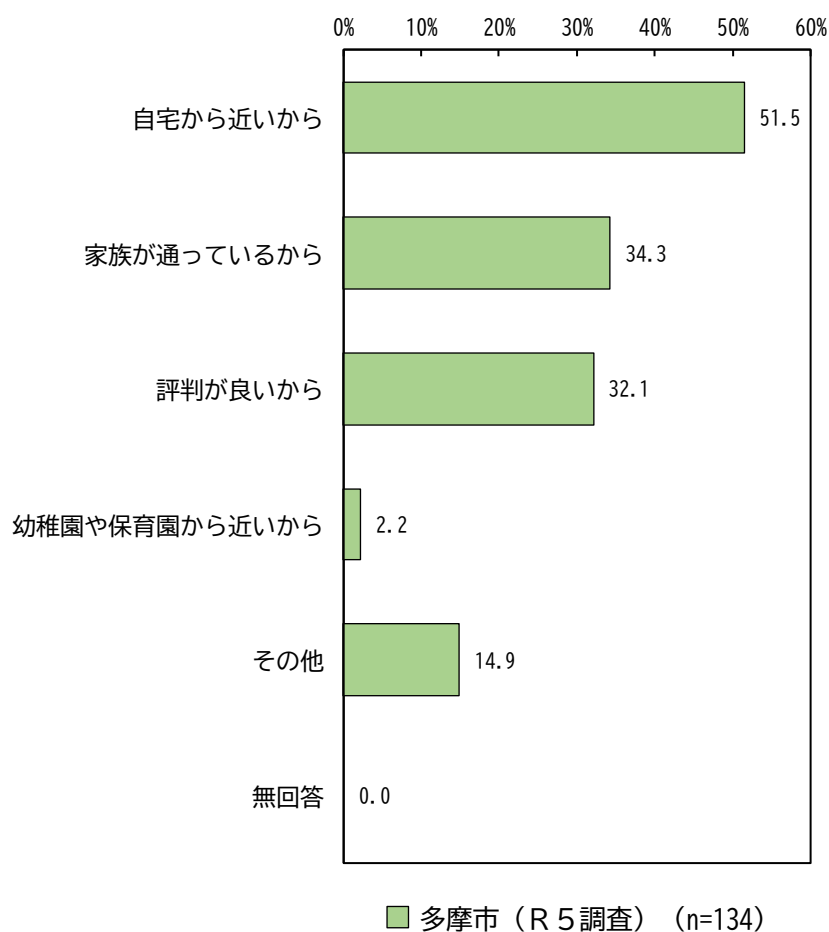
※東京都（Ｒ４調査）の結果については、「令和４年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

※その他の記入内容：矯正、歯石クリーニング等

問5－3 保護者の方は、お子さんのかかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。
(あてはまるものすべてに✓)

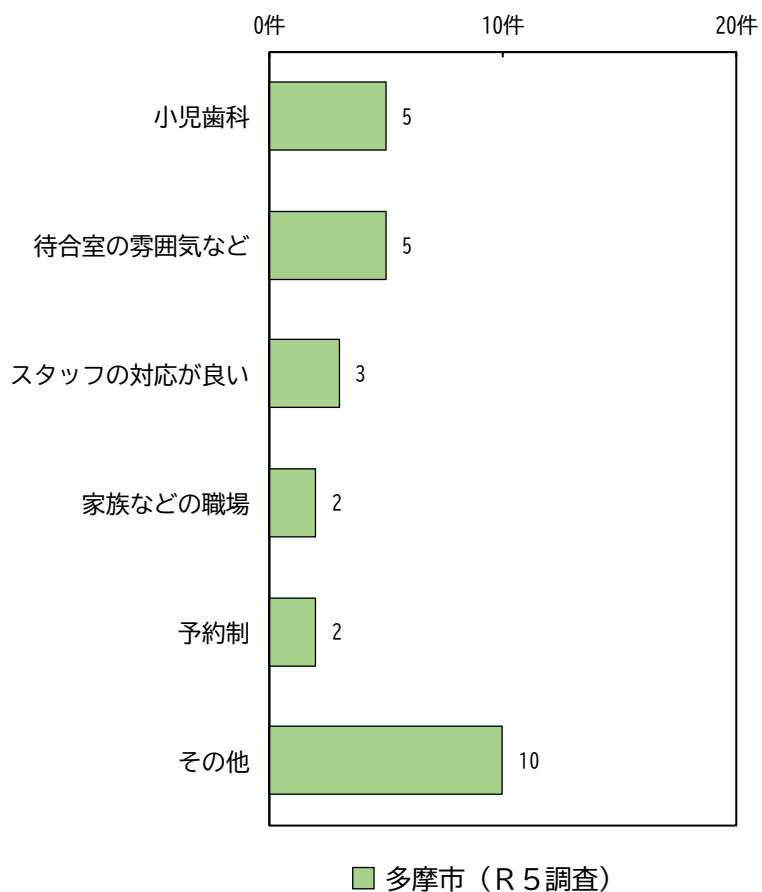
・かかりつけ歯科医を選んだきっかけは、「自宅から近いから」が51.5%で最も高く、次いで「家族が通っているから」が34.3%、「評判が良いから」が32.1%となっています。

図表5－3 かかりつけ歯科医を選んだきっかけ



・自由記載の内容は、「小児歯科」、「待合室の雰囲気など」がともに5件で最も多く、次いで「スタッフの対応が良い」が3件、「家族などの職場」、「予約制」がともに2件となっています。

図表5－3－① かかりつけ歯科医を選んだきっかけ
(その他 主な自由記載項目)



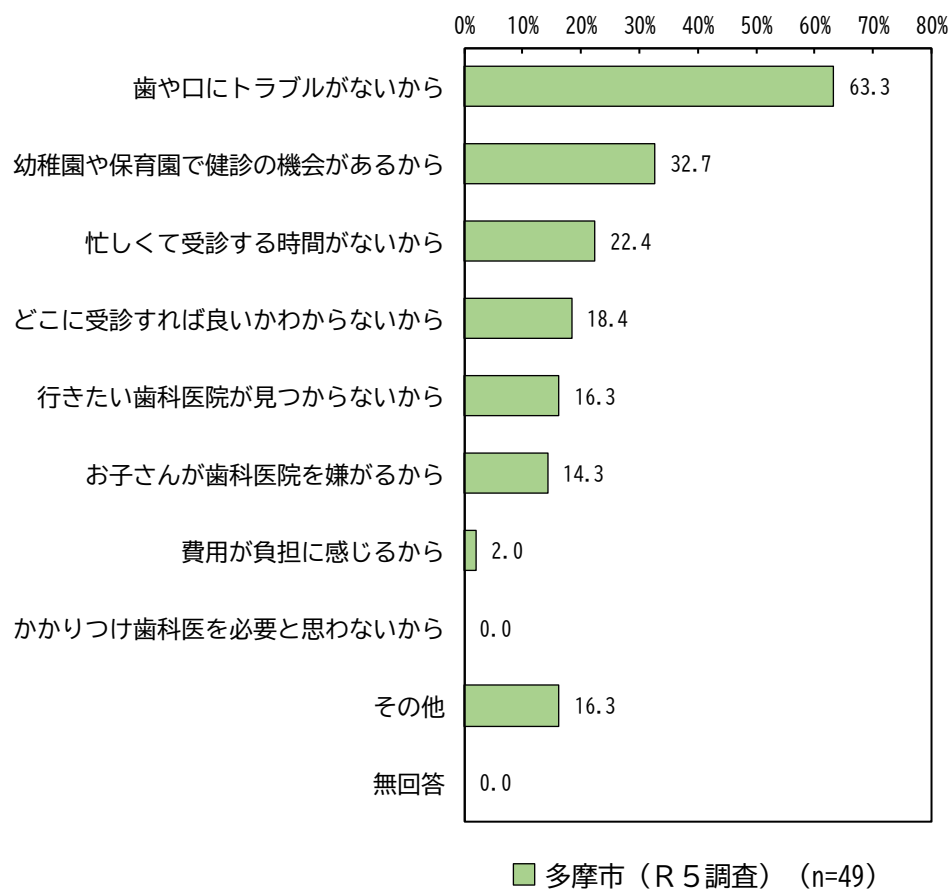
【問4で「決めていない」をお選びの方におたずねします。】

問6 かかりつけ歯科医を決めていないのはなぜですか。

(あてはまるものすべてに✓)

・かかりつけ歯科医を決めていない理由は、「歯や口にトラブルがないから」が63.3%で最も高く、次いで「幼稚園や保育園で健診の機会があるから」が32.7%、「忙しくて受診する時間がないから」が22.4%となっています。

図表6 かかりつけ歯科医を決めていない理由

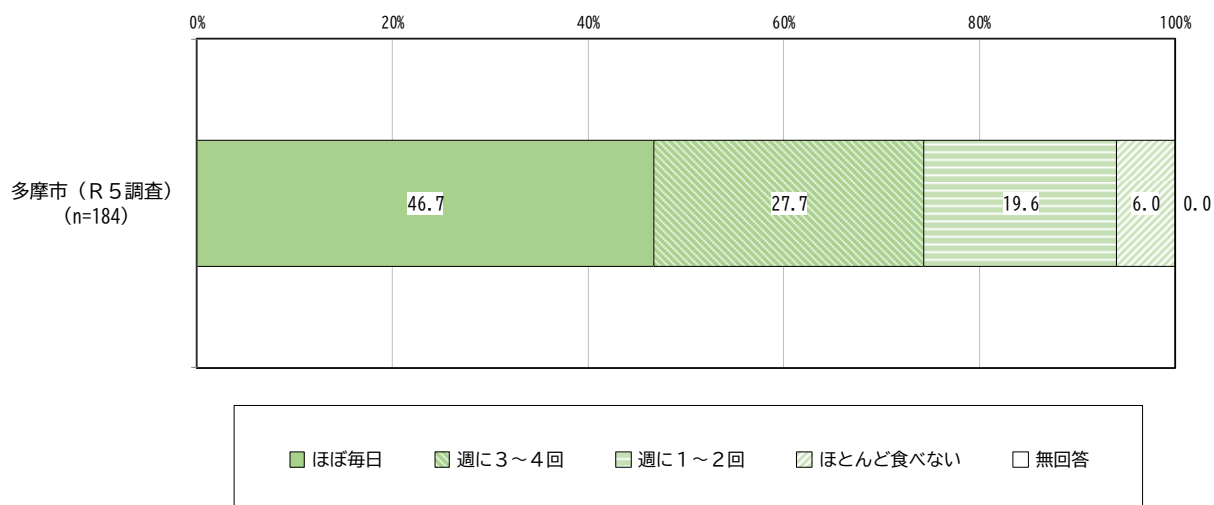


※その他の記入内容：引っ越してきたばかりのため、予約が取れるところに行くため等

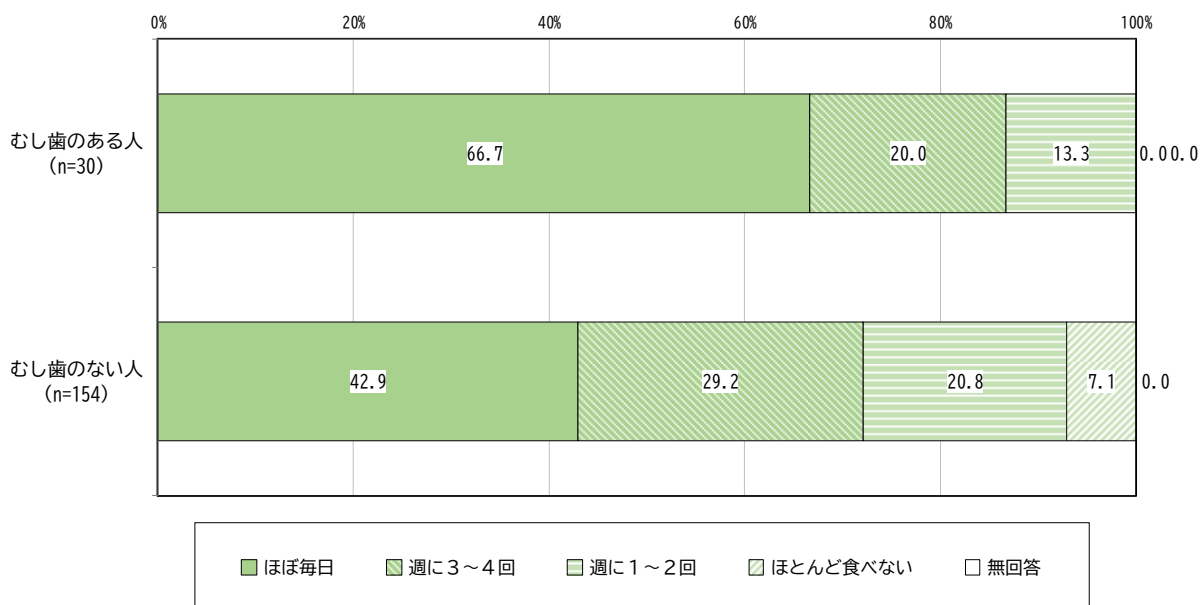
問7 あなたのお子さんは、あめ・チョコレート・ガム・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(✓は1つ)

- ・甘いお菓子を食べる頻度は、「ほぼ毎日」が46.7%で最も高く、次いで「週に3～4回」が27.7%、「週に1～2回」が19.6%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほぼ毎日」の割合が高く、むし歯のない人は「週に3～4回」、「週に1～2回」、「ほとんど食べない」のいずれも割合が高くなっています。

図表7 甘いお菓子を食べる頻度



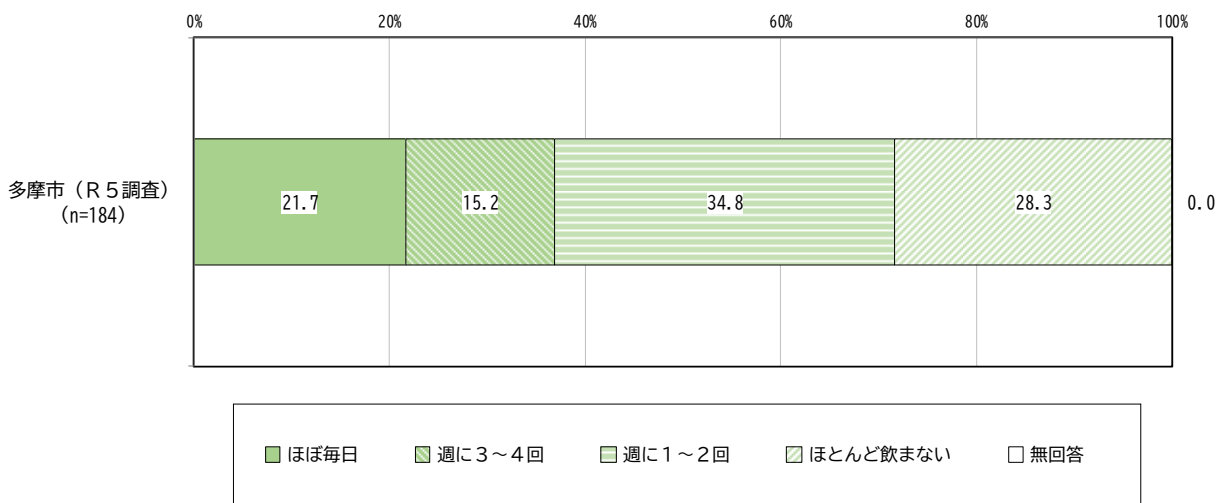
図表7―① 甘いお菓子を食べる頻度（むし歯の有無別）



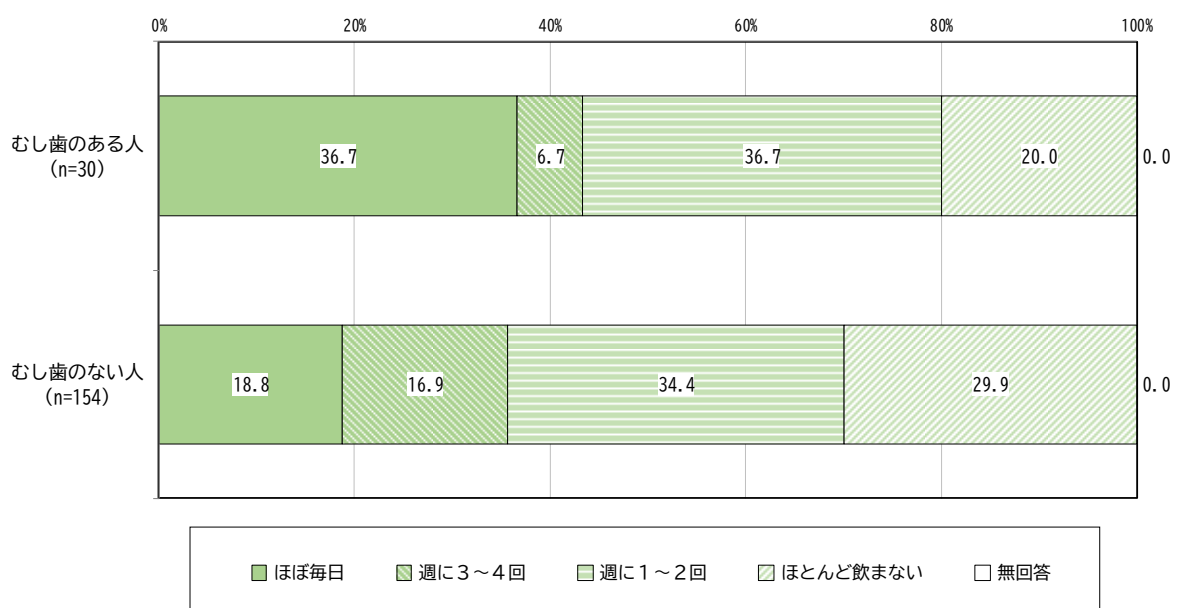
問8 あなたのお子さんは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1週間のうちどのくらい飲みますか。(✓は1つ)

- ・甘い飲み物を飲む頻度は、「週に1～2回」が34.8%で最も高く、次いで「ほとんど飲まない」が28.3%、「ほぼ毎日」が21.7%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほぼ毎日」の割合が高く、むし歯のない人は「週に3～4回」と「ほとんど飲まない」の割合が高くなっています。

図表8 甘い飲み物を飲む頻度



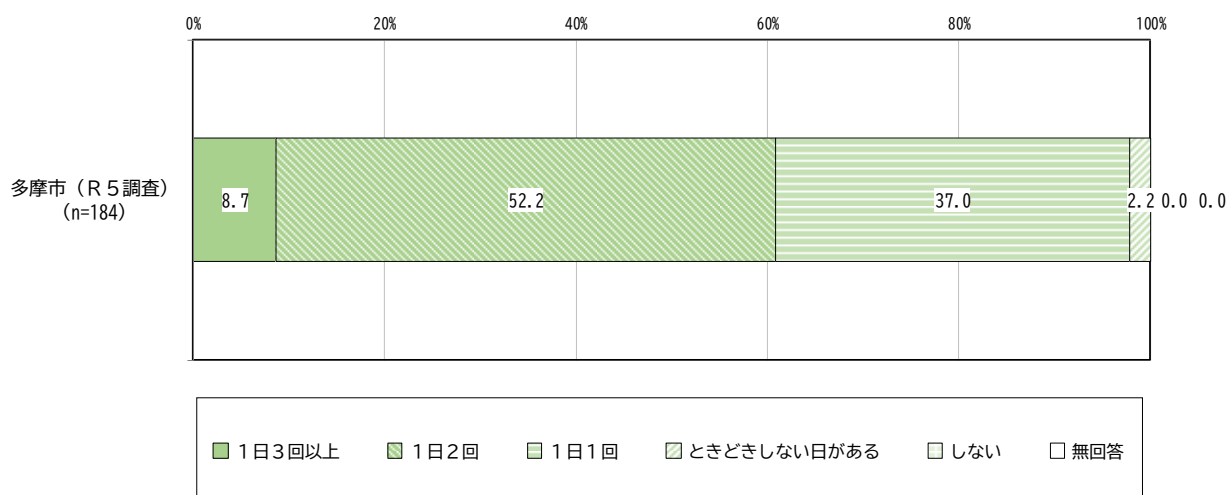
図表8—① 甘い飲み物を飲む頻度（むし歯の有無別）



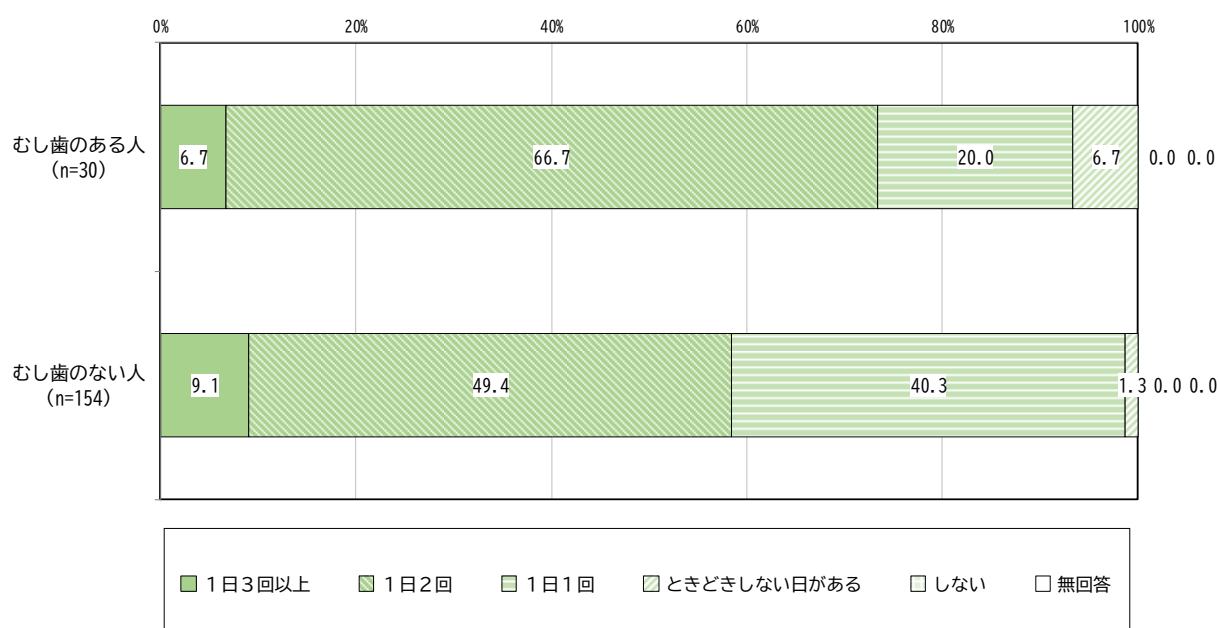
問9 あなたのお子さんは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(✓は1つ)

- ・1日当たりの歯をみがく頻度は、「1日2回」が52.2%で最も高く、次いで「1日1回」が37.0%、「1日3回以上」が8.7%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「1日2回」の割合が高く、むし歯のない人は「1日1回」の割合が高くなっています。

図表9 1日当たりの歯をみがく頻度



図表9—① 1日当たりの歯をみがく頻度（むし歯の有無別）

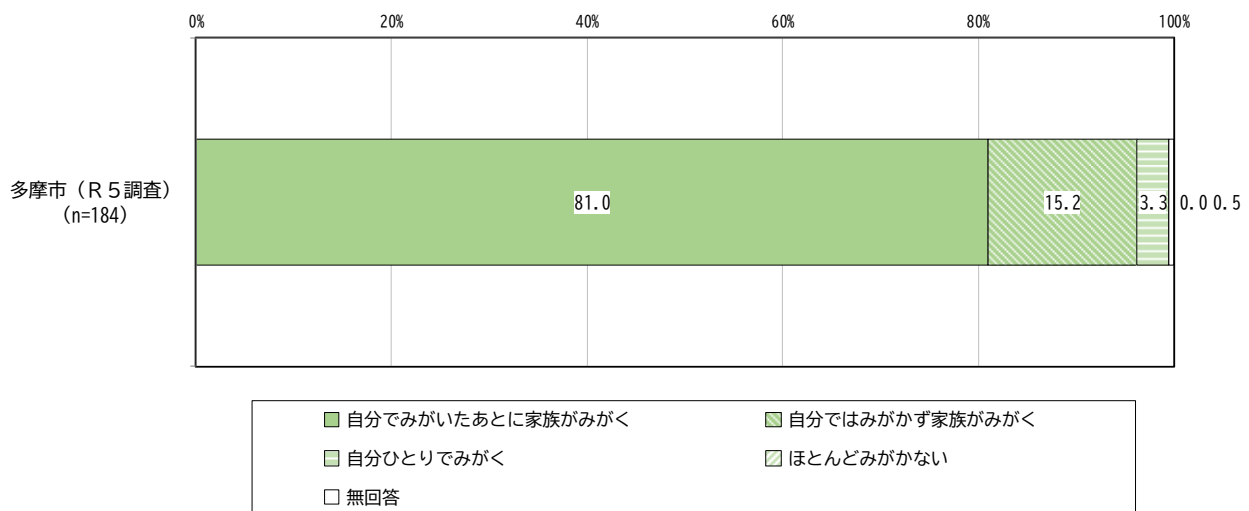


問 10 あなたのお子さんは、歯みがきをどのようにしていますか。(✓は1つ)

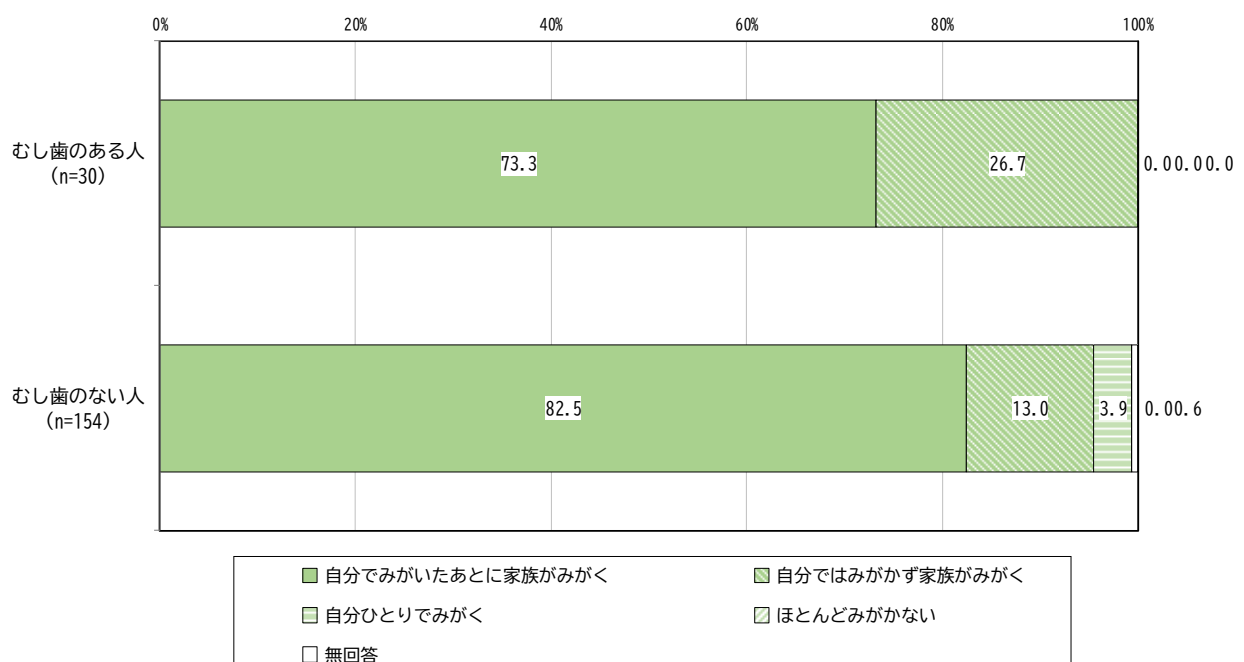
・自身で歯をみがいているかは、「自分でみがいたあとに家族がみがく」が 81.0%で最も高く、次いで「自分ではみがかず家族がみがく」が 15.2%、「自分ひとりでみがく」が 3.3%となっています。

・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「自分ではみがかず家族がみがく」の割合が高く、むし歯のない人は「自分でみがいたあとに家族がみがく」の割合が高くなっていますが、「自分ひとりでみがく」などの回答もみられます。

図表 10 自身で歯をみがいているか



図表 10—① 自身で歯をみがいているか（むし歯の有無別）



- ・甘いお菓子の食べる頻度別では、すべての頻度で「自分でみがいたあとに家族がみがく」の割合が高くなっています。
- ・甘い飲み物を飲む頻度別では、すべての頻度で「自分でみがいたあとに家族がみがく」の割合が高くなっています。

図表 10—② 自身で歯をみがいているか（甘いお菓子の食べる頻度別）

	全 体	あ と 自 分 に で み が い た あ と に 家 族 が み が く	家 自 分 が み が い た あ と に 家 族 が み が く	み 自 分 が み が い た あ と に 家 族 が み が く	み ほ と ん ど 食 べ な い	無 回 答
ほぼ毎日	86	73	11	1	0	1
	100.0	84.9	12.8	1.2	0.0	1.2
週に3～4回	51	38	11	2	0	0
	100.0	74.5	21.6	3.9	0.0	0.0
週に1～2回	36	29	4	3	0	0
	100.0	80.6	11.1	8.3	0.0	0.0
ほとんど食べない	11	9	2	0	0	0
	100.0	81.8	18.2	0.0	0.0	0.0

上段：回答数
下段：%

図表 10—③ 自身で歯をみがいているか（甘い飲み物を飲む頻度別）

	全 体	あ と 自 分 に で み が い た あ と に 家 族 が み が く	家 自 分 が み が い た あ と に 家 族 が み が く	み 自 分 が み が い た あ と に 家 族 が み が く	み ほ と ん ど 食 べ な い	無 回 答
ほぼ毎日	40	36	4	0	0	0
	100.0	90.0	10.0	0.0	0.0	0.0
週に3～4回	28	23	3	1	0	1
	100.0	82.1	10.7	3.6	0.0	3.6
週に1～2回	64	51	10	3	0	0
	100.0	79.7	15.6	4.7	0.0	0.0
ほとんど飲まない	52	39	11	2	0	0
	100.0	75.0	21.2	3.8	0.0	0.0

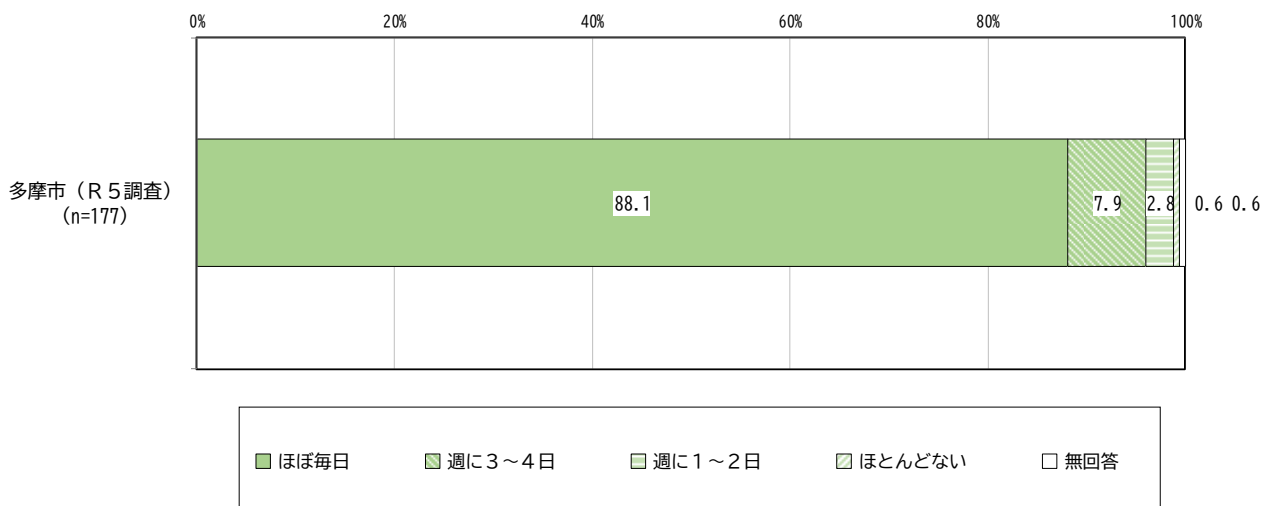
上段：回答数
下段：%

【問 10 で「自分でみがいたあとに家族がみがく」、「自分ではみがかず家族がみがく」をお選びの方におたずねします。】

問 11 家族がみがくことは、1 週間のうちどのくらいありますか。(✓は 1 つ)

・家族がお子さんの歯をみがく頻度は、「ほぼ毎日」が 88.1%で最も高く、次いで「週に 3 ～ 4 日」が 7.9%、「週に 1 ～ 2 日」が 2.8%となっています。

図表 11 家族がお子さんの歯をみがく頻度



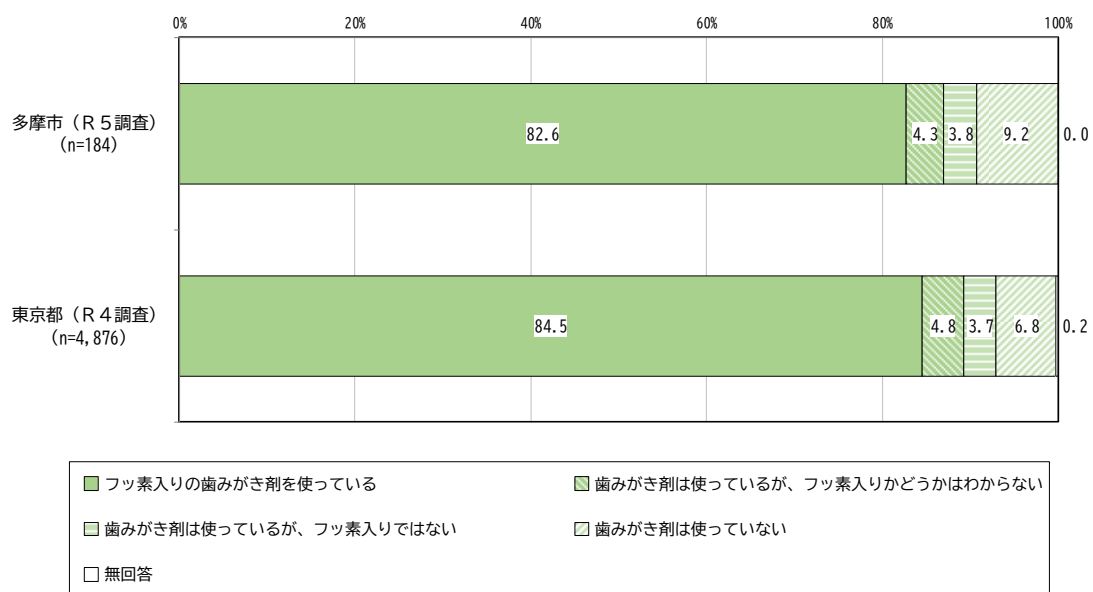
問 12 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」が82.6%で最も高く、次いで「歯みがき剤は使っていない」が9.2%、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」が4.3%となっています。

・東京都との比較では、顕著な差は見られません。

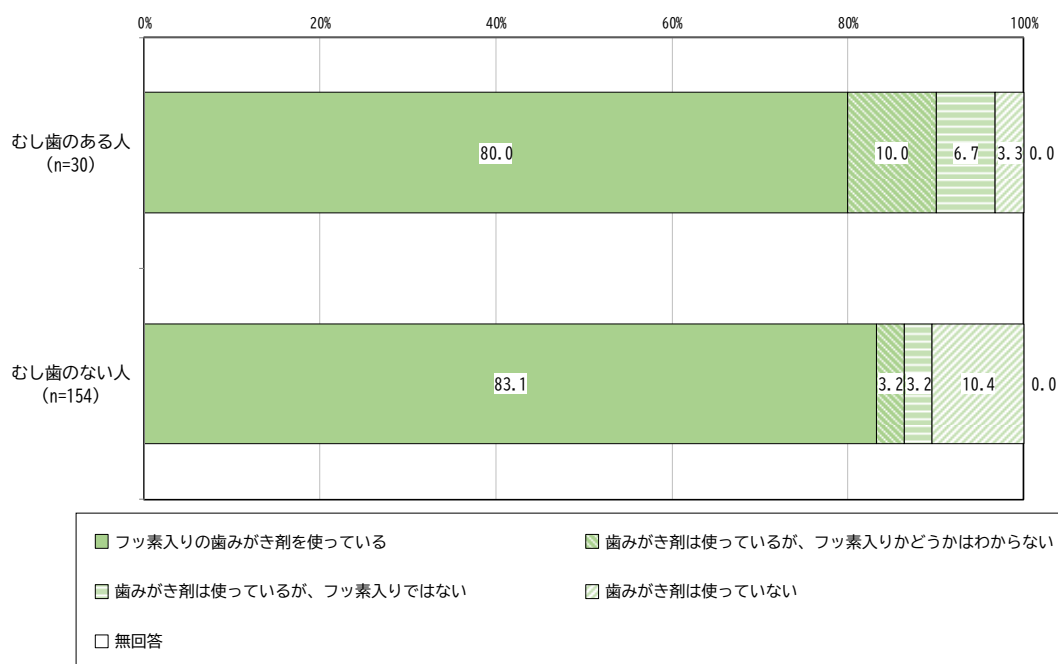
・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」の割合が高く、むし歯のない人は「歯みがき剤は使っていない」の割合が高くなっています。

図表 12 フッ素入りの歯みがき剤の使用状況



※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表 12-① フッ素入りの歯みがき剤の使用状況 (むし歯の有無別)

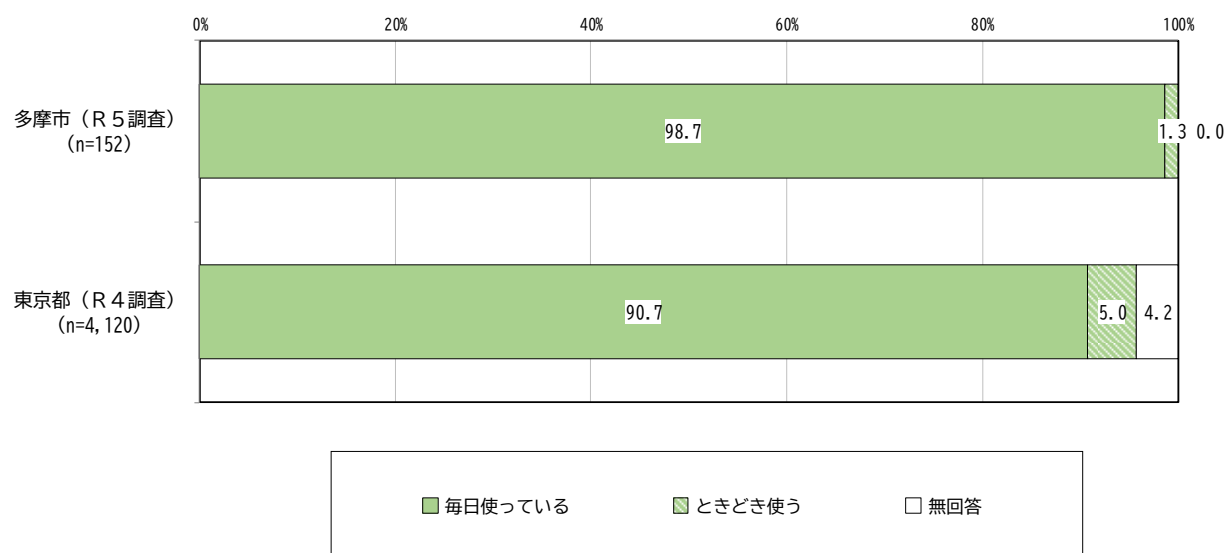


【問 12 で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問 13 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(✓は1つ)

- ・フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度は、「毎日使っている」が98.7%、「ときどき使う」が1.3%となっています。
- ・東京都と比較をすると、フッ素入りの歯みがき剤を毎日使っている割合は多摩市の方が高くなっています。

図表 13 フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度

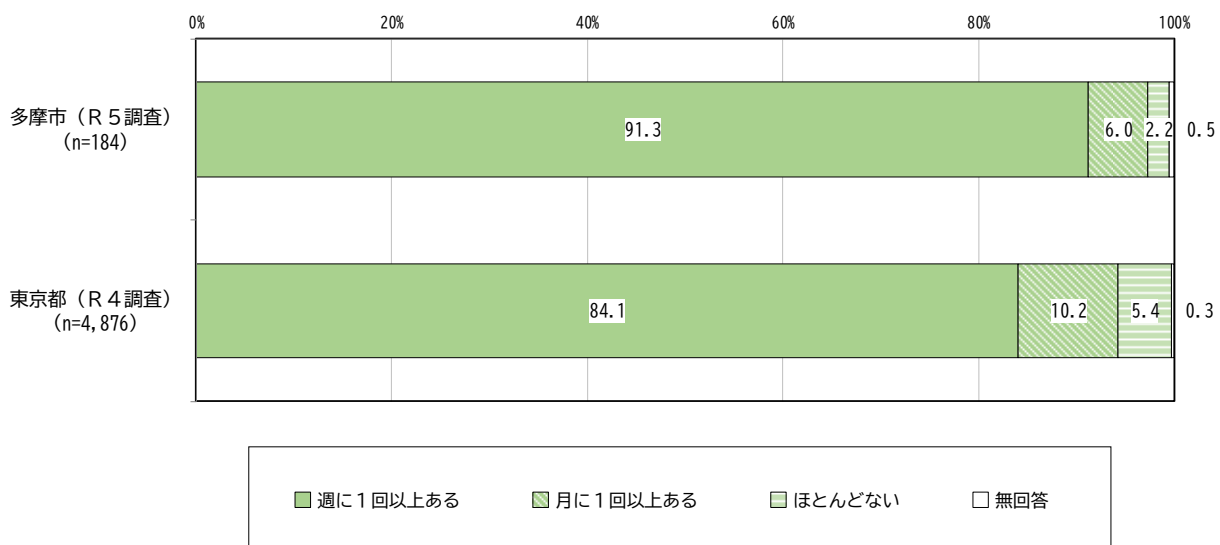


※東京都（R 4 調査）の結果については、「令和 4 年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

問 14 保護者の方は、お子さんの口の中（歯や歯ぐきの様子）を観察することがありますか。（✓は1つ）

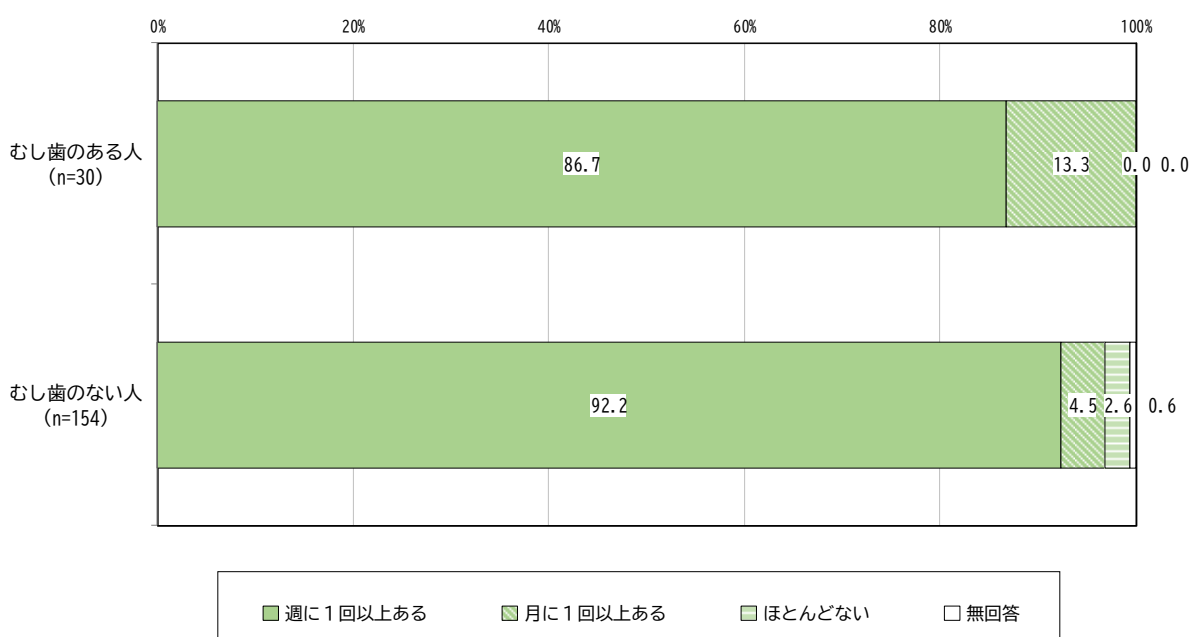
- ・お子さんの口の内を観察することがあるかは、「週に1回以上ある」が91.3%で最も高く、次いで「月に1回以上ある」が6.0%、「ほとんどない」が2.2%となっています。
- ・東京都と比較をすると、多摩市は「週に1回以上ある」の割合が高く、東京都は「月に1回以上ある」の割合が高くなっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「月に1回以上ある」の割合が高く、むし歯のない人は「週に1回以上ある」の割合が高くなっています。

図表 14 お子さんの口の内を観察することがあるか



※東京都（R 4 調査）の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

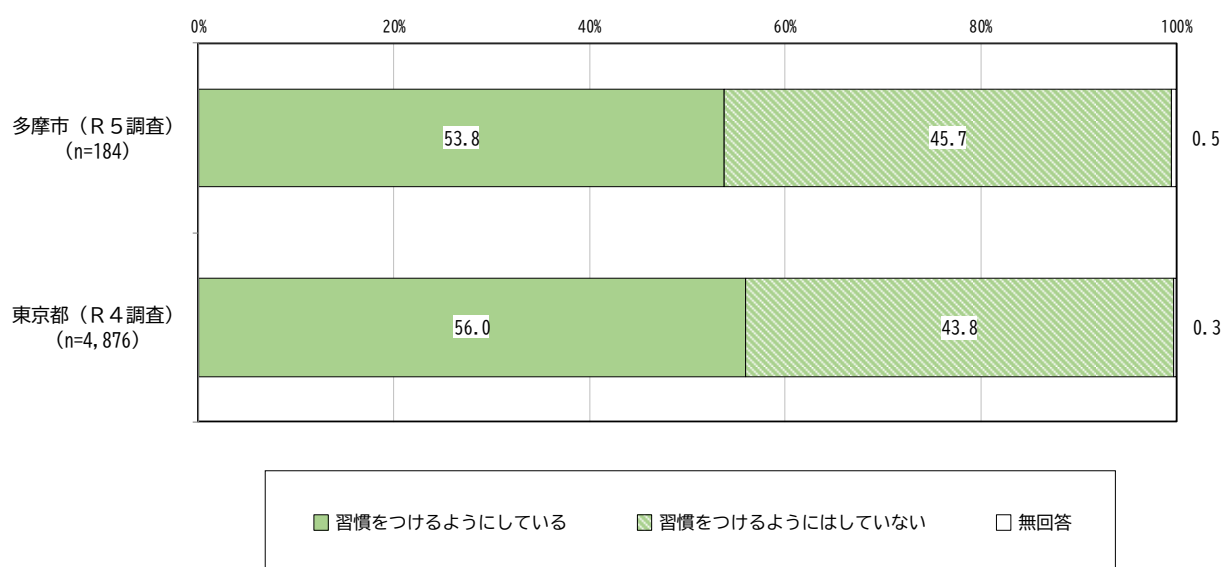
図表 14-① お子さんの口の内を観察することがあるか（むし歯の有無別）



問 15 保護者の方は、お子さんにゆっくりよく噛んで食べる習慣をつけるようにしていますか。(✓は1つ)

- ・よく噛んで食べる習慣をつけているかは、「習慣をつけるようにしている」が53.8%に対し、「習慣をつけるようにはしていない」は45.7%となっています。
- ・東京都との比較では、顕著な差は見られません。

図表15 よく噛んで食べる習慣をつけているか



※東京都（R 4 調査）の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

【問 15 で「習慣をつけるようにしている」をお選びの方におたずねします。】

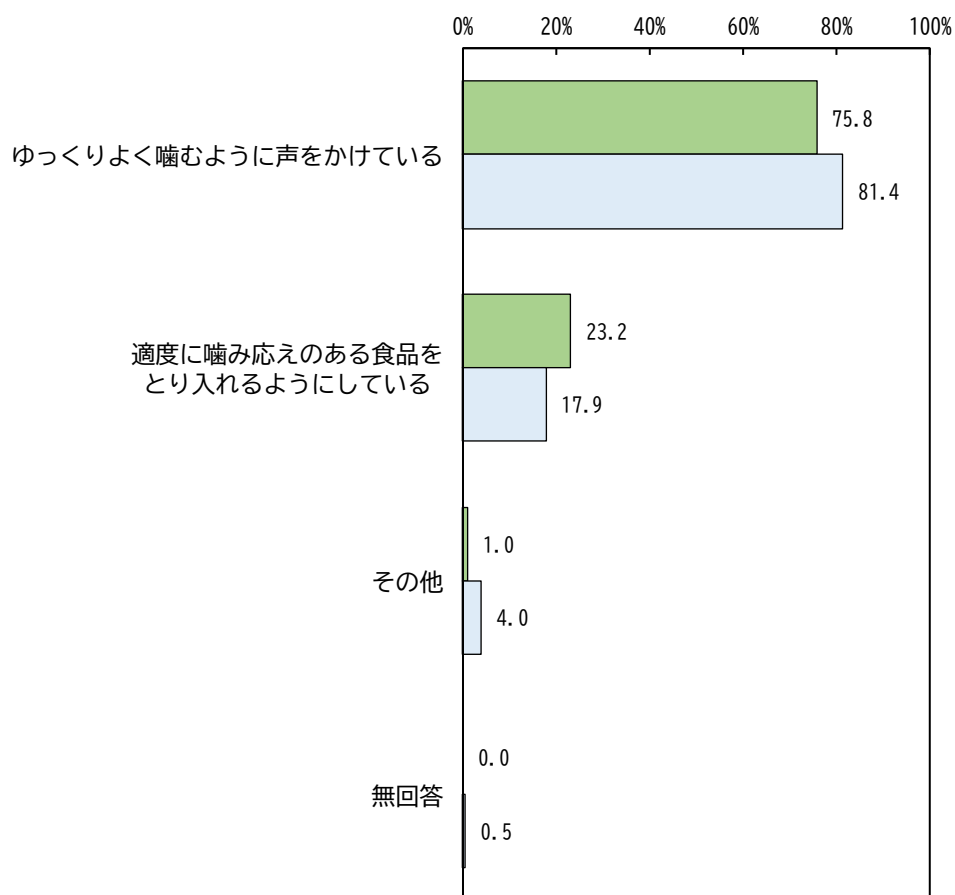
問 16 習慣をつけるようにするために、どんなことをしていますか。

(あてはまるものすべてに✓)

・よく噛んで食べる習慣をつけるために行っていることは、「ゆっくりよく噛むように声をかけている」が 75.8%で最も高く、次いで「適度に噛み応えのある食品をとり入れるようにしている」が 23.2%となっています。

・東京都と比較をすると、多摩市は「適度に噛み応えのある食品をとり入れるようにしている」の割合が高く、東京都は「ゆっくりよく噛むように声をかけている」の割合が高くなっています。

図表 16 習慣をつけるために行っていること



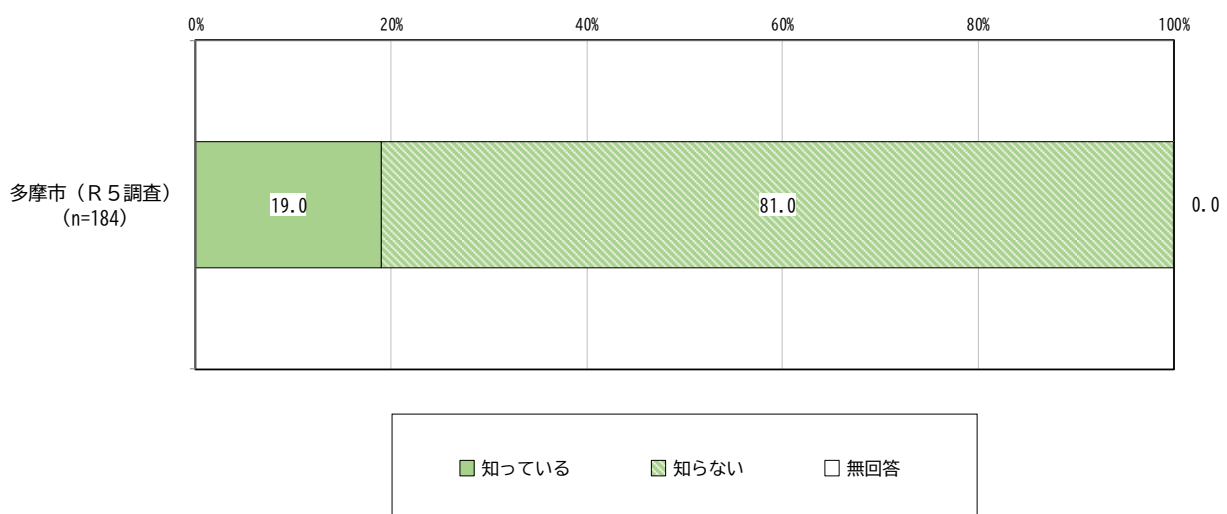
■ 多摩市 (R 5 調査) (n=99) ■ 東京都 (R 4 調査) (n=2,729)

※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和 4 年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

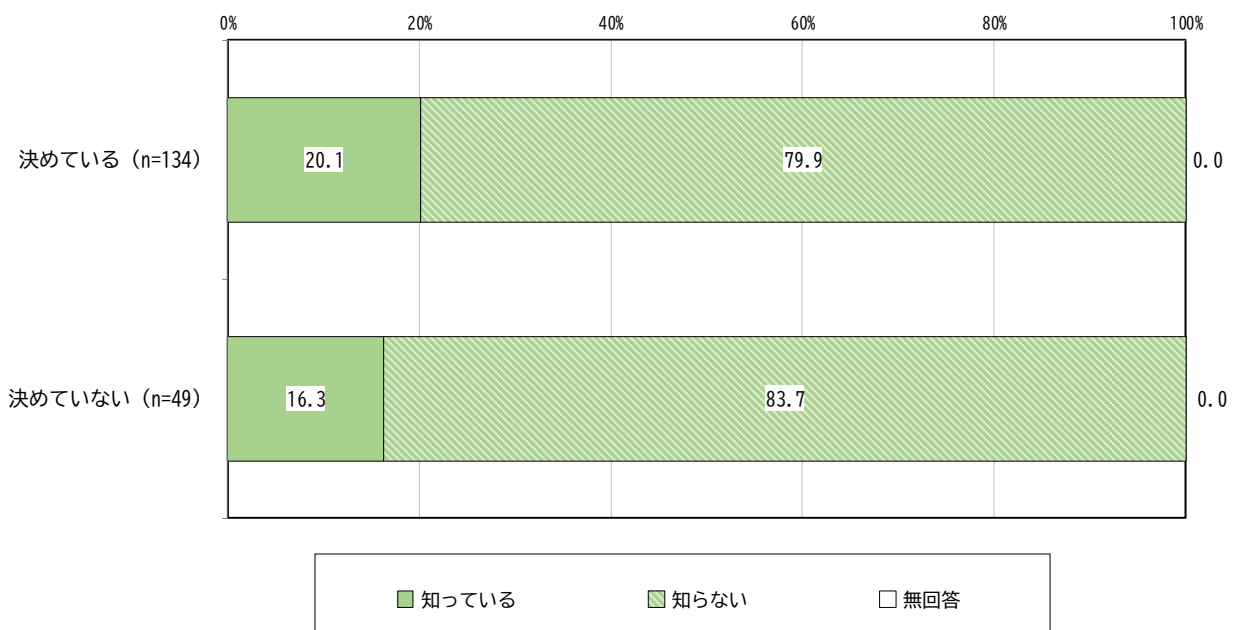
問 17 あなたのお子さんは、1口で30回かむことの大切さ（嚙ミング30^{さんまる}）を知っていますか。（✓は1つ） 問 17 あなたのお子さんは、1口で30回かむことの大切さ（嚙ミング30^{さんまる}）を知っていますか。（✓は1つ）

- ・嚙ミング30の認知状況は、「知っている」が19.0%に対し、「知らない」は81.0%となっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、嚙ミング30を知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 17 嚙ミング30の認知状況



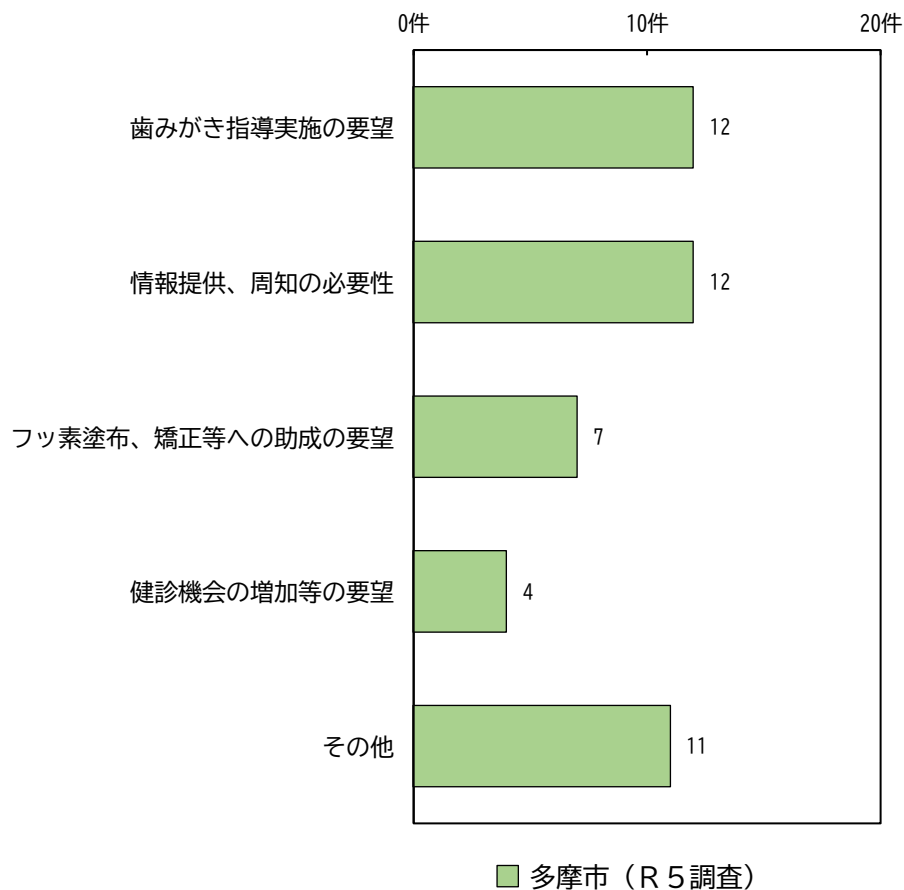
図表 17-① 嚙ミング30の認知状況（かかりつけ歯科医の有無別）



問 18 多摩市の歯や口の健康づくりの取組について感じていることや、これから期待することがあれば教えてください。

・自由記載の内容は、「歯みがき指導実施の要望」、「情報提供、周知の必要性」がともに 12 件で最も多く、次いで「フッ素塗布、矯正等への助成の要望」が 7 件、「健診機会の増加等の要望」が 4 件となっています。

図表 18 多摩市の取組について感じていること（主な自由記載項目）

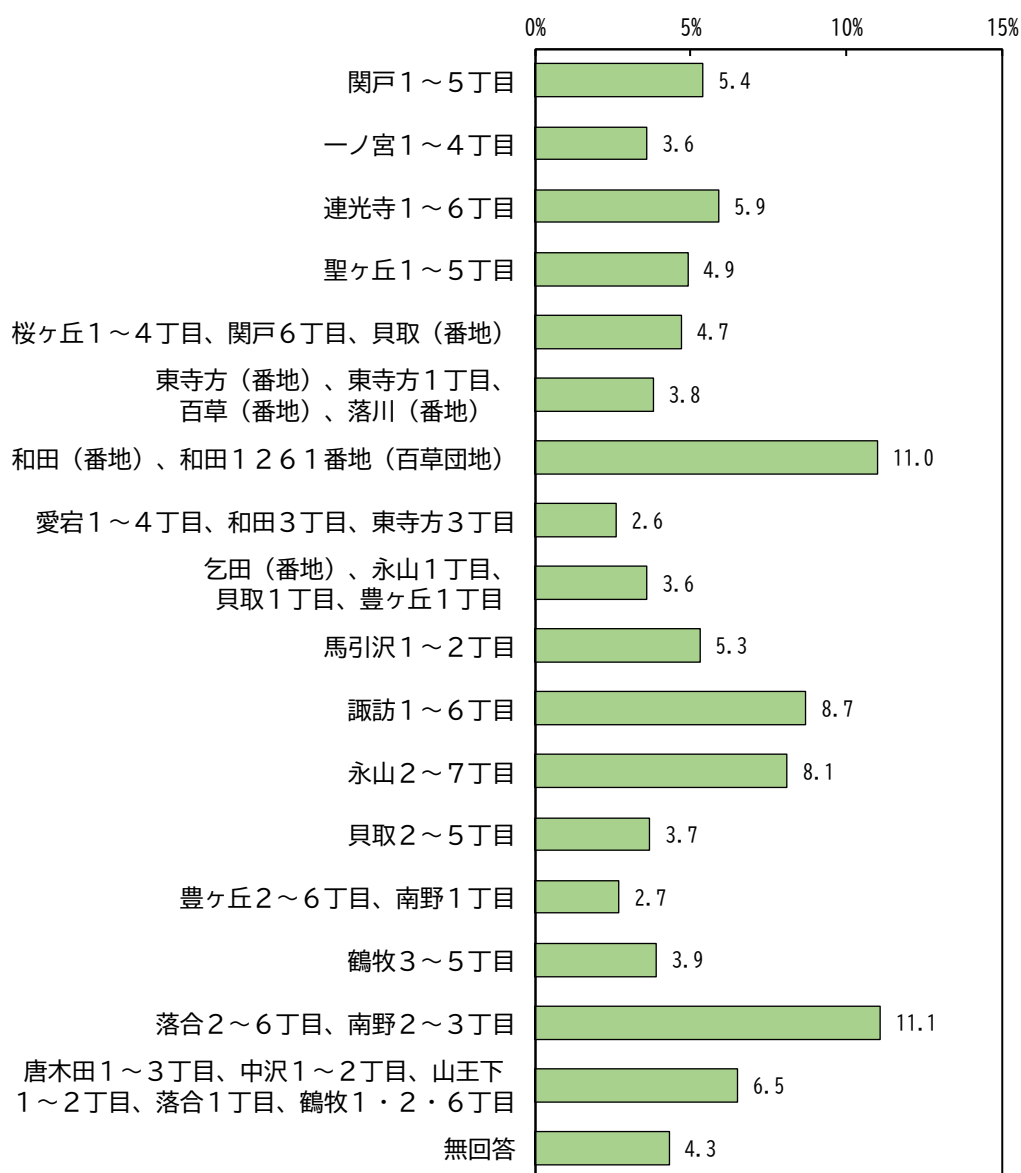


2. 小学校4年生

問2 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(✓は1つ)

・住んでいる地域は、「落合2～6丁目、南野2～3丁目」が11.1%で最も高く、次いで「和田（番地）、和田1261番地（百草団地）」が11.0%、「諏訪1～6丁目」が8.7%となっています。

図表2 住んでいる地域

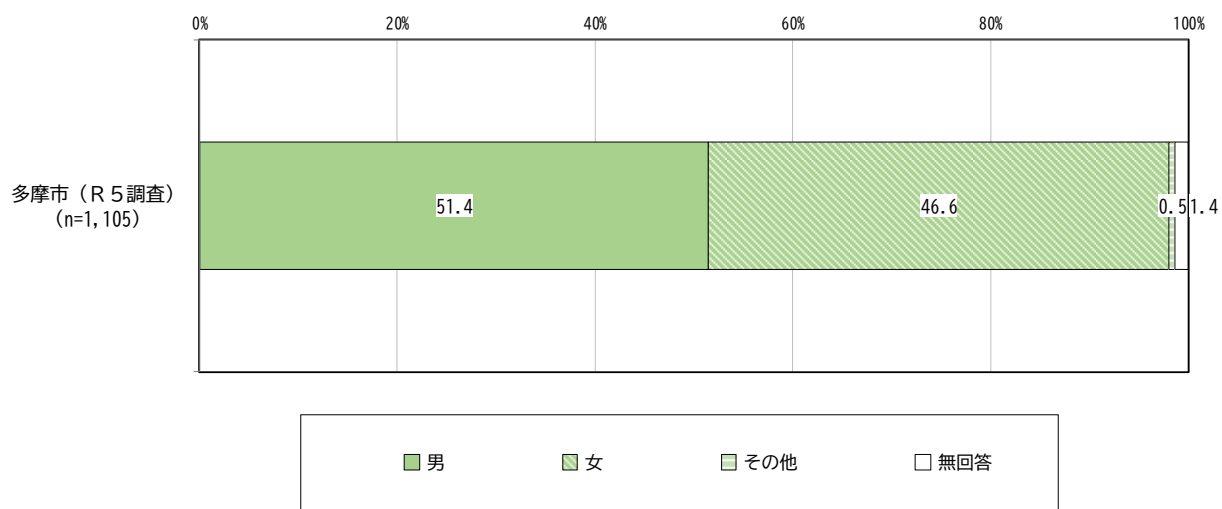


■ 多摩市（R5調査）（n=1,105）

問3 あなたの性別を教えてください。(✓は1つ)

- ・回答者の性別は、「男」が51.4%に対し、「女」は46.6%となっています。

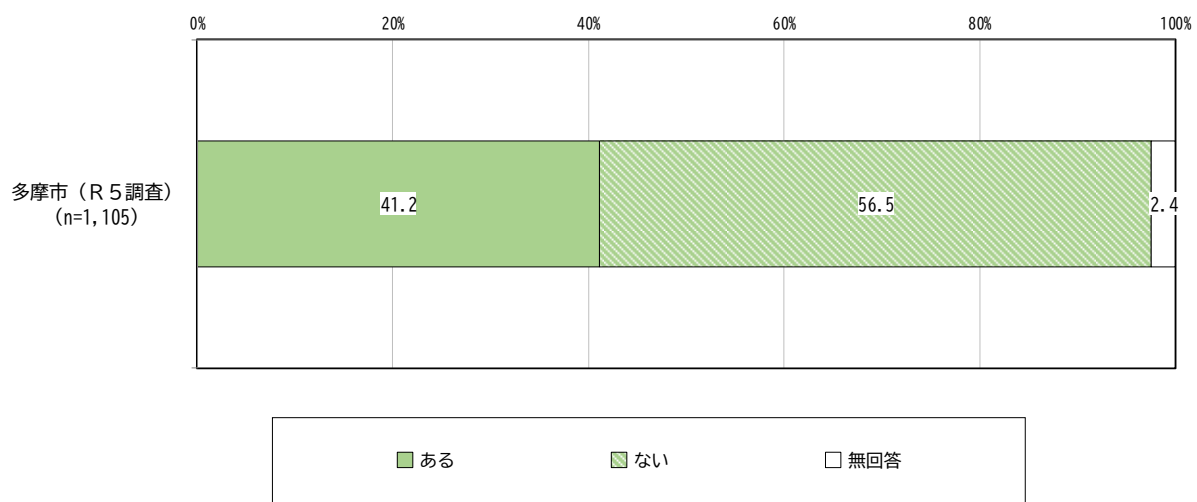
図表3 回答者の性別



問4 あなたは、現在むし歯がありますか。または、いままでむし歯の治療をしたことがありますか。(✓は1つ)

・むし歯の有無は、「ある」が41.2%に対し、「ない」は56.5%となっています。

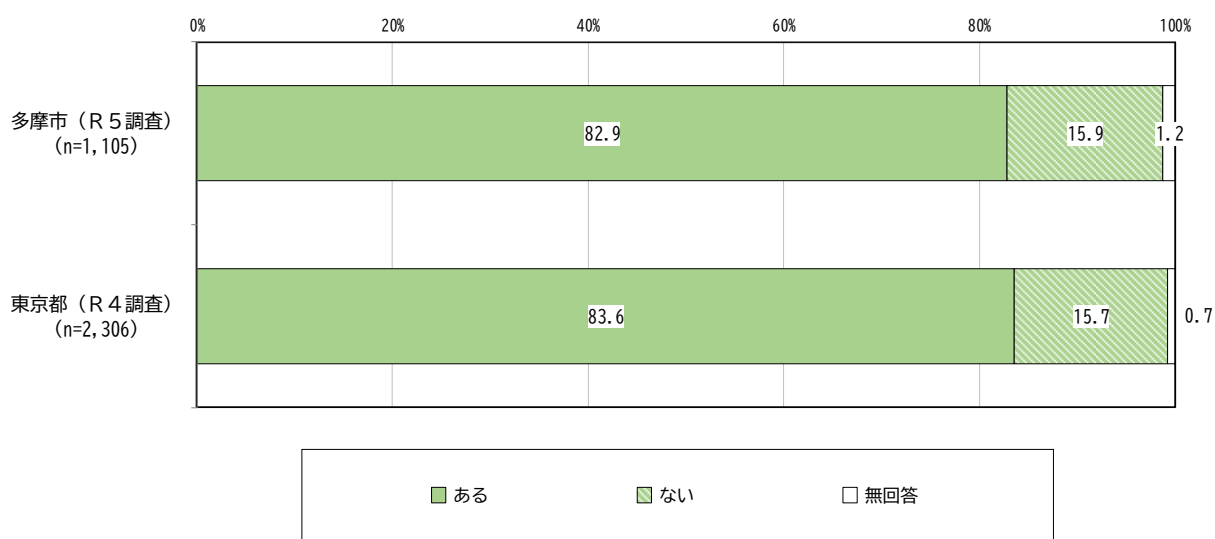
図表4 むし歯の有無



問5 あなたは、いつも行く歯医者さんがありますか。(✓は1つ)

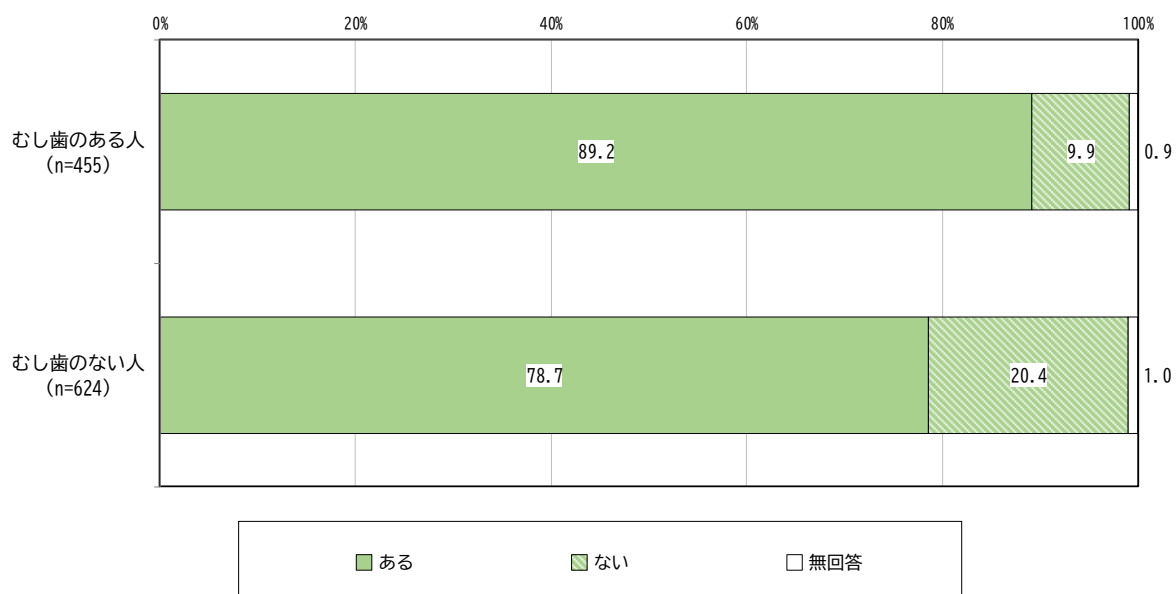
- ・かかりつけ歯科医があるかは、「ある」が82.9%に対し、「ない」は15.9%となっています。
- ・東京都との比較では、顕著な差は見られません。
- ・むし歯の有無別では、かかりつけ歯科医がある割合はむし歯のある人の方が高くなっています。

図表5 かかりつけ歯科医を決めているか



※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表5—① かかりつけ歯科医を決めているか (むし歯の有無別)

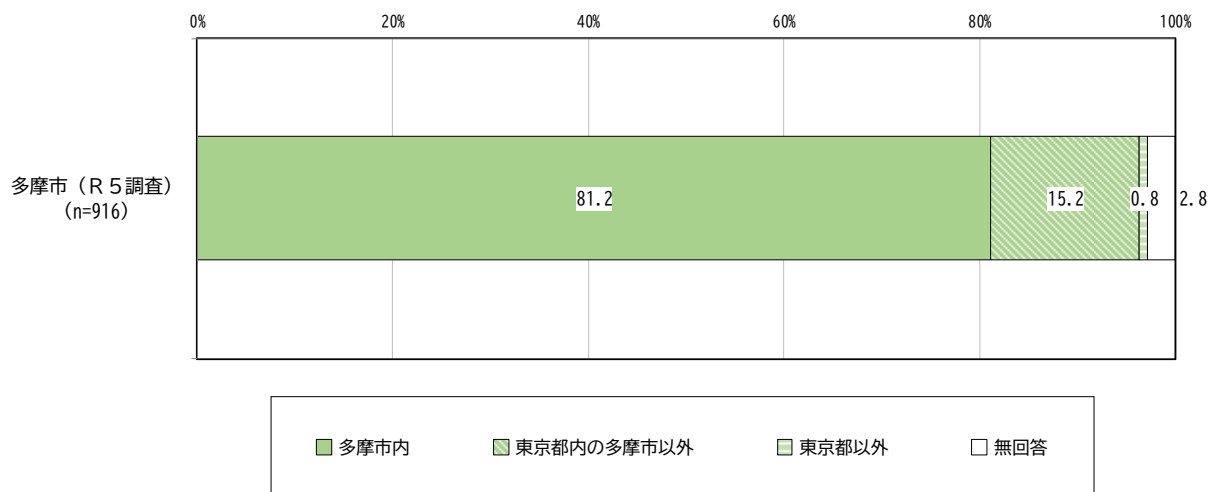


【問5で「ある」をお選びの方におたずねします。】

問6－1 その歯医者さんはどこにありますか。(✓は1つ)

・歯科医院の場所は、「多摩市内」が81.2%で最も高く、次いで「東京都内の多摩市以外」が15.2%、「東京都以外」が0.8%となっています。

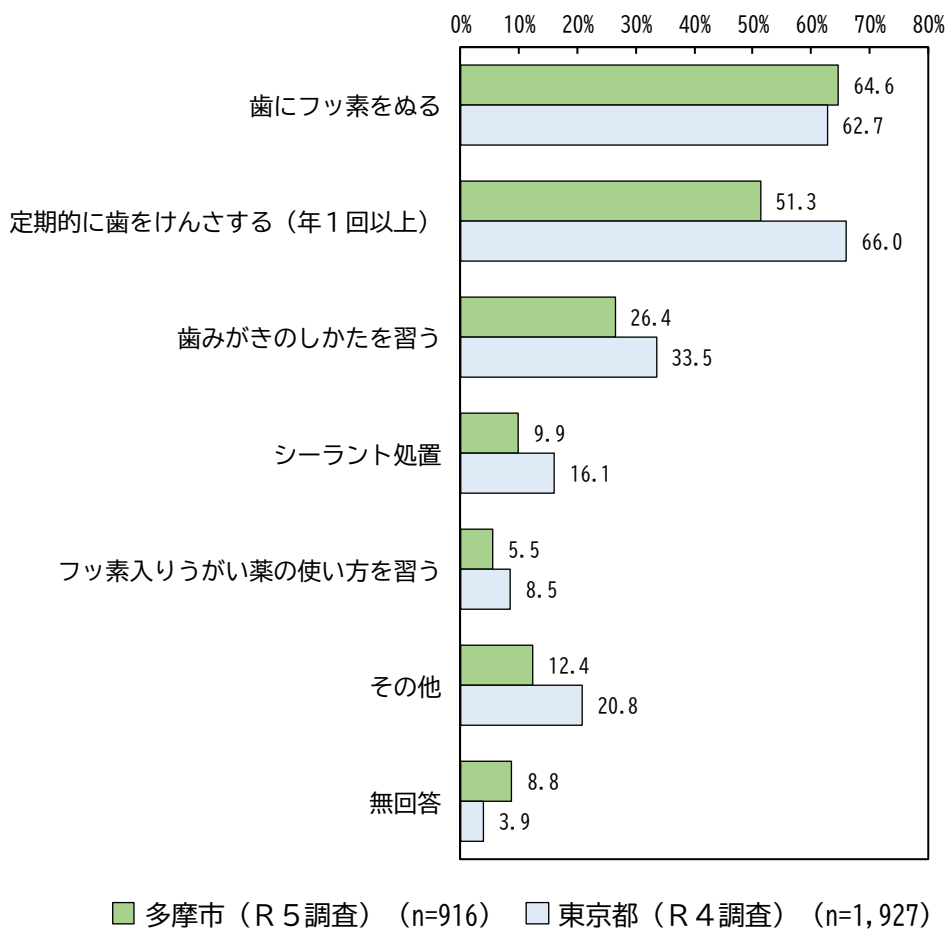
図表6－1 歯科医院の場所



問6－2 その歯医者さんではむし歯をなおしてもらうほかに、次のようなことをしてもらっていますか。(あてはまるものすべてに✓)

- ・予防処置の内容は、「歯にフッ素をぬる」が64.6%で最も高く、次いで「定期的に歯をけんさする（年1回以上）」が51.3%、「歯みがきのしかたを習う」が26.4%となっています。
- ・東京都と比較をすると、定期的に歯を検査する割合や歯みがきのしかたを習う割合は東京都の方が特に高くなっています。

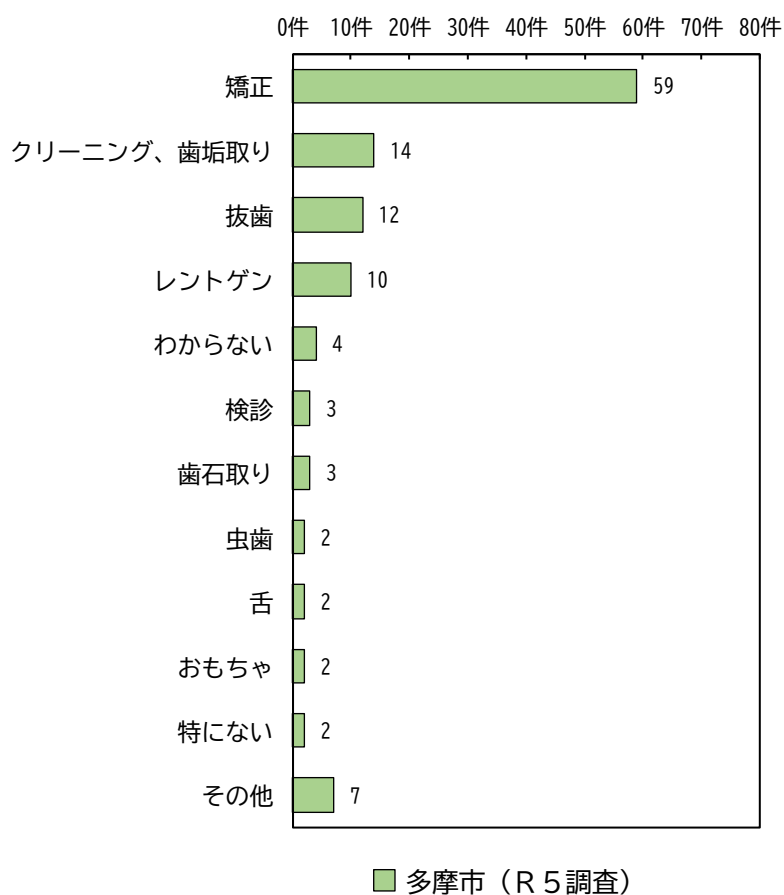
図表6－2 予防処置の内容



※東京都（R 4 調査）の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

- ・自由記載の内容は、「矯正」が59件で最も多く、次いで「クリーニング、歯垢取り」が14件、「抜歯」が12件となっています。

図表6－2－① 予防処置の内容（その他 主な自由記載項目）

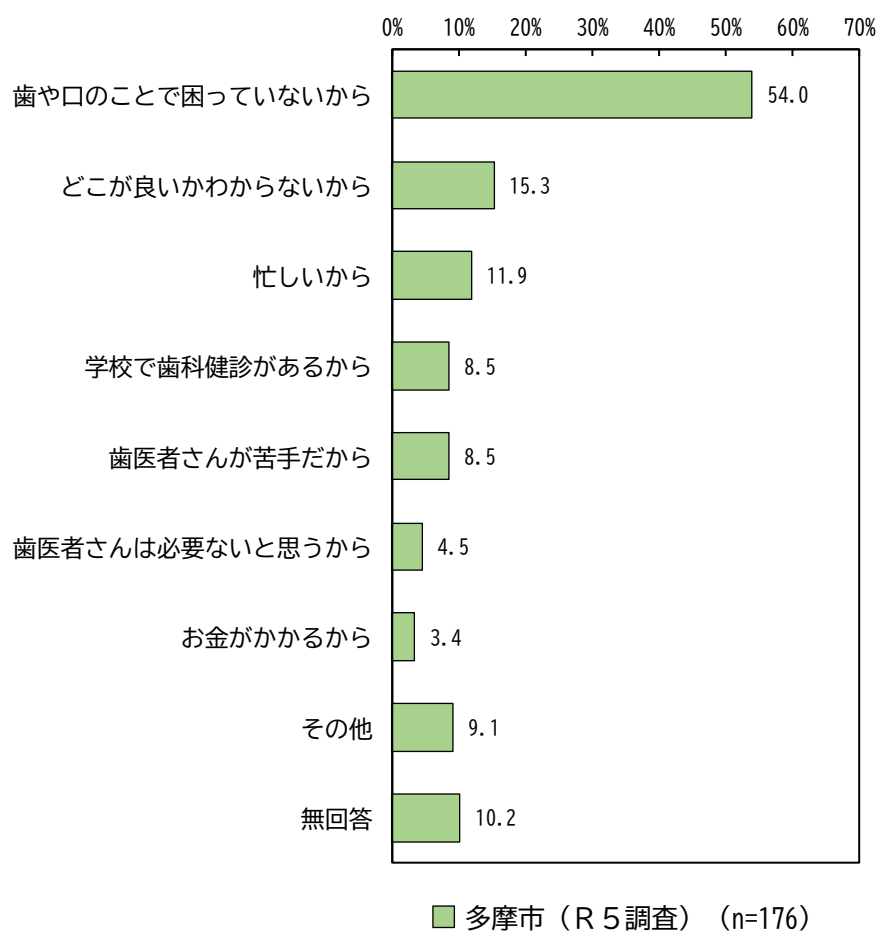


【問5で「ない」をお選びの方におたずねします。】

問7 いつも行く歯医者さんがないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに✓)

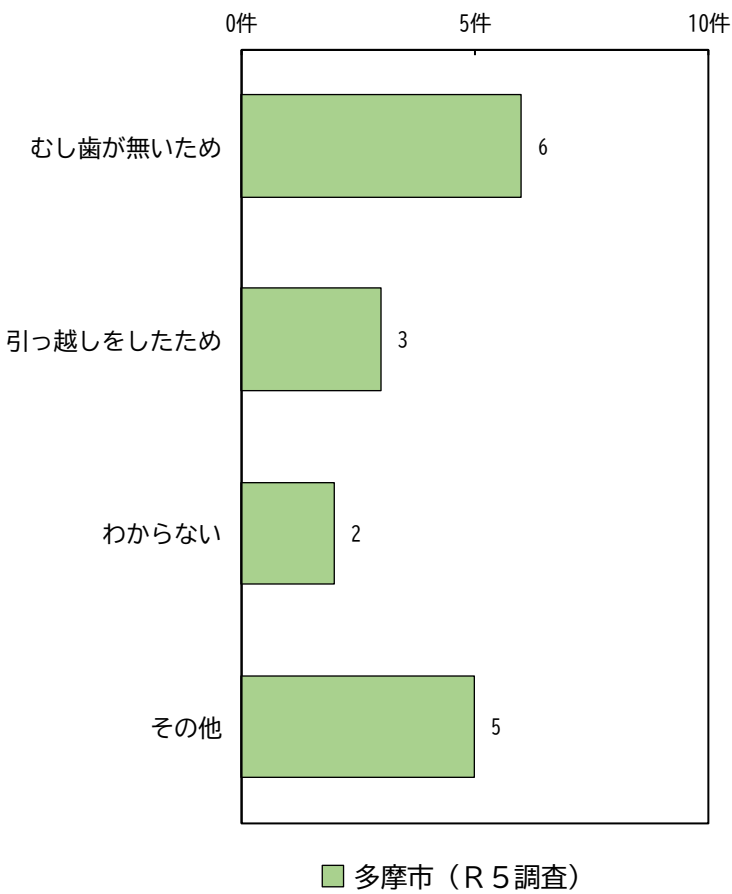
・かかりつけ歯科医を決めていない理由は、「歯や口のことで困っていないから」が54.0%で最も高く、次いで「どこが良いかわからないから」が15.3%、「忙しいから」が11.9%となっています。

図表7 かかりつけ歯科医を決めていない理由



・自由記載の内容は、「むし歯が無いため」が6件で最も多く、次いで「引っ越しをしたため」が3件となっています。

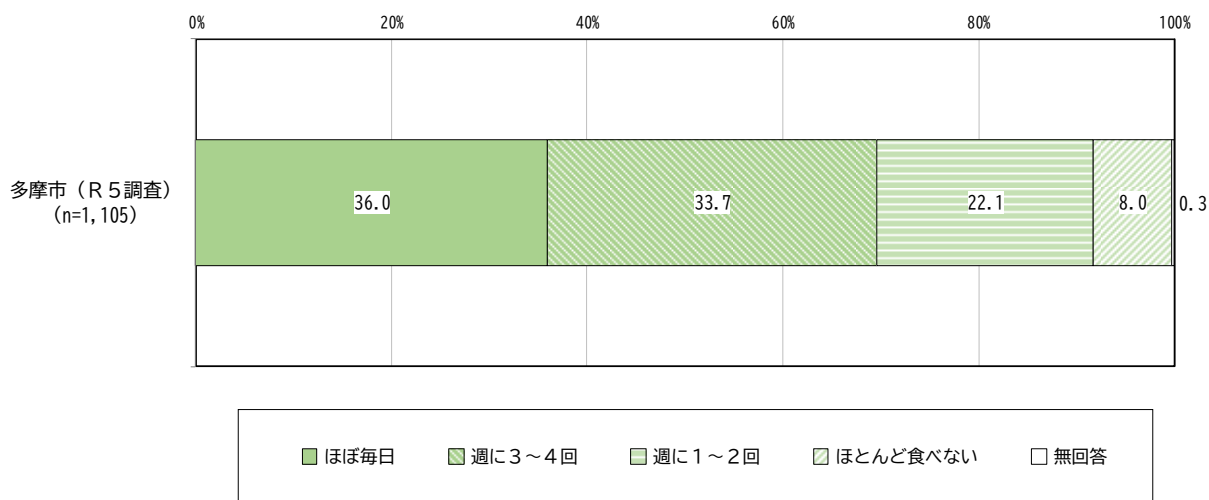
図表7―① かかりつけ歯科医を決めていない理由
(その他 主な自由記載項目)



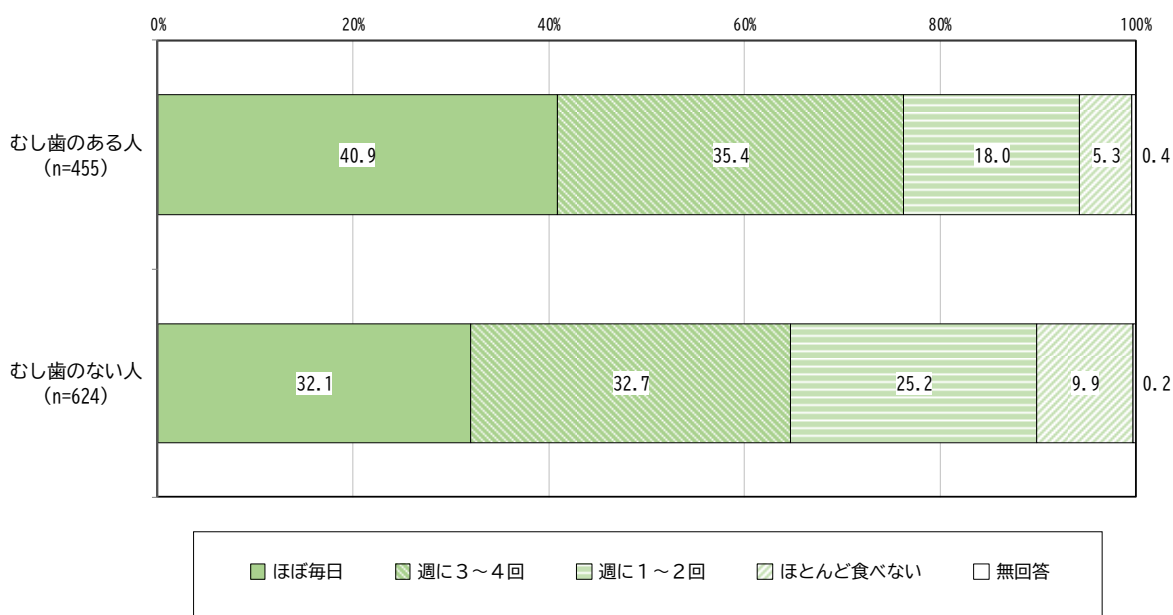
問8 あなたは、あめ・チョコレート・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(✓は1つ)

- ・甘いお菓子を食べる頻度は、「ほぼ毎日」が36.0%で最も高く、次いで「週に3～4回」が33.7%、「週に1～2回」が22.1%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほぼ毎日」の割合が高く、むし歯のない人は「週に1～2回」の割合が高くなっています。

図表8 甘いお菓子を食べる頻度



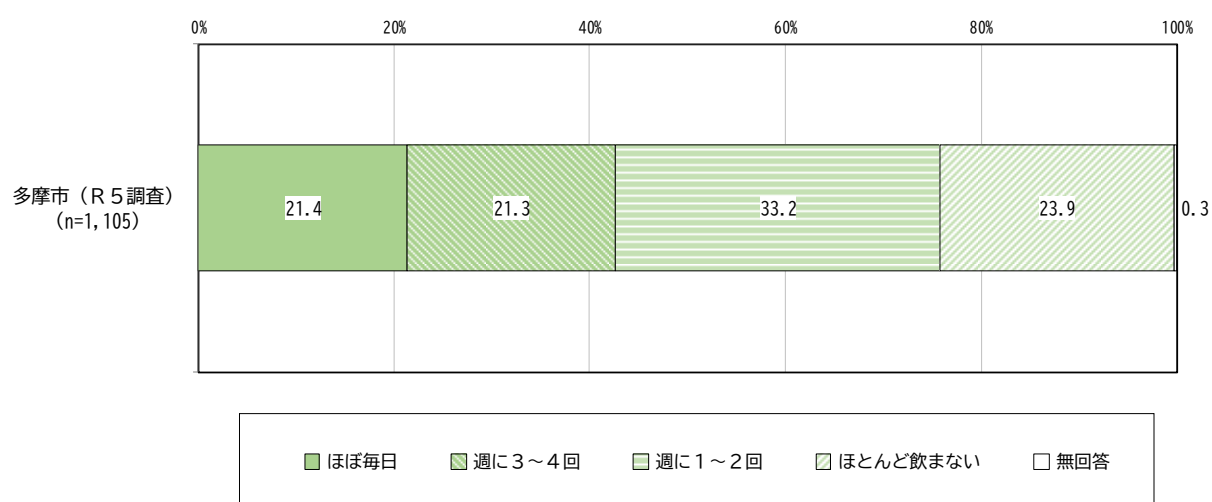
図表8—① 甘いお菓子を食べる頻度（むし歯の有無別）



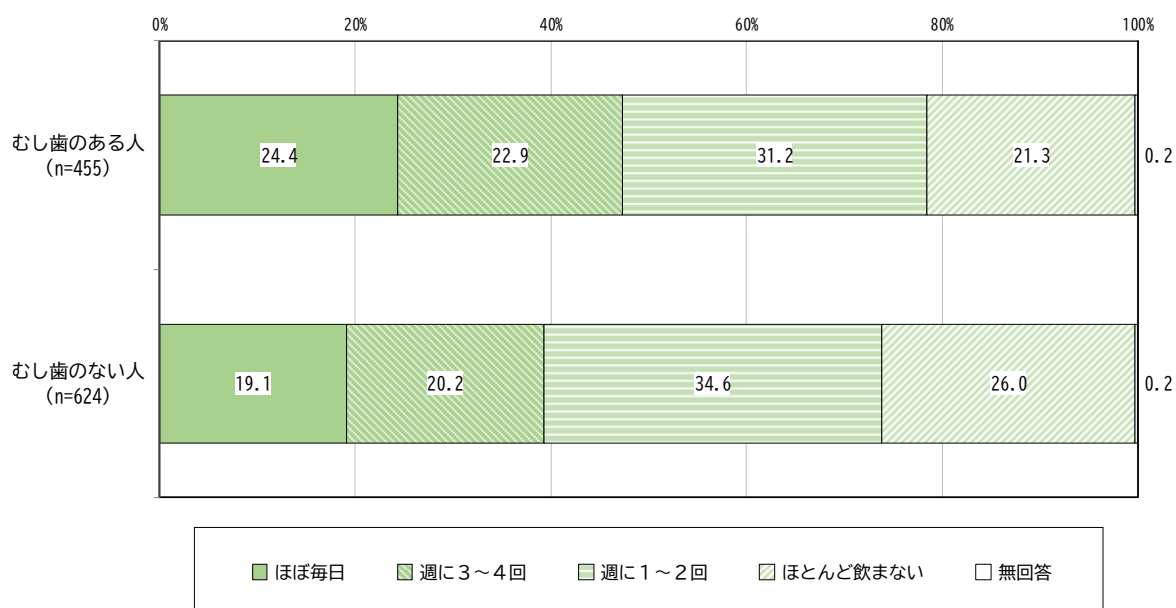
問9 あなたは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1週間のうちのどのくらい飲みますか。(✓は1つ)

- ・甘い飲み物を飲む頻度は、「週に1～2回」が33.2%で最も高く、次いで「ほとんど飲まない」が23.9%、「ほぼ毎日」が21.4%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほぼ毎日」の割合が高く、むし歯のない人は「ほとんど飲まない」の割合が高くなっています。

図表9 甘い飲み物を飲む頻度



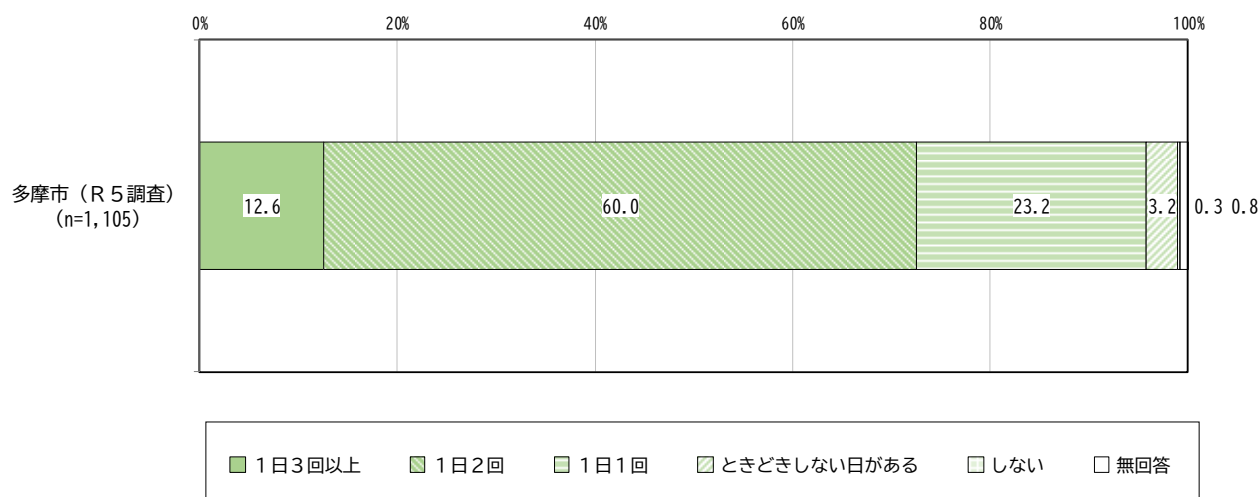
図表9—① 甘い飲み物を飲む頻度 (むし歯の有無別)



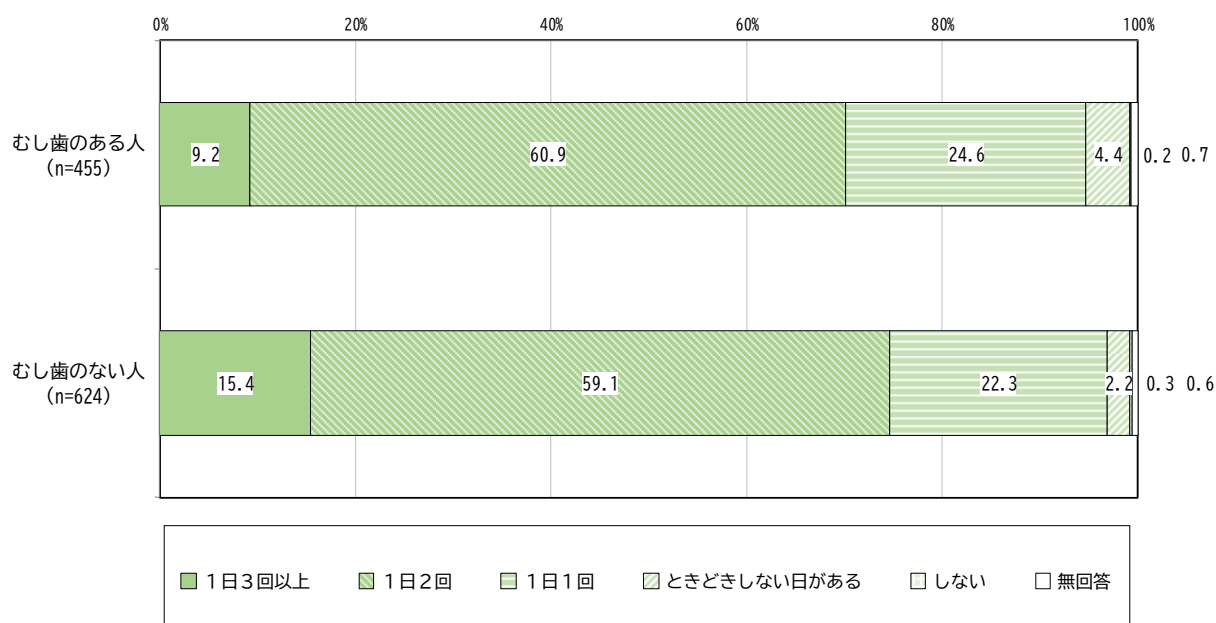
問 10 あなたは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(✓は1つ)

- ・1日当たりの歯をみがく頻度は、「1日2回」が60.0%で最も高く、次いで「1日1回」が23.2%、「1日3回以上」が12.6%となっています。
- ・むし歯の有無別では、1日3回以上歯をみがく割合はむし歯のない人の方が高くなっています。

図表 10 1日当たりの歯をみがく頻度



図表 10-① 1日当たりの歯をみがく頻度(むし歯の有無別)

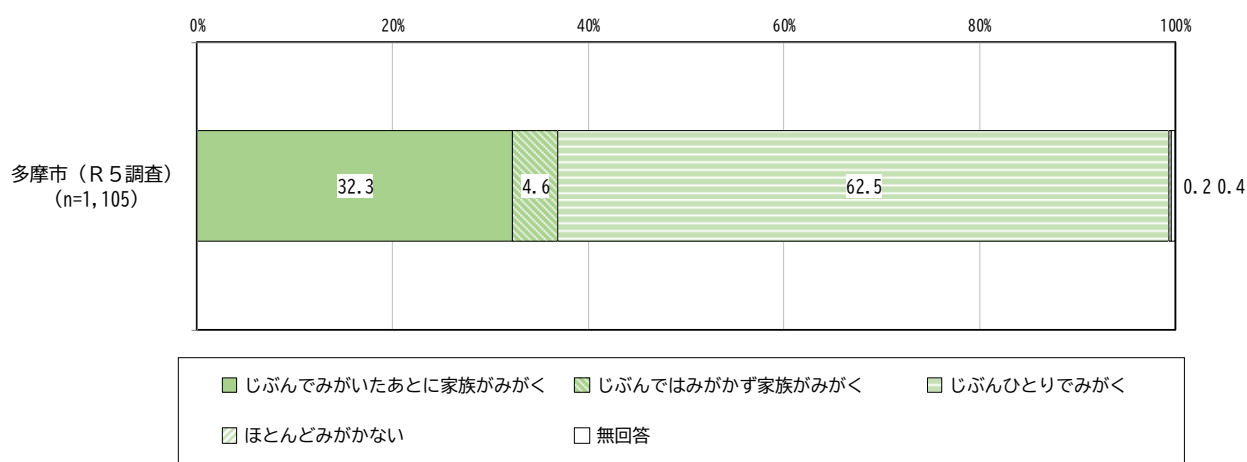


問 11 あなたは、歯みがきをどのようにしていますか。(✓は1つ)

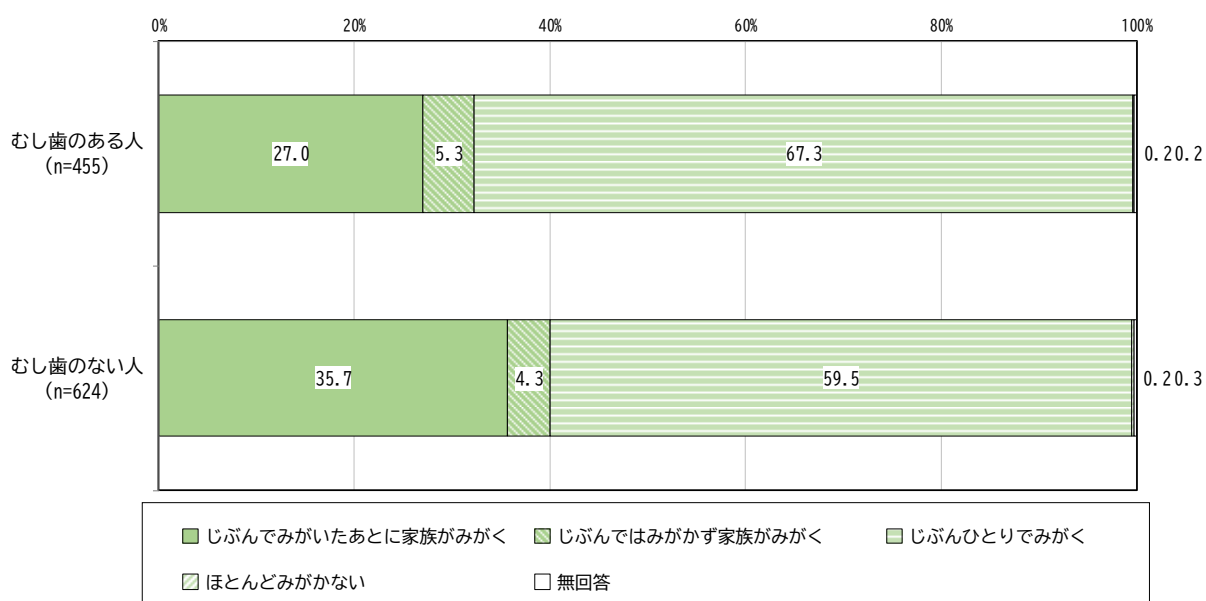
・自身で歯をみがいているかは、「じぶんひとりでみがく」が62.5%で最も高く、次いで「じぶんでみがいたあとに家族がみがく」が32.3%、「じぶんではみがかず家族がみがく」が4.6%となっています。

・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「じぶんひとりでみがく」の割合が高く、むし歯のない人は「じぶんでみがいたあとに家族がみがく」の割合が高くなっています。

図表 11 自身で歯をみがいているか



図表 11—① 自身で歯をみがいているか（むし歯の有無別）



- ・甘いお菓子の食べる頻度別では、すべての頻度で「じぶんひとりでみがく」の割合が高くなっています。
- ・甘い飲み物を飲む頻度別では、すべての頻度で「じぶんひとりでみがく」の割合が高くなっています。

図表 11—② 自身で歯をみがいているか（甘いお菓子の食べる頻度別）

	全体	あじとぶんに家でみがいたく	家族がみがかず	みがくんひとりで	みがかない	無回答
ほぼ毎日	398	136	20	240	1	1
	100.0	34.2	5.0	60.3	0.3	0.3
週に3～4回	372	114	15	239	1	3
	100.0	30.6	4.0	64.2	0.3	0.8
週に1～2回	244	79	8	157	0	0
	100.0	32.4	3.3	64.3	0.0	0.0
ほとんど食べない	88	28	8	52	0	0
	100.0	31.8	9.1	59.1	0.0	0.0
無回答	3	0	0	3	0	0
	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0

上段：回答数
下段：%

図表 11—③ 自身で歯をみがいているか（甘い飲み物を飲む頻度別）

	全体	あじとぶんに家でみがいたく	家族がみがかず	みがくんひとりで	みがかない	無回答
ほぼ毎日	236	69	10	154	1	2
	100.0	29.2	4.2	65.3	0.4	0.8
週に3～4回	235	72	20	140	1	2
	100.0	30.6	8.5	59.6	0.4	0.9
週に1～2回	367	110	13	244	0	0
	100.0	30.0	3.5	66.5	0.0	0.0
ほとんど飲まない	264	104	8	152	0	0
	100.0	39.4	3.0	57.6	0.0	0.0
無回答	3	2	0	1	0	0
	100.0	66.7	0.0	33.3	0.0	0.0

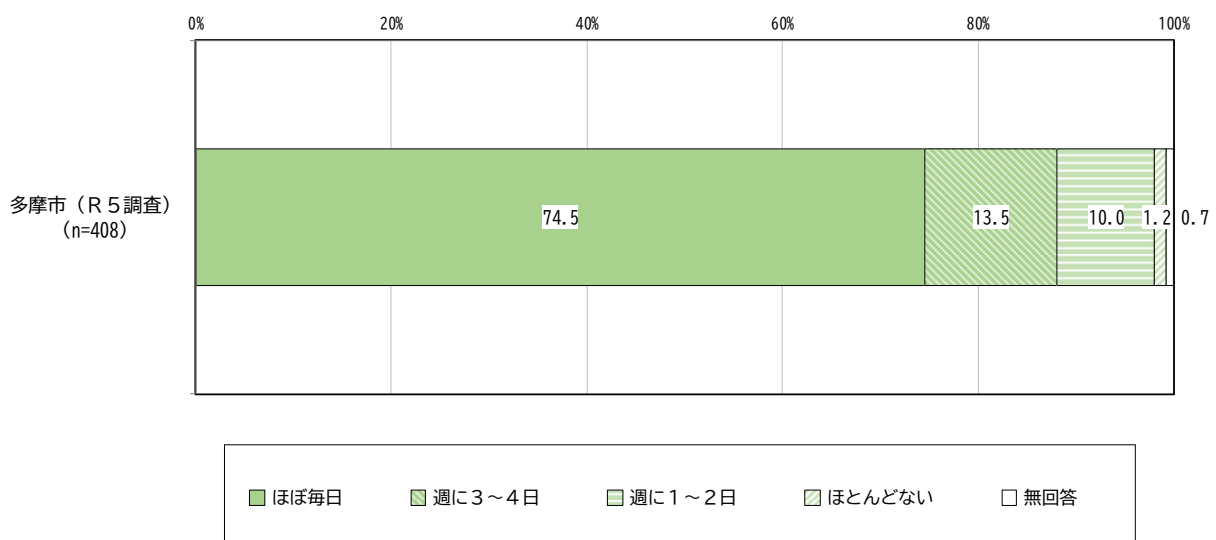
上段：回答数
下段：%

【問 11 で「じぶんでみがいたあとに家族がみがく」、「じぶんではみがかず家族がみがく」をお選びの方におたずねします。】

問 12 家族がみがくことは、1 週間のうちどのくらいありますか。(✓は1つ)

・家族が歯をみがく頻度は、「ほぼ毎日」が 74.5%で最も高く、次いで「週に 3～4 日」が 13.5%、「週に 1～2 日」が 10.0%となっています。

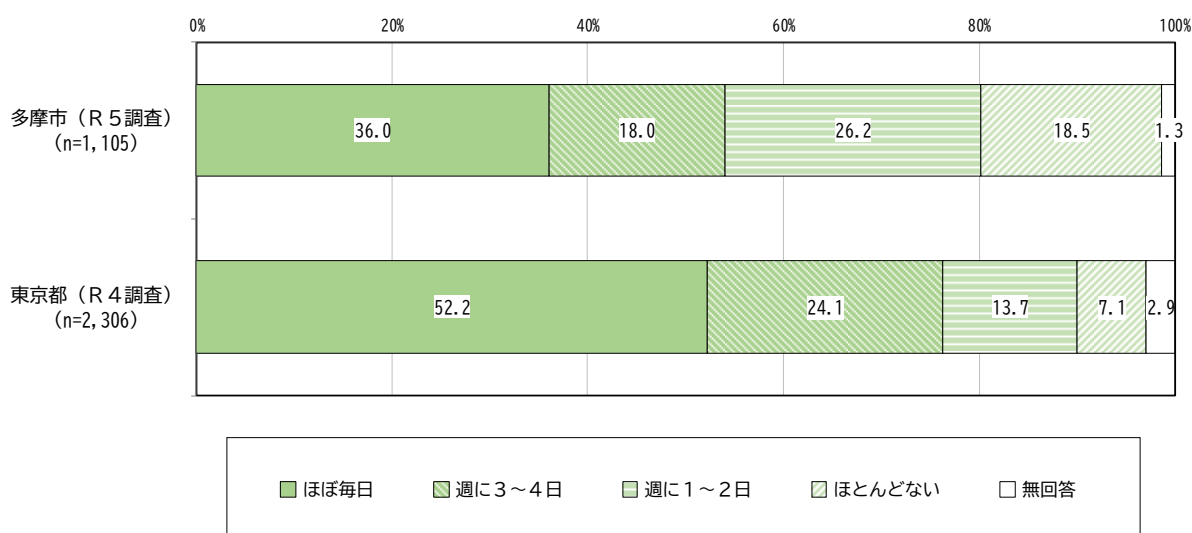
図表 12 家族が歯をみがく頻度



問 13 歯をみがくときに1本ずついねいに時間をかけている日は、1週間のうちの
 くらいありますか。(✓は1つ)

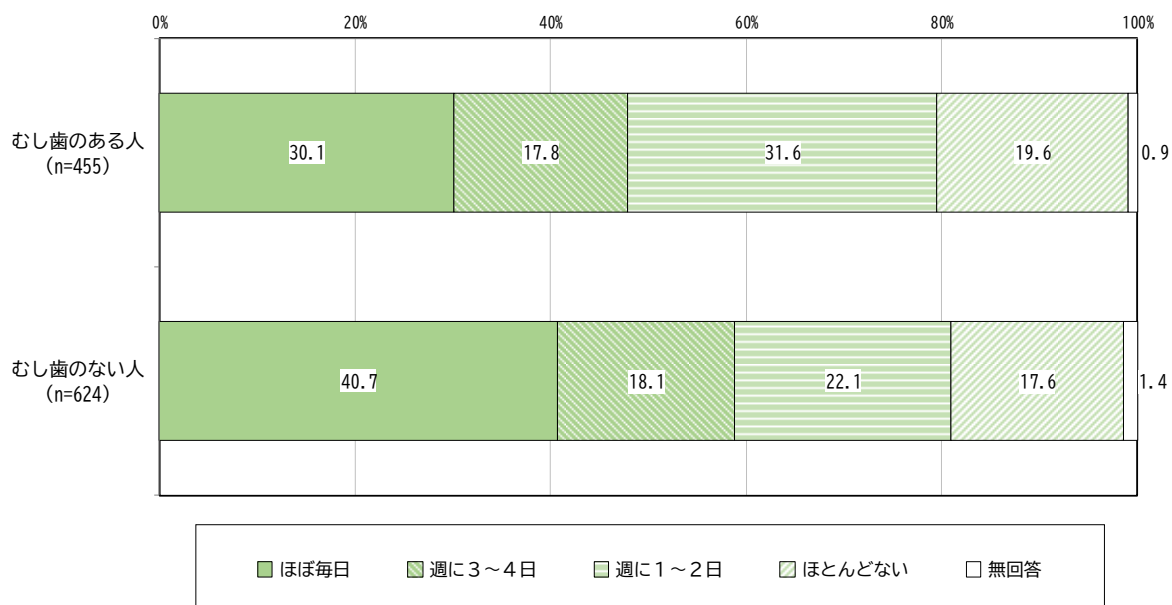
- ・1週間のうちに1本ずついねいにみがく頻度は、「ほぼ毎日」が36.0%で最も高く、次いで「週に1～2日」が26.2%、「ほとんどない」が18.5%となっています。
- ・東京都と比較をすると、多摩市は「週に1～2日」の割合が高く、東京都は「ほぼ毎日」の割合が高くなっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「週に1～2日」の割合が高く、むし歯のない人は「ほぼ毎日」の割合が高くなっています。

図表 13 1週間のうちに1本ずついねいにみがく頻度



※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表 13—① 1週間のうちに1本ずついねいにみがく頻度 (むし歯の有無別)



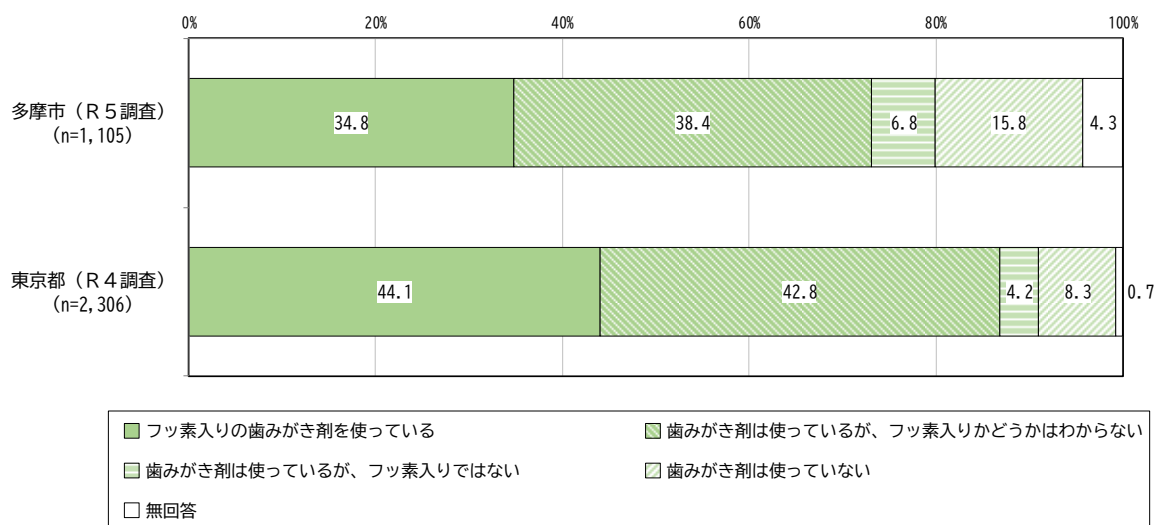
問 14 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」が38.4%で最も高く、次いで「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」が34.8%、「歯みがき剤は使っていない」が15.8%となっています。

・東京都と比較をすると、多摩市は「歯みがき剤は使っていない」の割合が高く、東京都は「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」の割合が高くなっています。

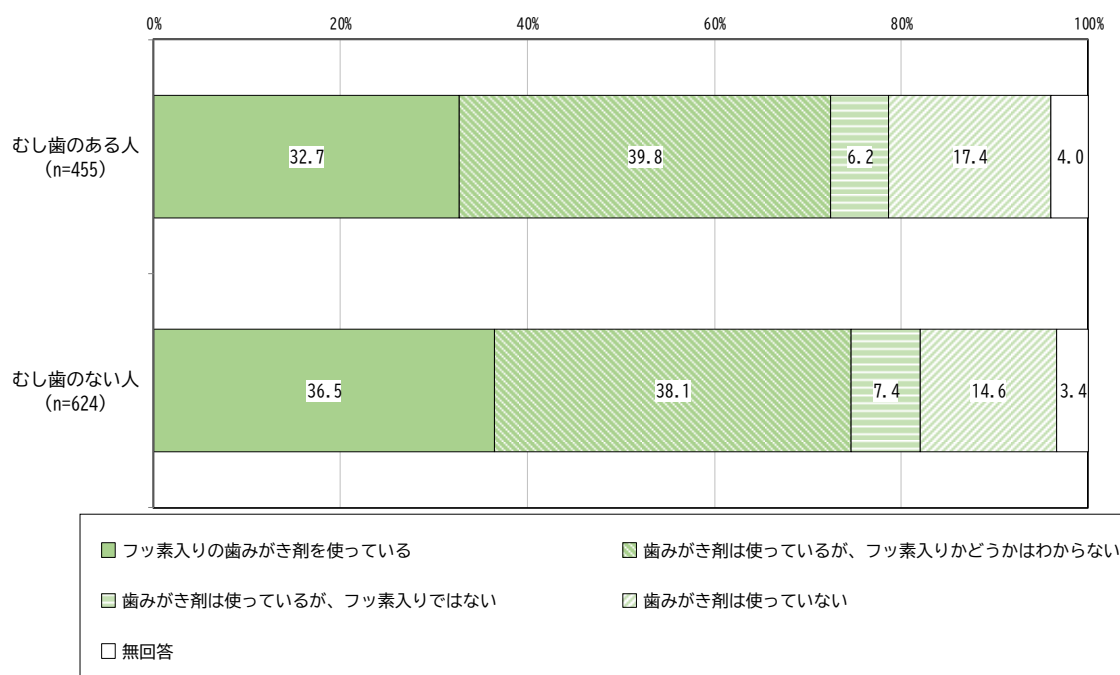
・むし歯の有無別では、フッ素入りの歯みがき剤を使っている割合はむし歯のない人の方が高くなっています。

図表 14 フッ素入りの歯みがき剤の使用状況



※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和 4 年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表 14—① フッ素入りの歯みがき剤の使用状況(むし歯の有無別)

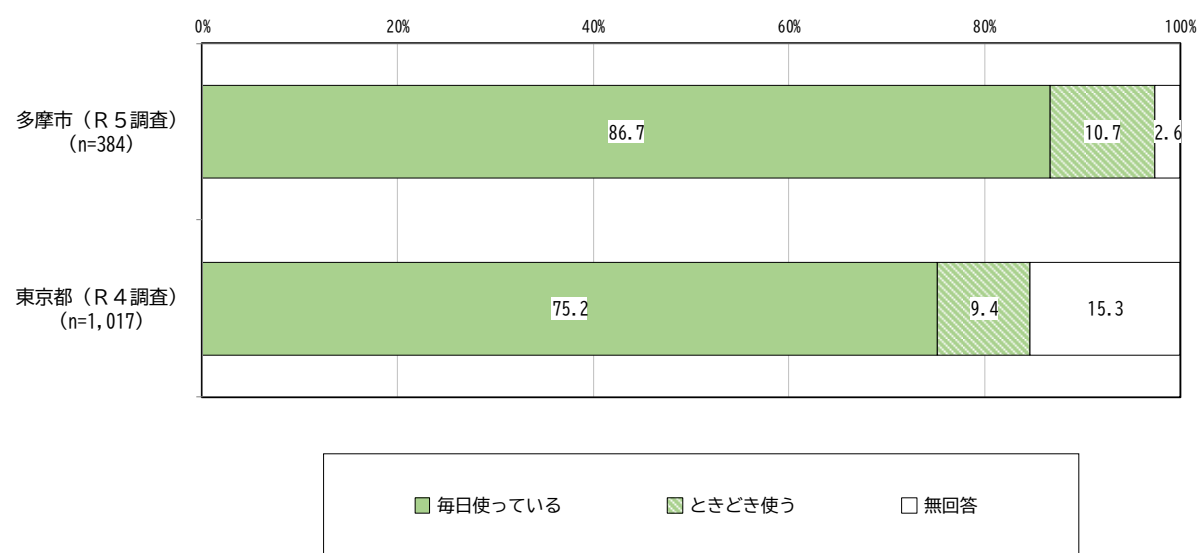


【問 14 で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問 15 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(✓は1つ)

- ・フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度は、「毎日使っている」が 86.7%に対し、「ときどき使う」は 10.7%となっています。
- ・東京都と比較をすると、フッ素入りの歯みがき剤を毎日使っている割合は多摩市の方が高くなっています。

図表 15 フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度

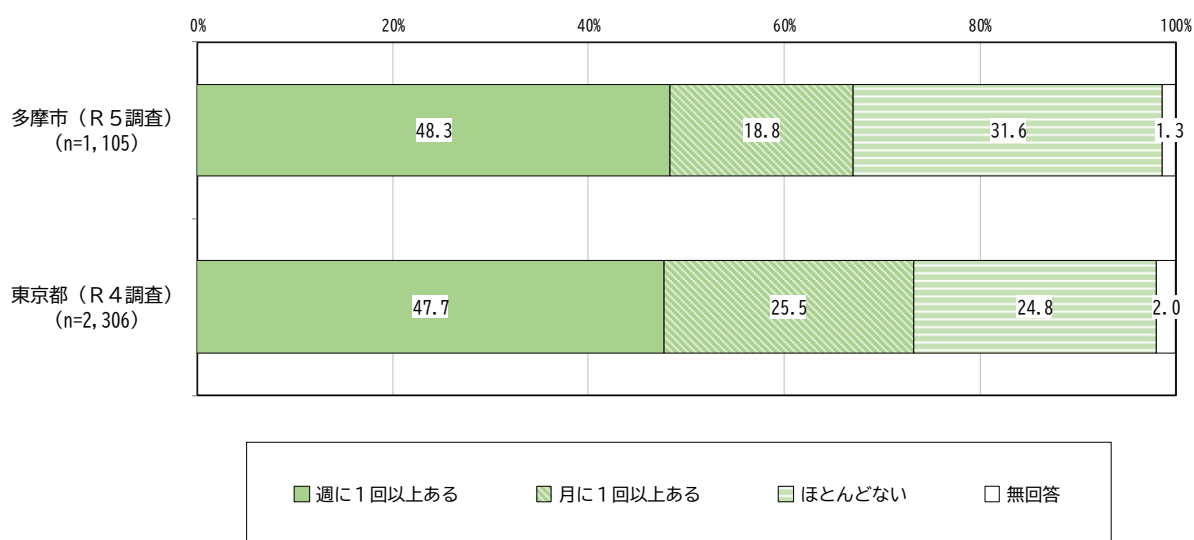


※東京都（R 4 調査）の結果については、「令和 4 年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

問 16 鏡などを使って、じぶんで歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。
(✓は1つ)

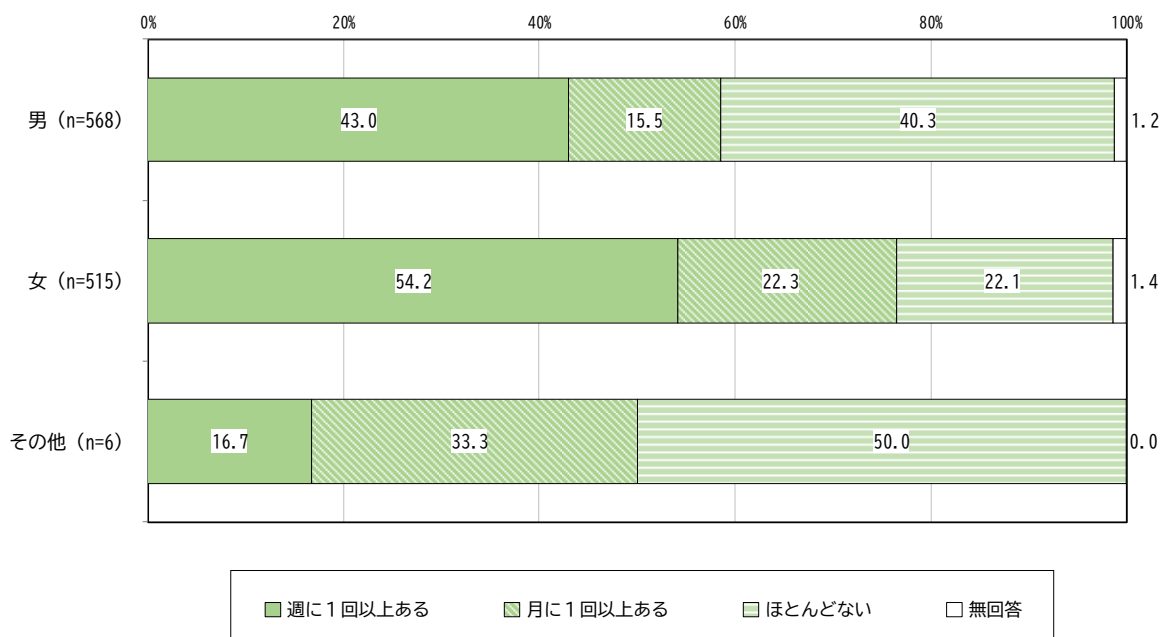
- ・歯や歯ぐきの様子を観察することがあるかは、「週に1回以上ある」が48.3%で最も高く、次いで「ほとんどない」が31.6%、「月に1回以上ある」が18.8%となっています。
- ・東京都と比較をすると、多摩市は「ほとんどない」の割合が高く、東京都は「月に1回以上ある」の割合が高くなっています。
- ・性別では、男性は「ほとんどない」の割合が高く、女性は「週に1回以上ある」の割合が高くなっています。

図表 16 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか



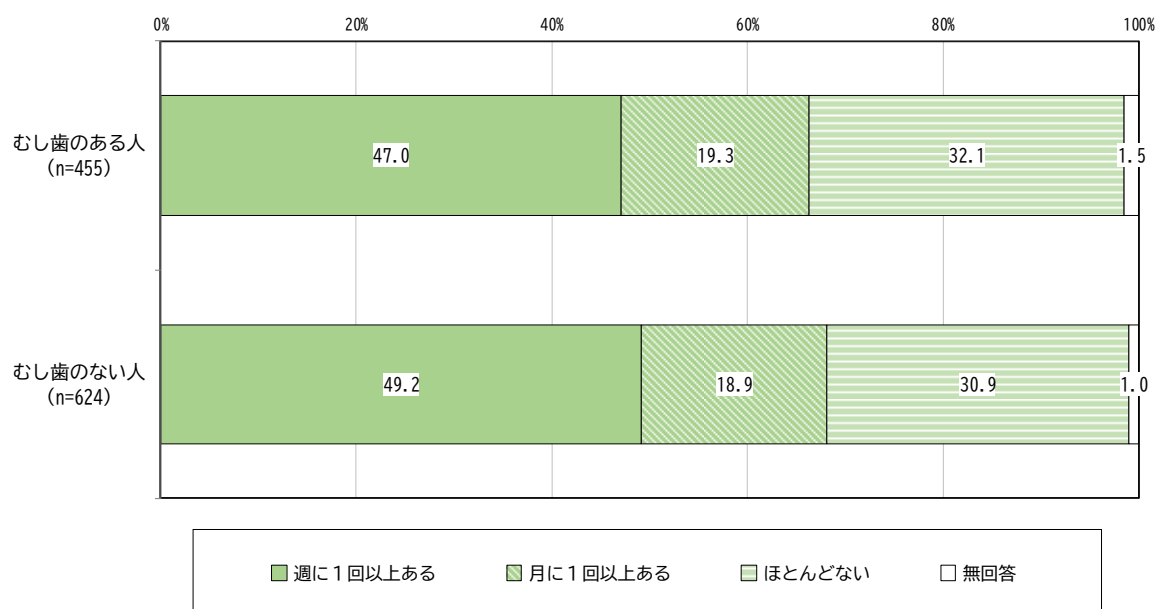
※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表 16—① 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか (性別ごと)



- ・むし歯の有無別では、顕著な差は見られません。

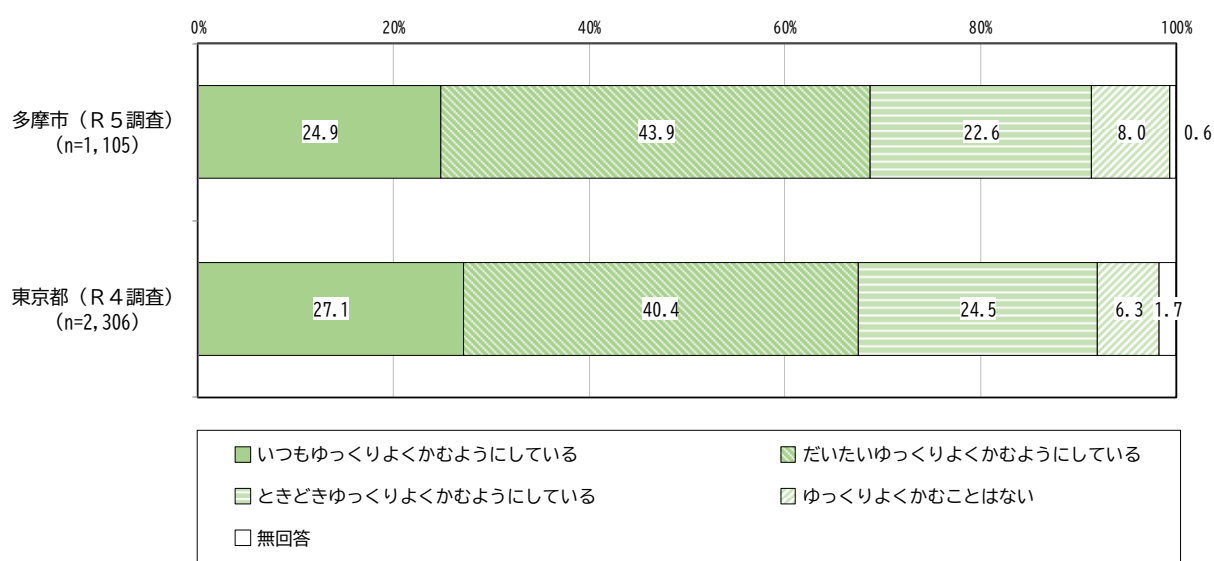
図表 16—② 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか（むし歯の有無別）



問 17 あなたは、食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(✓は1つ)

- ・よく噛むようにしているかは、「だいたいゆっくりよくかむようにしている」が43.9%で最も高く、次いで「いつもゆっくりよくかむようにしている」が24.9%、「ときどきゆっくりよくかむようにしている」が22.6%となっています。
- ・東京都との比較では、顕著な差は見られません。

図表 17 ゆっくりよく噛むようにしているか

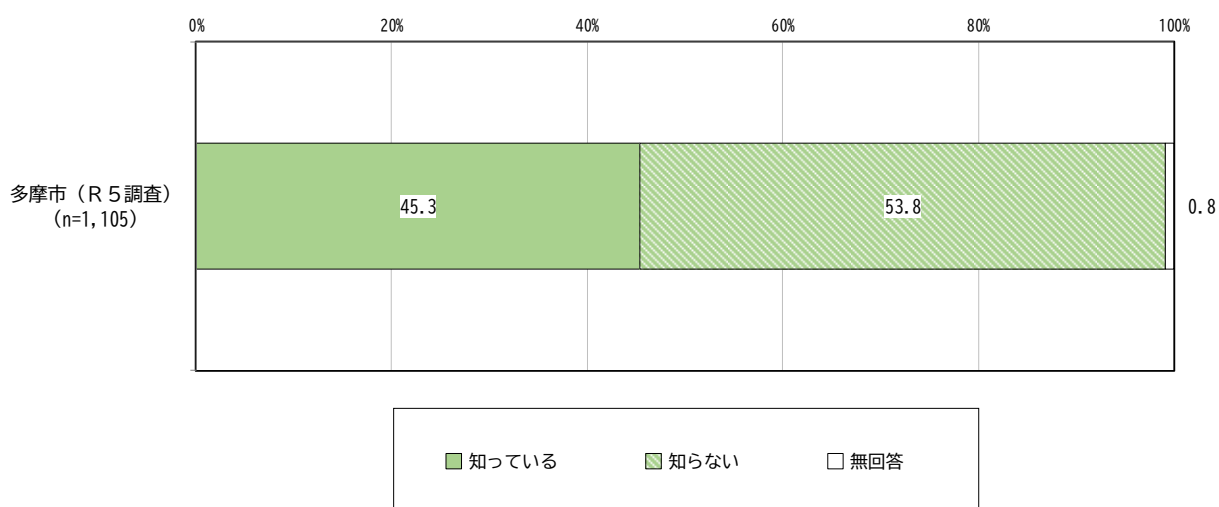


※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

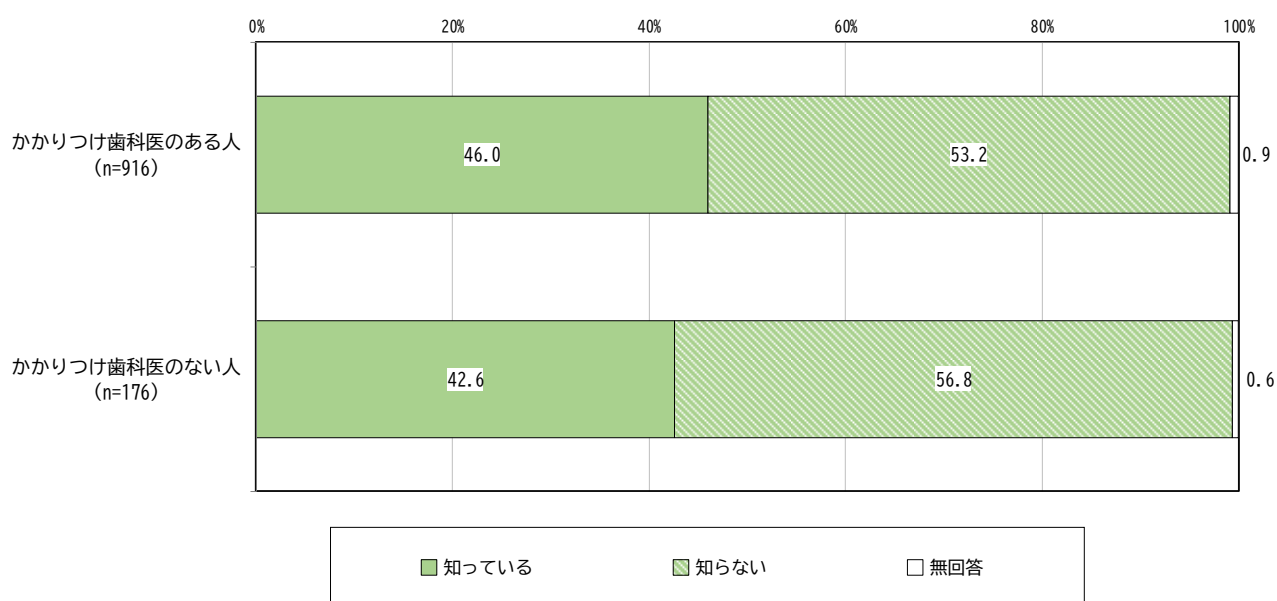
問 18 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（嚙ミング30）を知っていますか。
 (✓は1つ)

- ・嚙ミング30の認知状況は、「知っている」が45.3%に対し、「知らない」は53.8%となっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、嚙ミング30を知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 18 嚙ミング30の認知状況



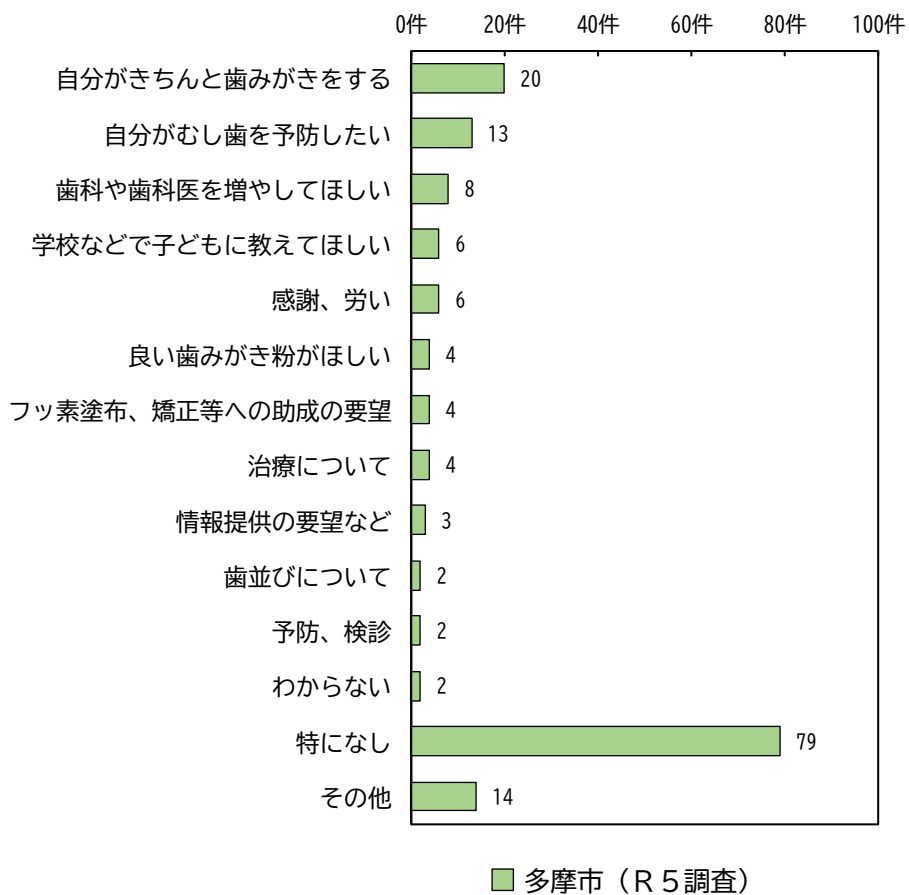
図表 18-① 嚙ミング30の認知状況 (かかりつけ歯科医の有無別)



問 19 多摩市の歯や口の健康づくりのとりくみについて感じていることや、これから期待することがあれば教えてください。

・自由記載の内容は、「自分がきちんと歯みがきをする」が20件で最も多く、次いで「自分がむし歯を予防したい」が13件、「歯科や歯科医を増やしてほしい」が8件となっています。

図表 19 多摩市の取組について感じていること（主な自由記載項目）

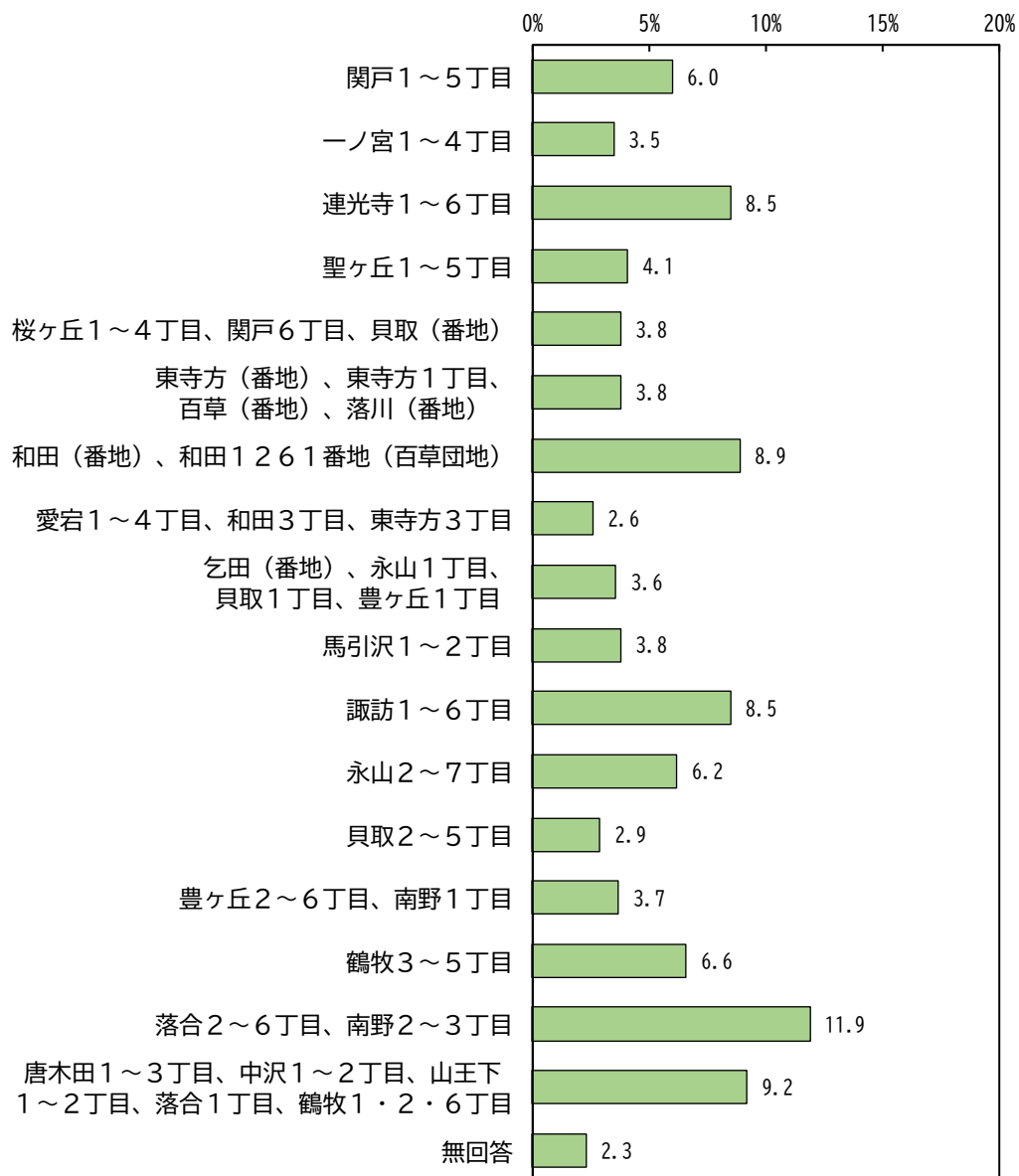


3. 中学校 1 年生

問2 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(✓は1つ)

・住んでいる地域は、「落合2～6丁目、南野2～3丁目」が11.9%で最も高く、次いで「唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目」が9.2%、「和田（番地）、和田1261番地（百草団地）」が8.9%となっています。

図表2 住んでいる地域

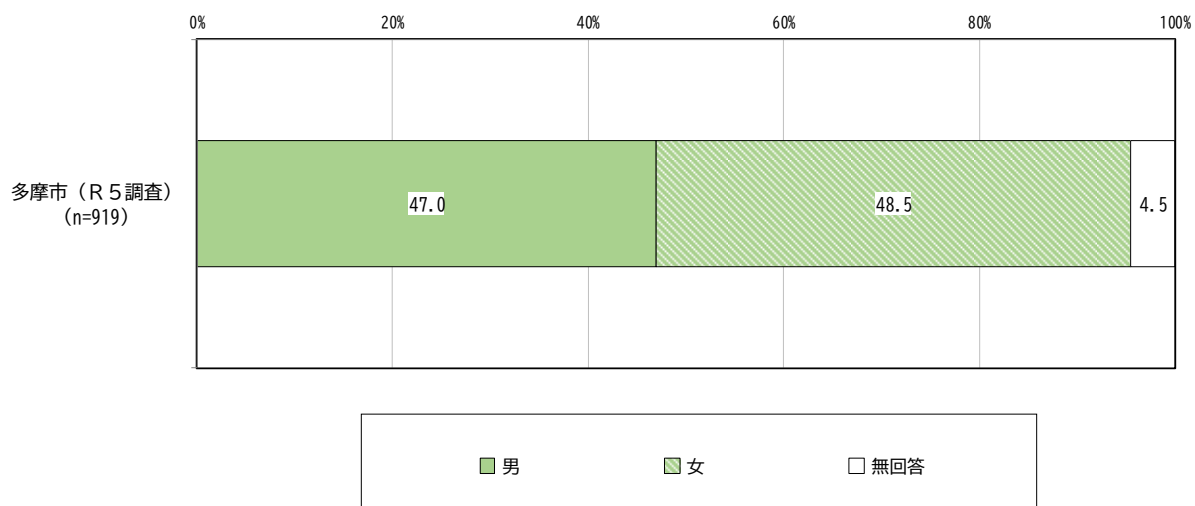


■ 多摩市（R5調査）（n=919）

問3 あなたの性別を教えてください。(✓は1つ)

- ・回答者の性別は、「男」が47.0%に対し、「女」は48.5%となっています。

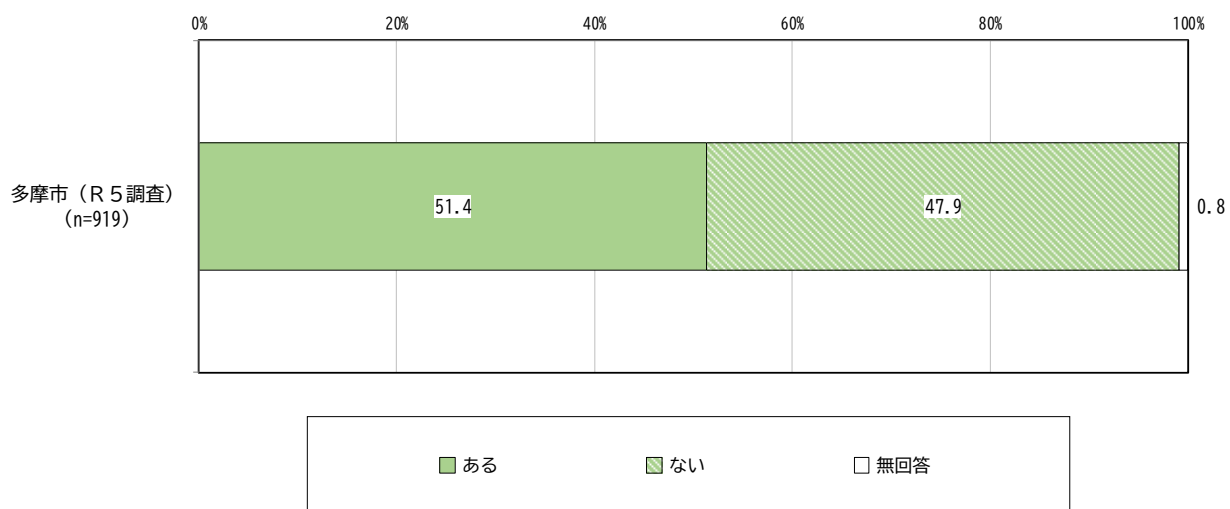
図表3 回答者の性別



問4 あなたは、現在むし歯がありますか。または、今までむし歯の治療をしたことがありますか。(✓は1つ)

・むし歯の有無は、「ある」が51.4%に対し、「ない」は47.9%となっています。

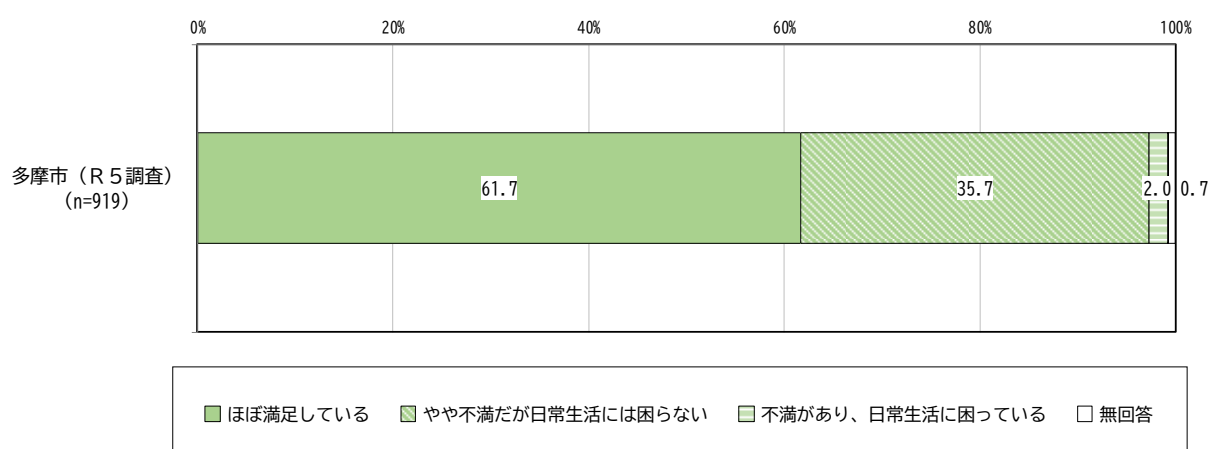
図表4 むし歯の有無



問5 あなたは、自分の歯・口の状態について、どのように感じていますか。
(✓は1つ)

・自身の歯や口の状態については、「ほぼ満足している」が61.7%で最も高く、次いで「やや不満だが日常生活には困らない」が35.7%、「不満があり、日常生活に困っている」が2.0%となっています。

図表5 自身の歯や口の状態について

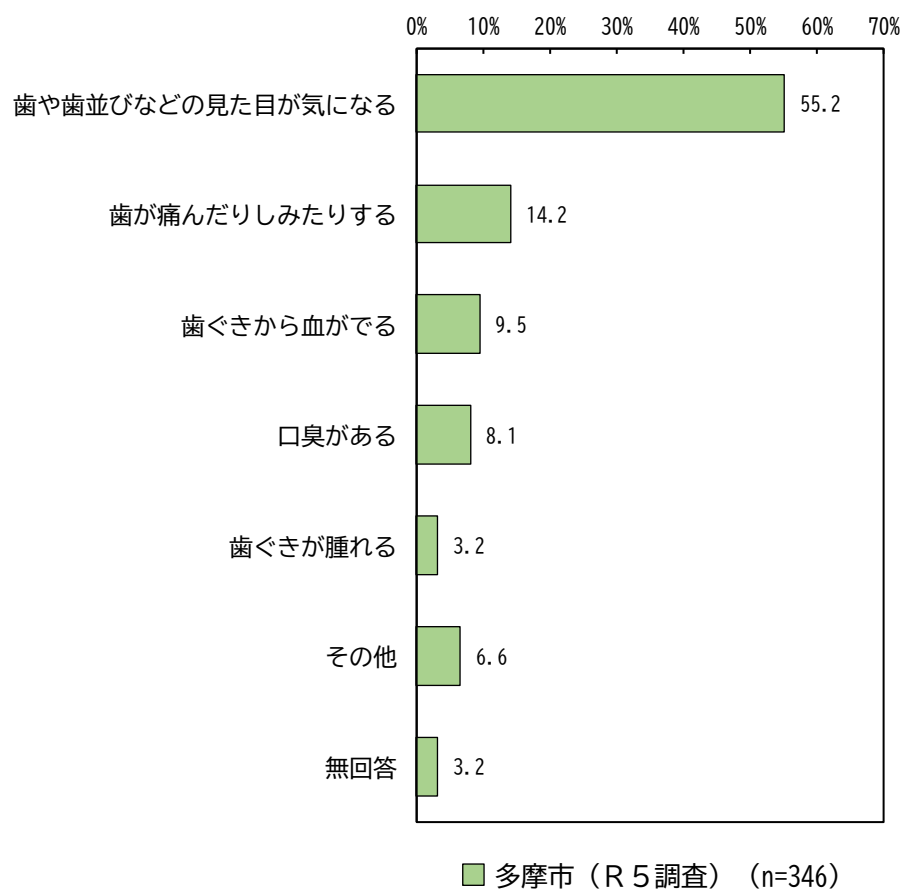


【問5で「やや不満だが日常生活には困らない」、「不満があり、日常生活に困っている」をお選びの方におたずねします。】

問6 どのようなことに不満を感じていますか。(✓は1つ)

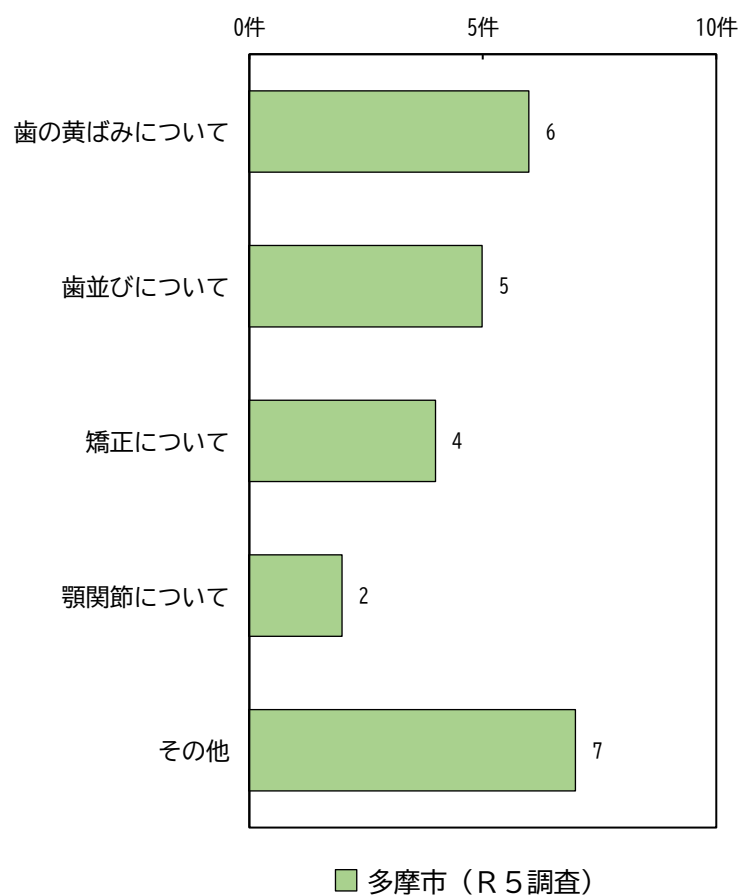
・主な不満は、「歯や歯並びなどの見た目が気になる」が55.2%で最も高く、次いで「歯が痛んだりしめたりする」が14.2%、「歯ぐきから血がでる」が9.5%となっています。

図表6 主な不満



- ・自由記載の内容は、「歯の黄ばみについて」が6件で最も多く、次いで「歯並びについて」が5件、「矯正について」が4件となっています。

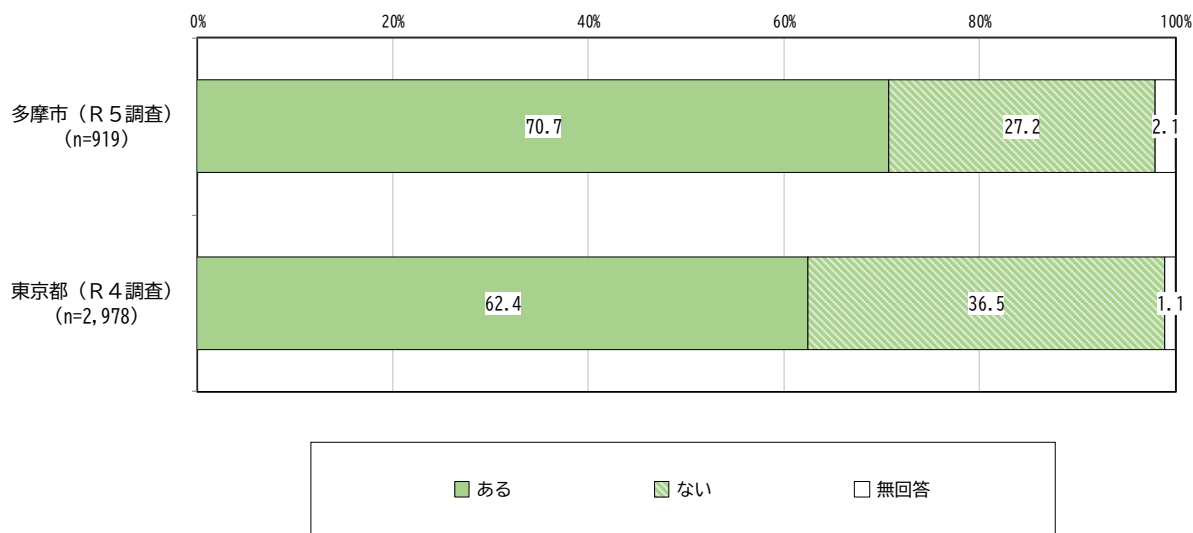
図表6—① 主な不満（その他 主な自由記載項目）



問7 あなたは、かかりつけの歯科医院がありますか。(✓は1つ)

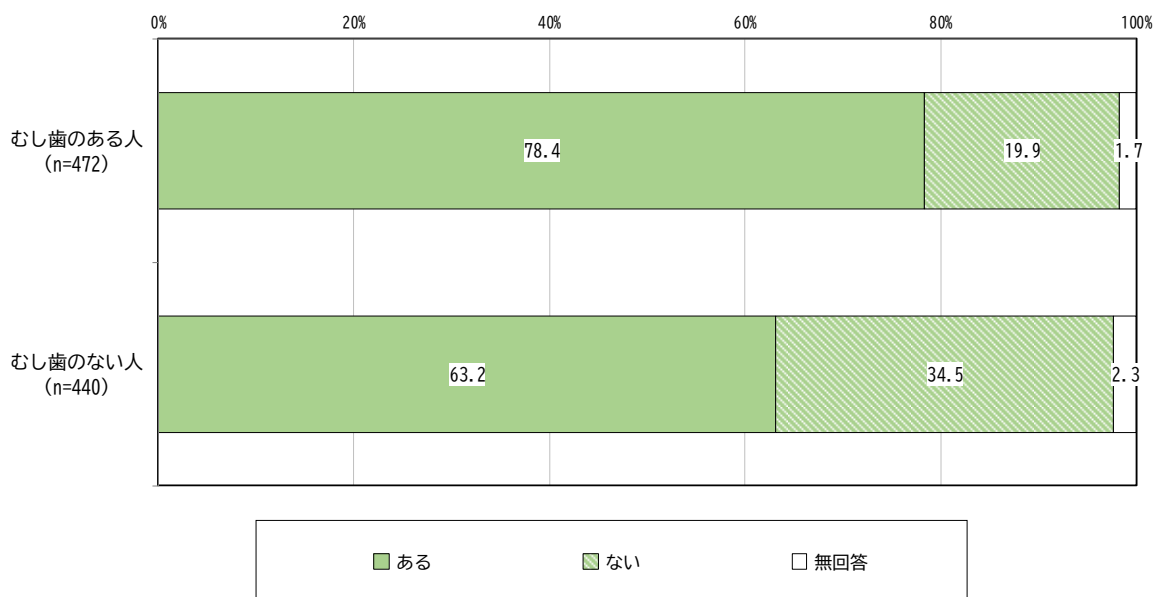
- ・かかりつけ歯科医があるかは、「ある」が70.7%に対し、「ない」は27.2%となっています。
- ・東京都と比較をすると、かかりつけ歯科医がある割合は多摩市の方が高くなっています。
- ・むし歯の有無別では、かかりつけ歯科医がある割合はむし歯のある人の方が高くなっています。

図表7 かかりつけ歯科医を決めているか



※東京都(R4調査)の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表7—① かかりつけ歯科医を決めているか(むし歯の有無別)

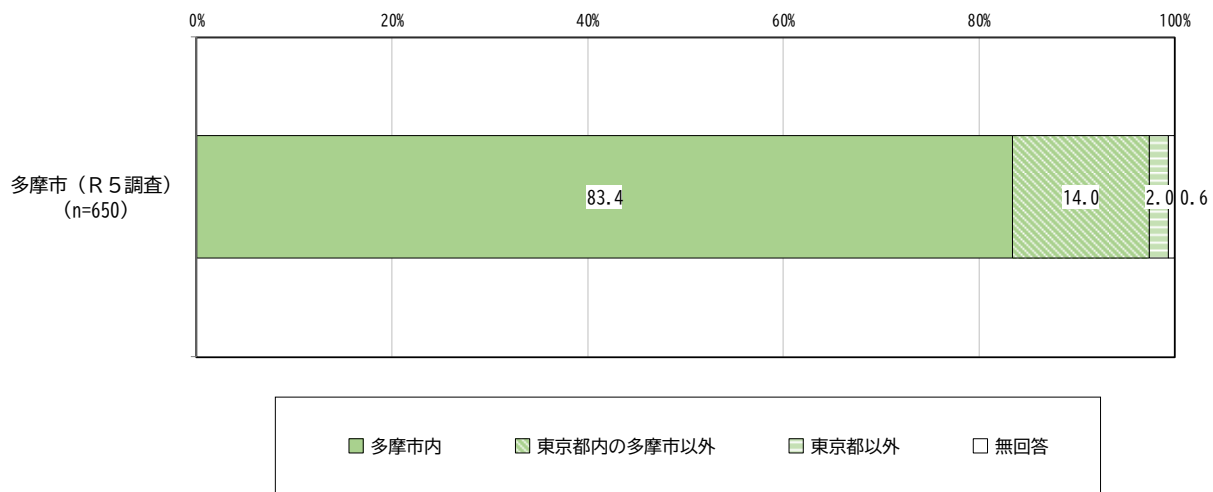


【問7で「ある」をお選びの方におたずねします。】

問8－1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

・歯科医院の場所は、「多摩市内」が83.4%で最も高く、次いで「東京都内の多摩市以外」が14.0%、「東京都以外」が2.0%となっています。

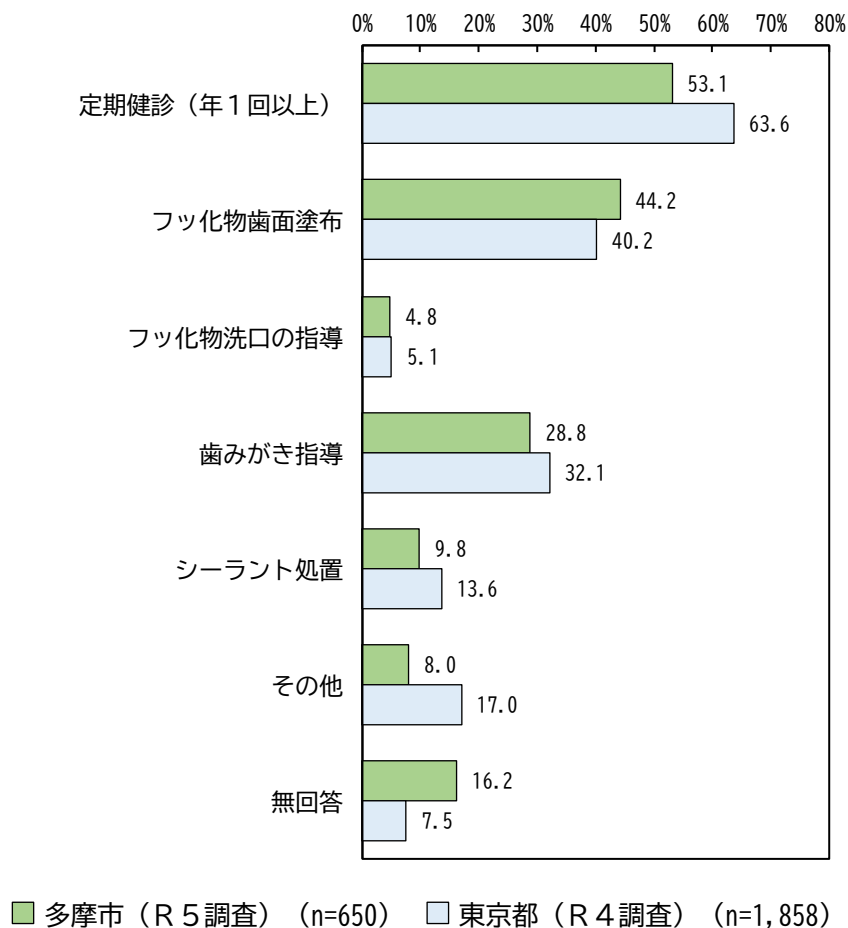
図表8－1 歯科医院の場所



問８－２ その歯科医院でむし歯などの治療を受けるほかに、次のような予防処置や指導を受けていますか。（あてはまるものすべてに✓）

- ・予防処置の内容は、「定期健診（年１回以上）」が53.1%で最も高く、次いで「フッ化物歯面塗布」が44.2%、「歯みがき指導」が28.8%となっています。
- ・東京都と比較をすると、多摩市は「フッ化物歯面塗布」の割合が高く、東京都は「定期健診（年１回以上）」や「歯みがき指導」の割合が高くなっています。

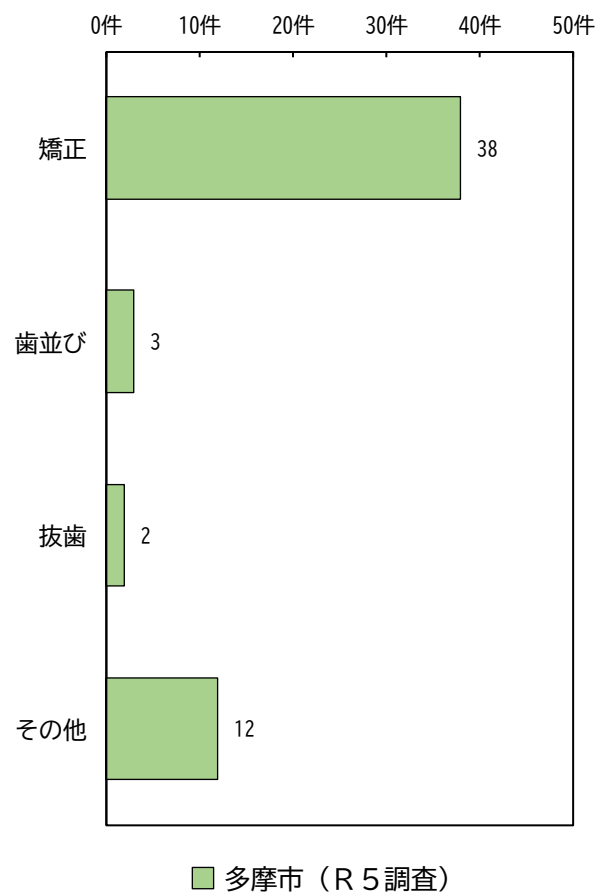
図表８－２ 予防処置の内容



※東京都（Ｒ４調査）の結果については、「令和４年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

・自由記載の内容は、「矯正」が38件で最も多く、次いで「歯並び」が3件、「抜歯」が2件となっています。

図表8－2－① 予防処置の内容（その他 主な自由記載項目）

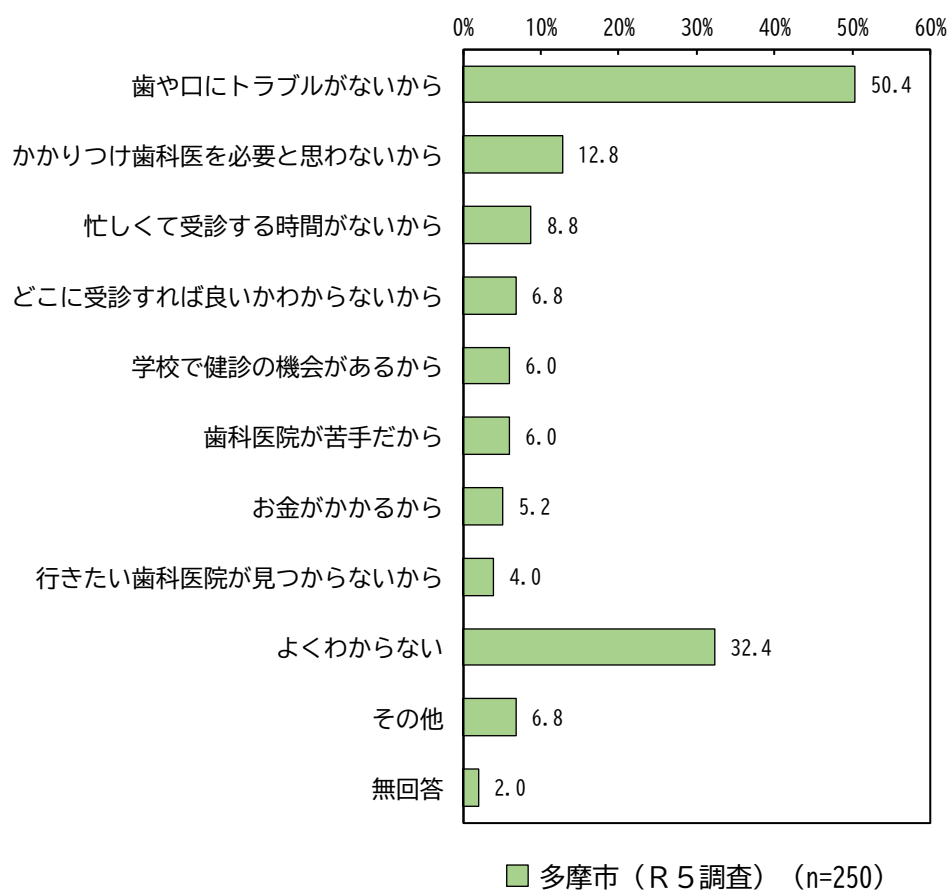


【問7で「ない」をお選びの方におたずねします。】

問9 かかりつけの歯科医院がないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに✓)

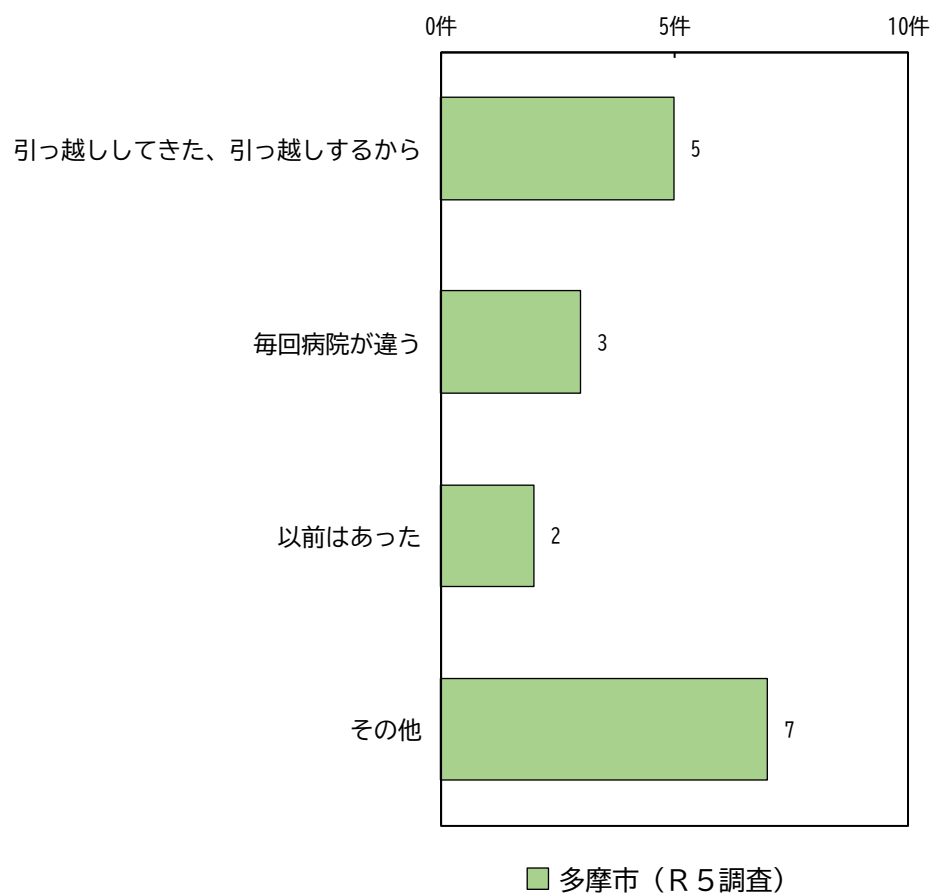
・かかりつけ歯科医を決めていない理由は、「歯や口にトラブルがないから」が50.4%で最も高く、次いで「かかりつけ歯科医を必要と思わないから」が12.8%、「忙しくて受診する時間がないから」が8.8%となっています。

図表9 かかりつけ歯科医を決めていない理由



・自由記載の内容は、「引っ越ししてきた、引っ越しするから」が5件で最も多く、次いで「毎回病院が違う」が3件、「以前はあった」が2件となっています。

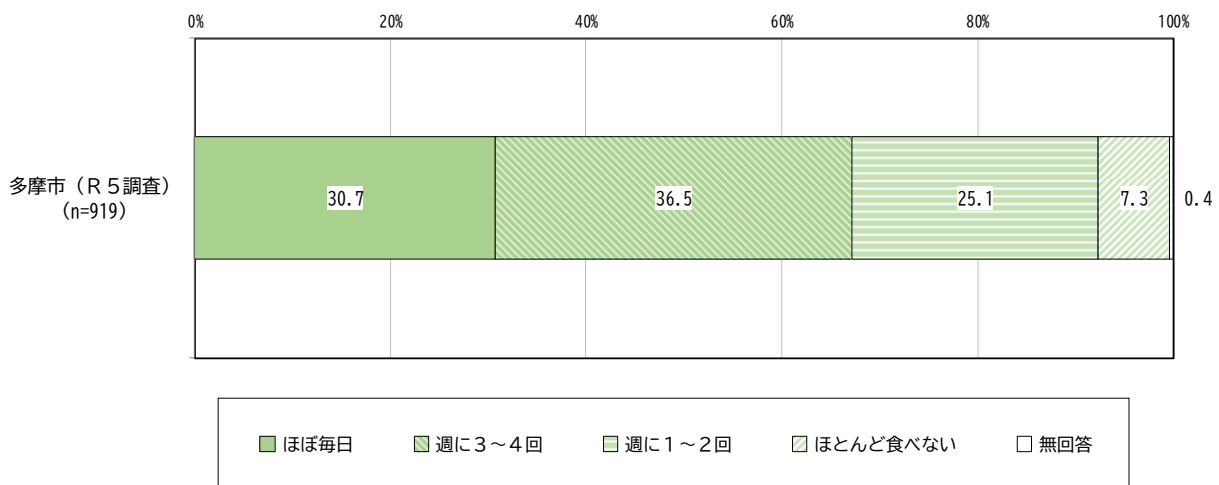
図表9—① かかりつけ歯科医を決めていない理由
(その他 主な自由記載項目)



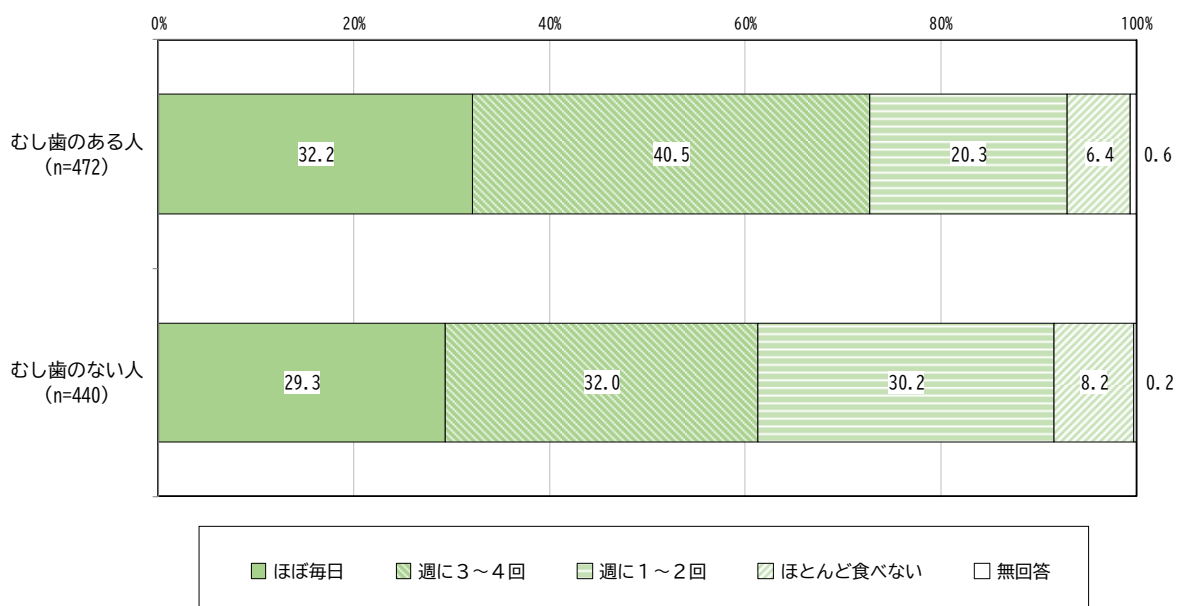
問 10 あなたは、あめ・チョコレート・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1 週間のうちにどのくらい食べますか。(✓は1つ)

- ・甘いお菓子を食べる頻度は、「週に 3～4 回」が 36.5%で最も高く、次いで「ほぼ毎日」が 30.7%、「週に 1～2 回」が 25.1%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「週に 3～4 回」の割合が高く、むし歯のない人は「週に 1～2 回」の割合が高くなっています。

図表 10 甘いお菓子を食べる頻度



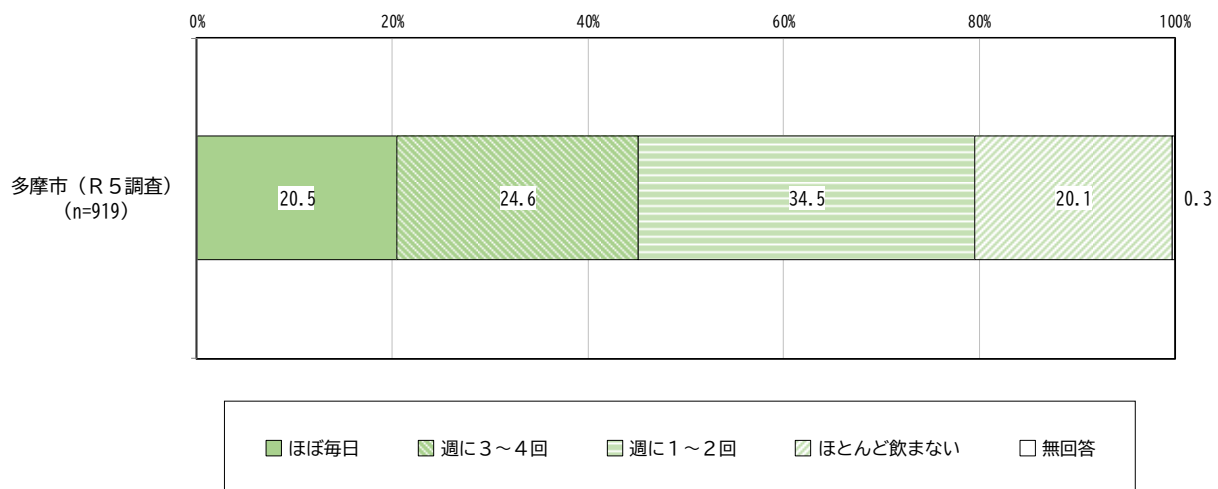
図表 10—① 甘いお菓子を食べる頻度（むし歯の有無別）



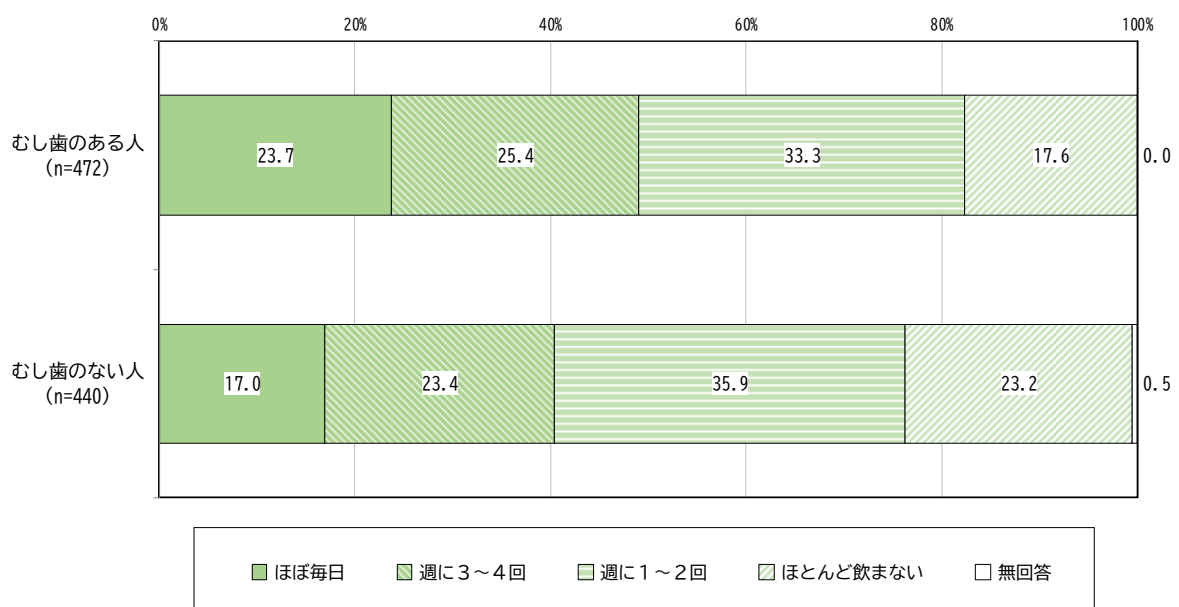
問 11 あなたは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1 週間
のうちのどのくらい飲みますか。(✓は1つ)

- ・甘い飲み物を飲む頻度は、「週に 1 ～ 2 回」が 34.5%で最も高く、次いで「週に 3 ～ 4 回」が 24.6%、「ほぼ毎日」が 20.5%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほぼ毎日」の割合が高く、むし歯のない人は「ほとんど飲まない」の割合が高くなっています。

図表 11 甘い飲み物を飲む頻度



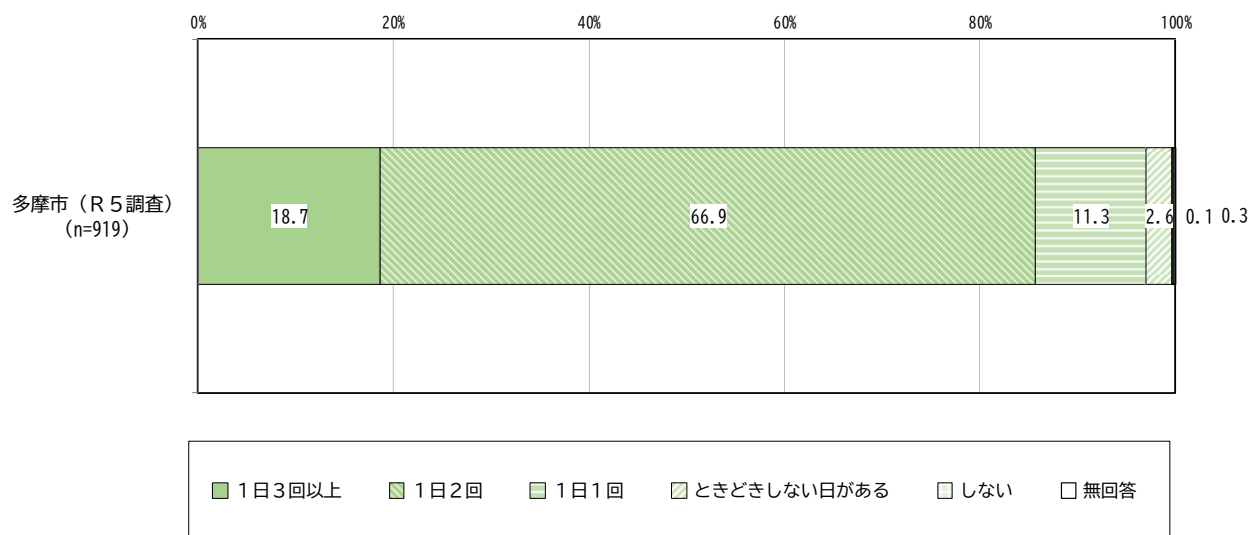
図表 11—① 甘い飲み物を飲む頻度（むし歯の有無別）



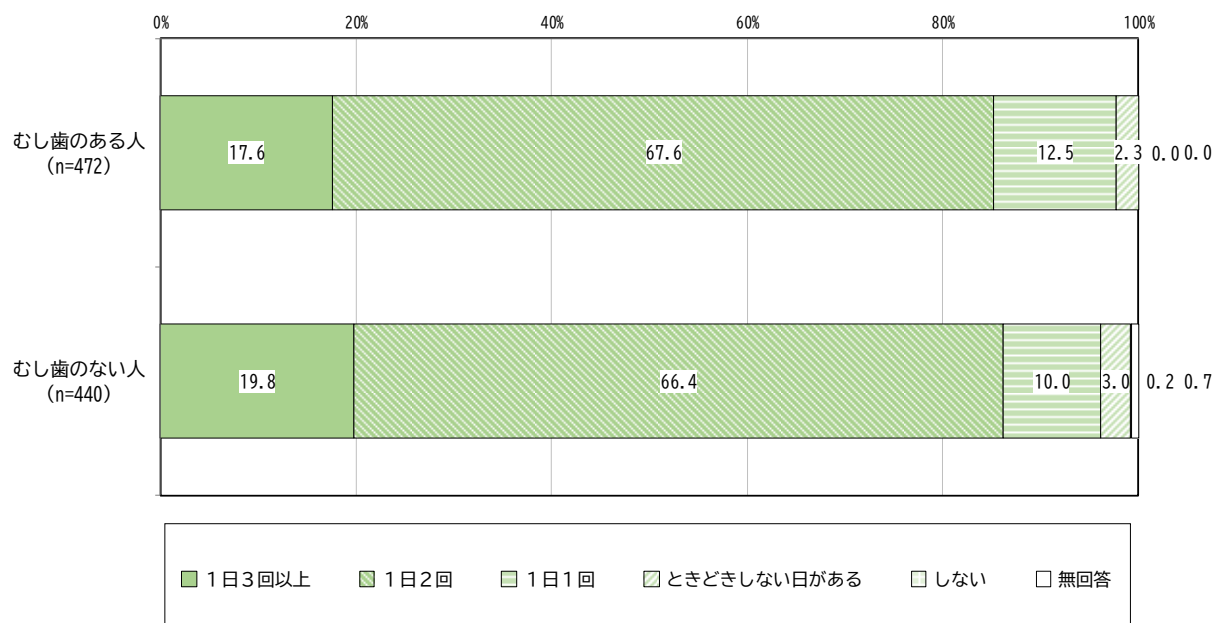
問 12 あなたは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(✓は1つ)

- ・ 1日当たりの歯をみがく頻度は、「1日2回」が66.9%で最も高く、次いで「1日3回以上」が18.7%、「1日1回」が11.3%となっています。
- ・ むし歯の有無別では、顕著な差は見られません。

図表 12 1日当たりの歯をみがく頻度



図表 12-① 1日当たりの歯をみがく頻度 (むし歯の有無別)

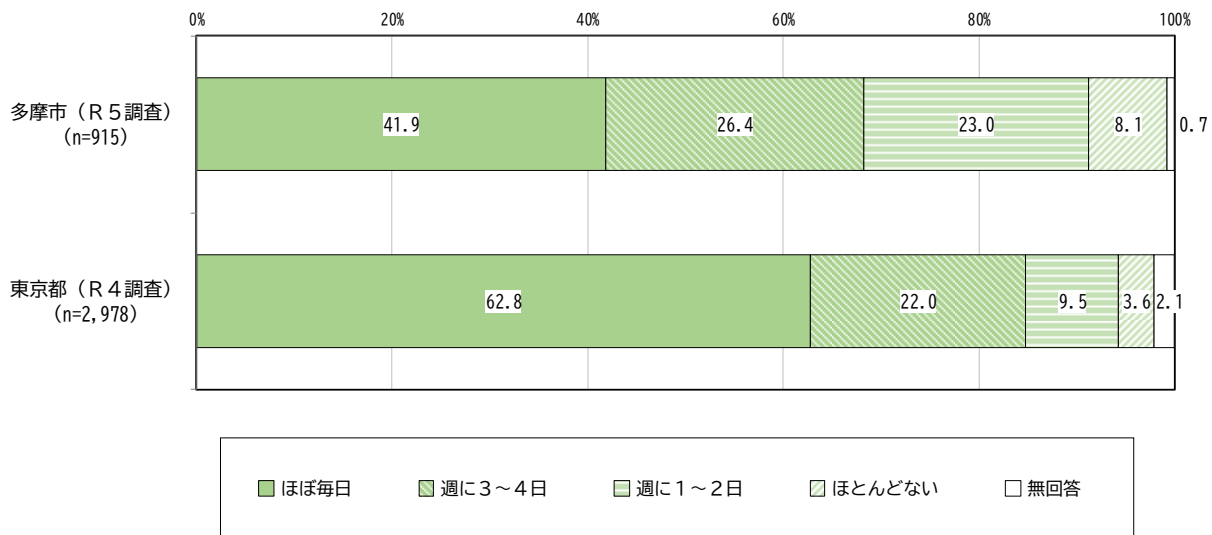


【問12で「1日3回以上」、「1日2回」、「1日1回」、「ときどきしない日がある」をお選びの方におたずねします。】

問13 歯をみがくときに1本ずつていねいに時間をかけている日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(✓は1つ)

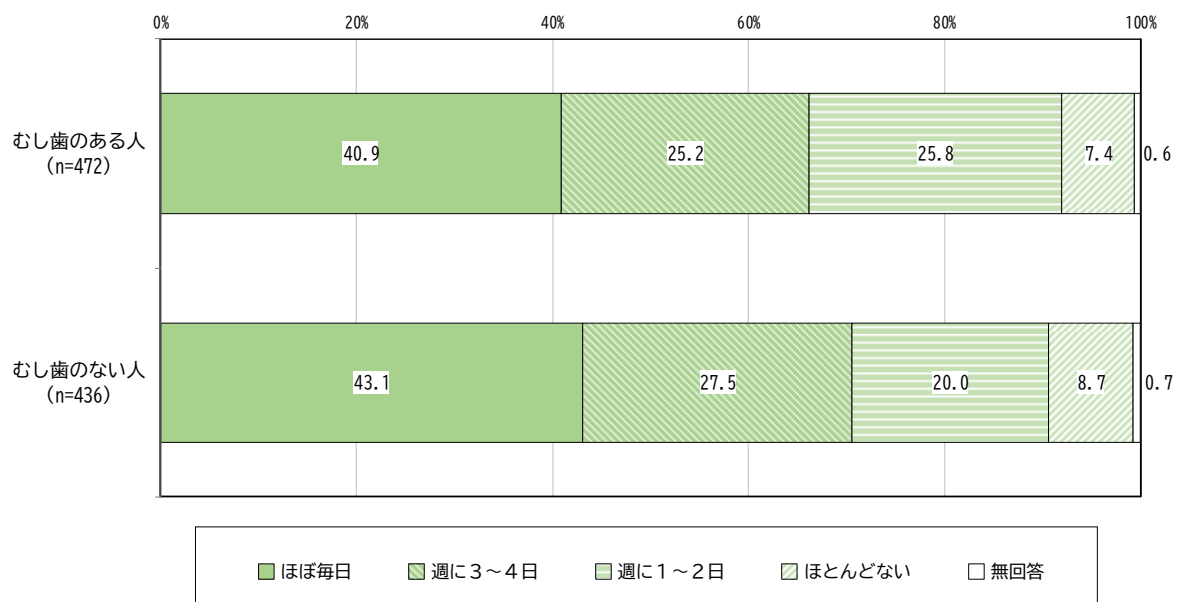
- ・1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度は、「ほぼ毎日」が41.9%で最も高く、次いで「週に3～4日」が26.4%、「週に1～2日」が23.0%となっています。
- ・東京都と比較をすると、ほぼ毎日歯をていねいにみがく割合は東京都の方が高くなっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「週に1～2日」の割合が高くなっています。

図表13 1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度



※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表13—① 1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度 (むし歯の有無別)



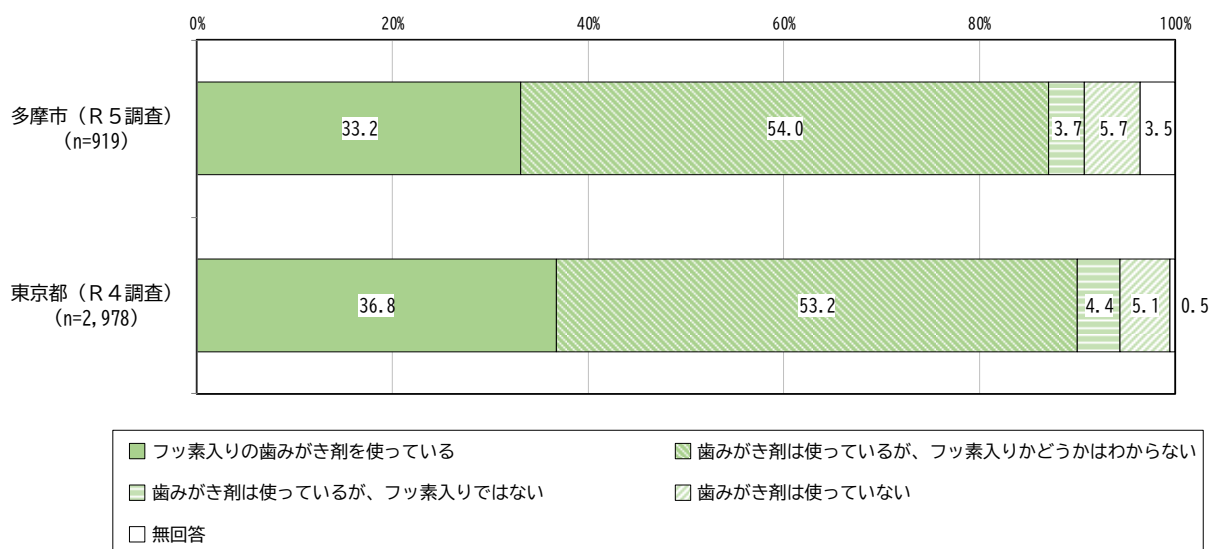
問 14 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」が54.0%で最も高く、次いで「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」が33.2%、「歯みがき剤は使っていない」が5.7%となっています。

・東京都と比較をすると、フッ素入りの歯みがき剤を使っている割合は東京都の方が高くなっています。

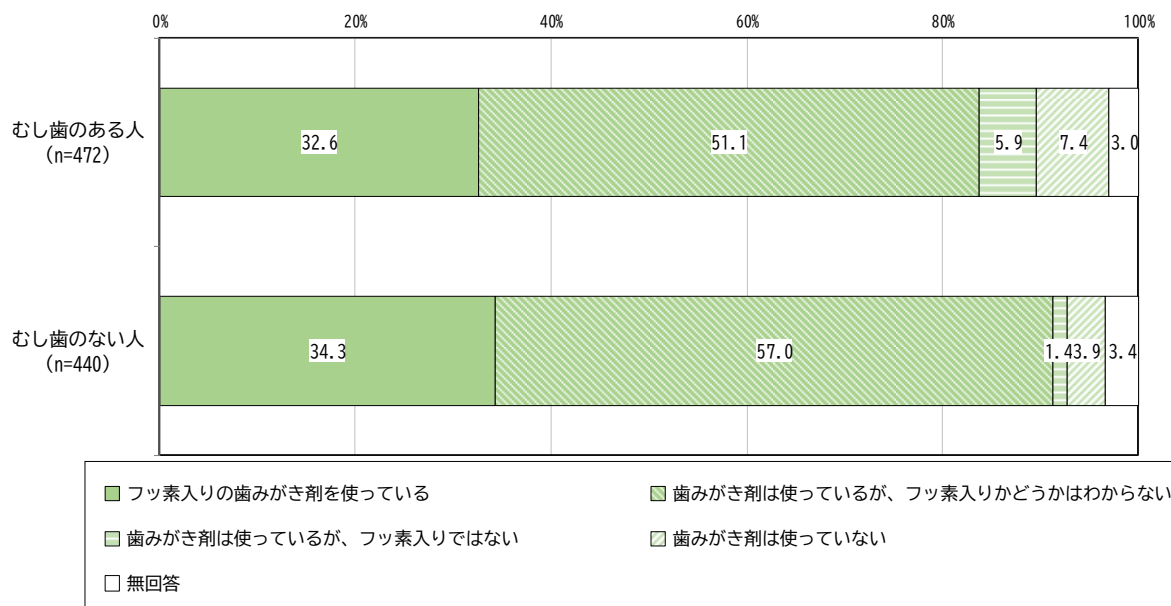
・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない」の割合が高く、むし歯のない人は「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」の割合が高くなっています。

図表 14 フッ素入りの歯みがき剤の使用状況



※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和 4 年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表 14—① フッ素入りの歯みがき剤の使用状況 (むし歯の有無別)



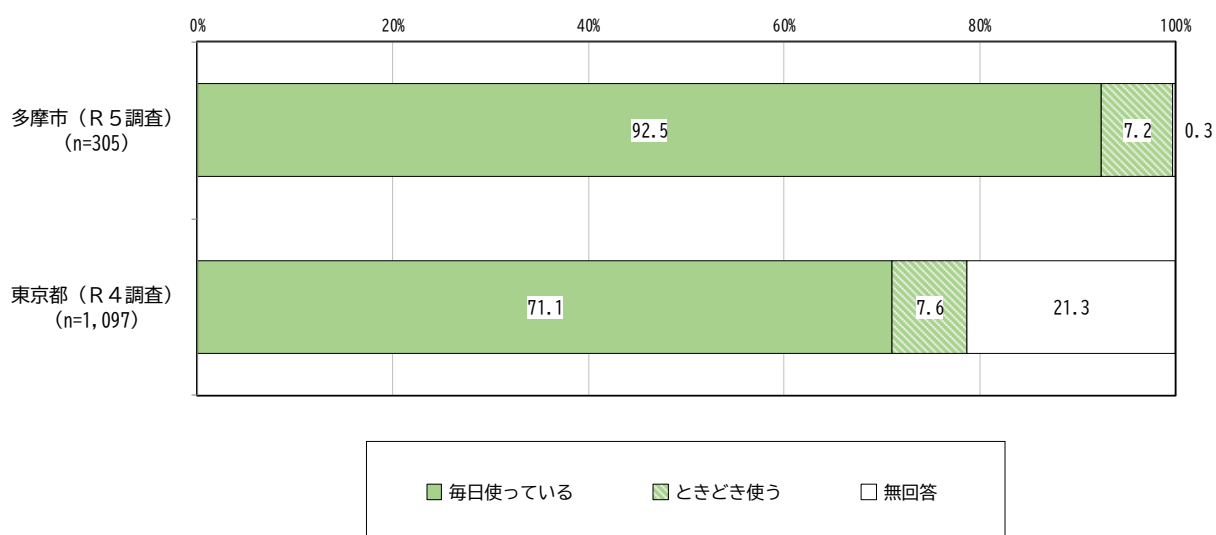
【問 14 で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問 15 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度は、「毎日使っている」が92.5%に対し、「ときどき使う」は7.2%となっています。

・東京都と比較をすると、フッ素入りの歯みがき剤を毎日使っている割合は多摩市の方が高くなっています。

図表 15 フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度

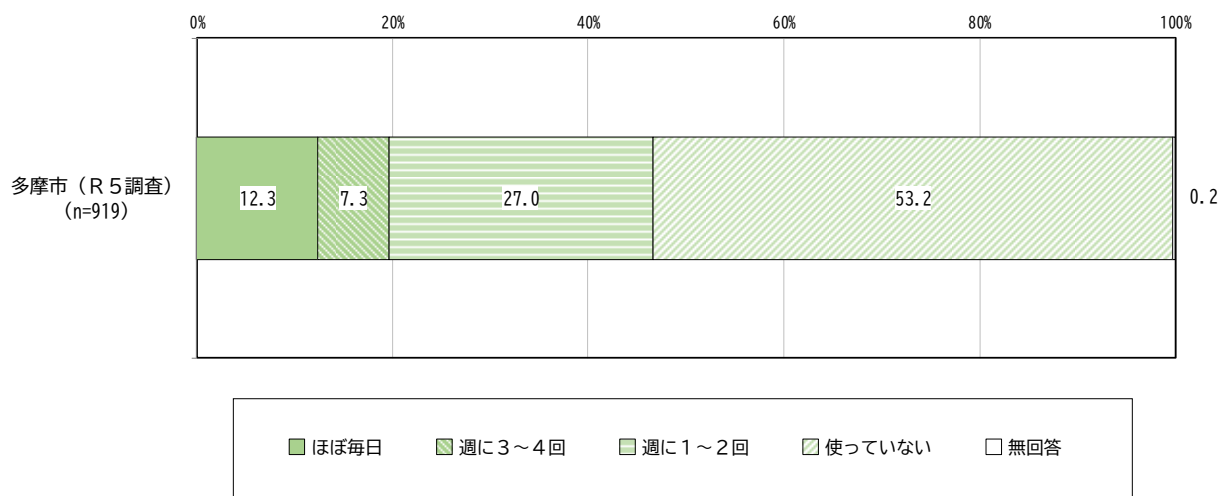


※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

問 16 歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）を1週間のうちどのくらい使っていますか。（✓は1つ）

・デンタルフロス（糸ようじなど）の使用頻度は、「使っていない」が53.2%で最も高く、次いで「週に1～2日」が27.0%、「ほぼ毎日」が12.3%となっています。

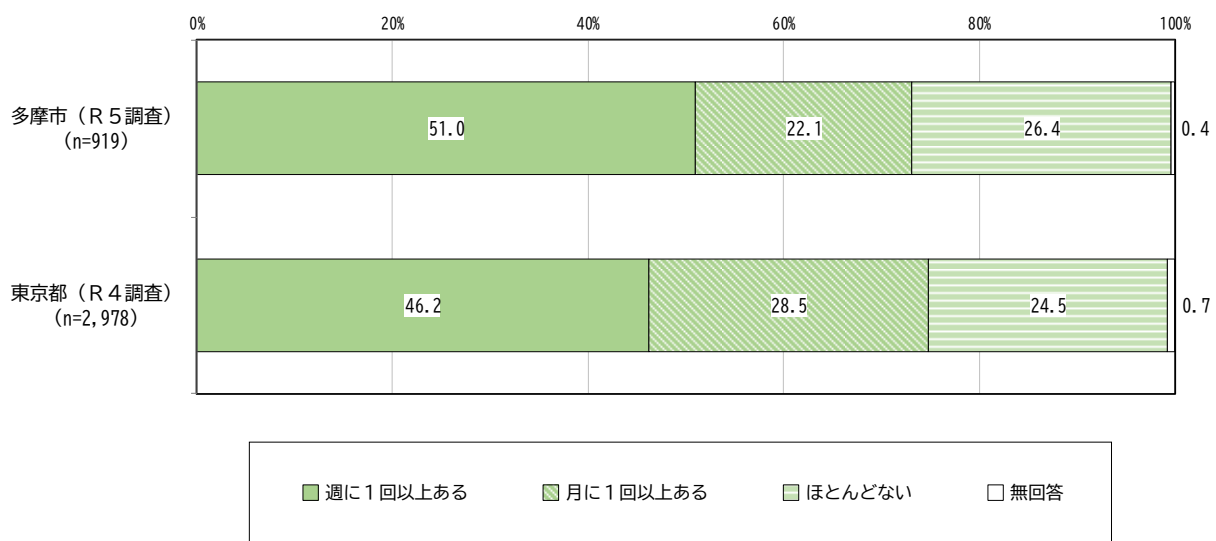
図表 16 デンタルフロス（糸ようじなど）の使用頻度



問 17 鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。
(✓は1つ)

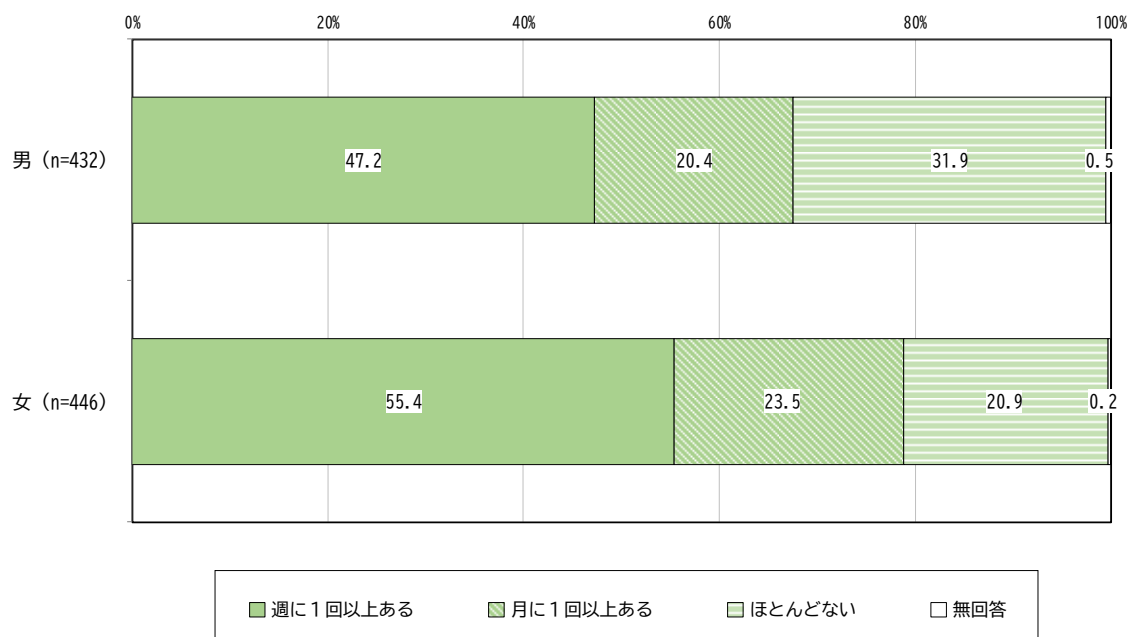
- ・歯や歯ぐきの様子を観察することがあるかは、「週に1回以上ある」が51.0%で最も高く、次いで「ほとんどない」が26.4%、「月に1回以上ある」が22.1%となっています。
- ・東京都と比較をすると、多摩市は「週に1回以上ある」の割合が高く、東京都は「月に1回以上ある」の割合が高くなっています。
- ・性別では、男性は「ほとんどない」の割合が高く、女性は「週に1回以上ある」の割合が高くなっています。

図表 17 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか



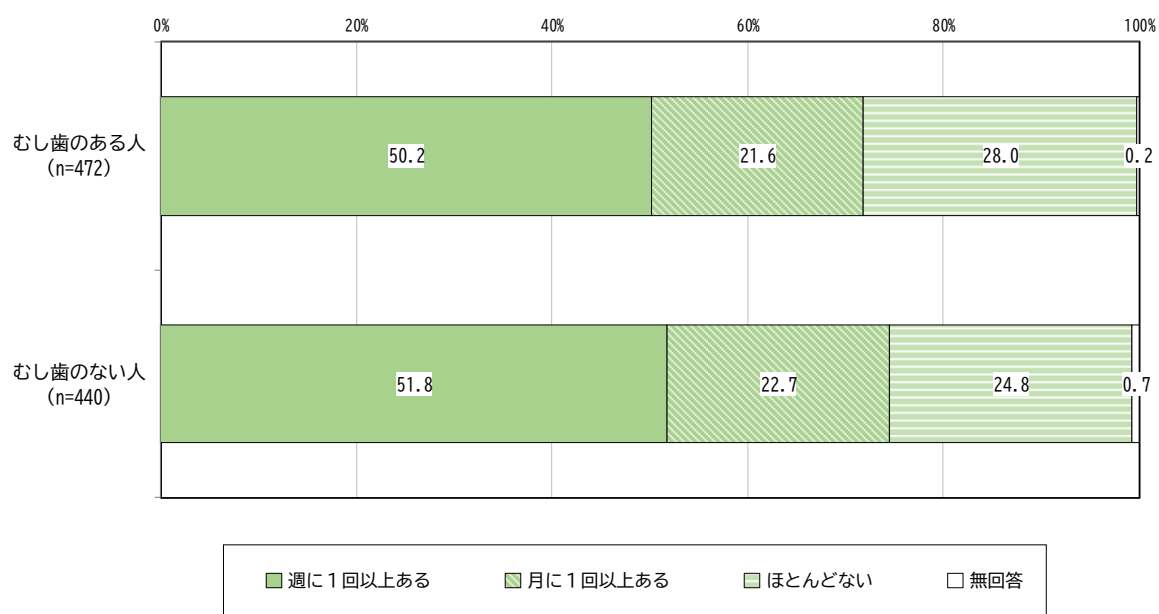
※東京都 (R 4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

図表 17—① 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか (性別ごと)



- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほとんどない」の割合が高くなっています。

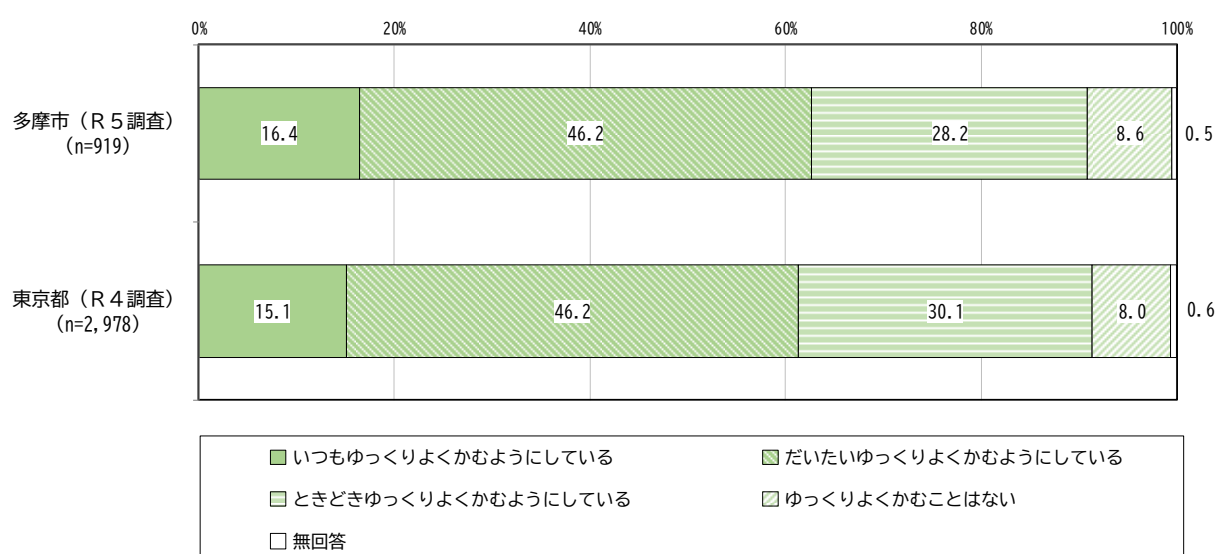
図表 17—② 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか（むし歯の有無別）



問 18 あなたは、食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(✓は1つ)

- ・よく噛むようにしているかは、「だいたいゆっくりよくかむようにしている」が46.2%で最も高く、次いで「ときどきゆっくりよくかむようにしている」が28.2%、「いつもゆっくりよくかむようにしている」が16.4%となっています。
- ・東京都との比較では、顕著な差は見られません。

図表 18 ゆっくりよく噛むようにしているか

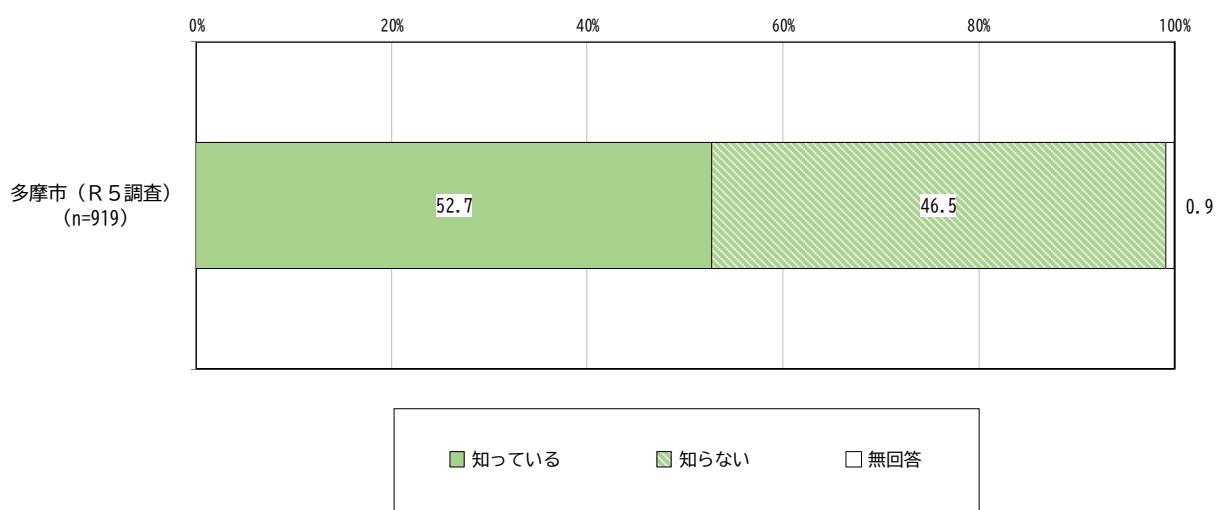


※東京都（R 4 調査）の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

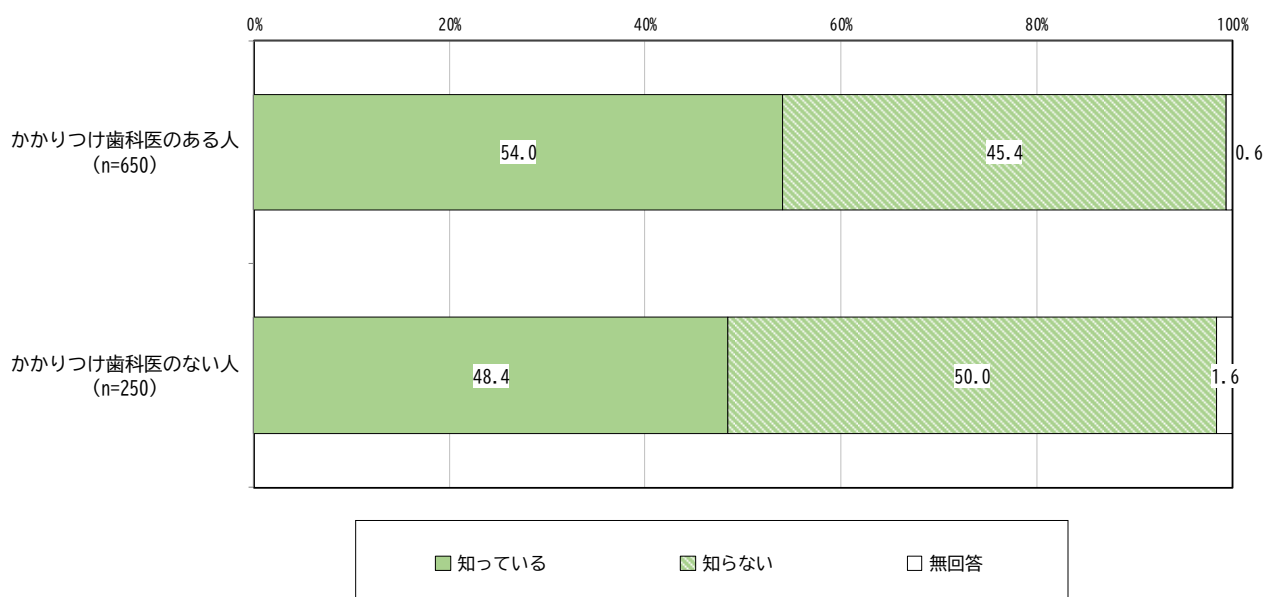
問 19 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（嚙ミング30）を知っていますか。
（✓は1つ）

- ・嚙ミング30の認知状況は、「知っている」が52.7%に対し、「知らない」は46.5%となっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、嚙ミング30を知っている割合は、かかりつけ歯科医のある人の方が高くなっています。

図表 19 嚙ミング30の認知状況



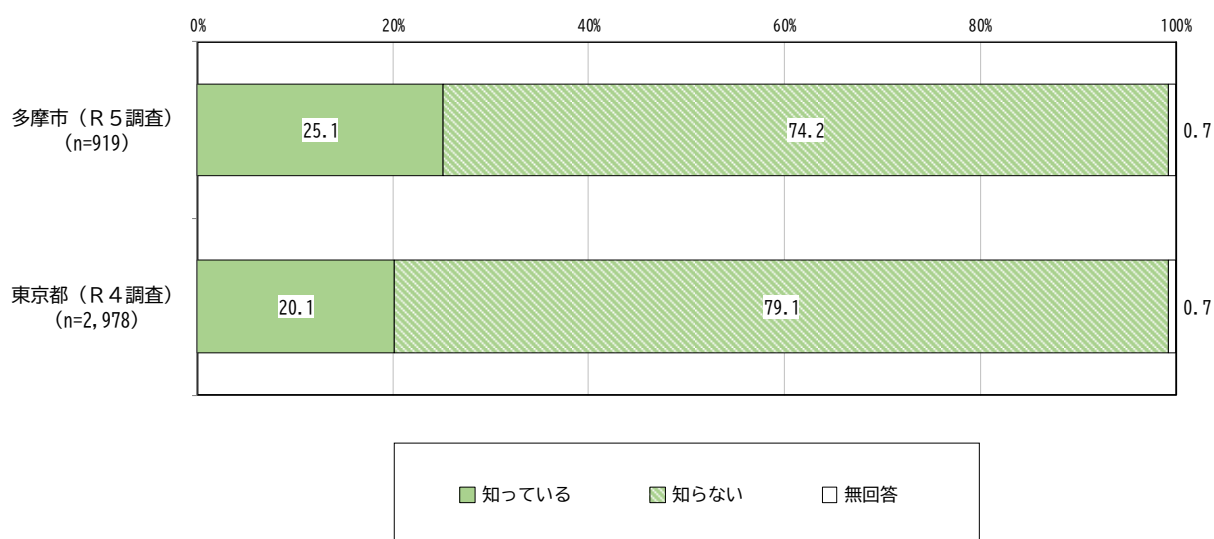
図表 19-① 嚙ミング30の認知状況（かかりつけ歯科医の有無別）



問 20 20 本以上の自分の歯があると、ほとんどの食物をかんで食べることができます。
「8020」とは、80 歳になっても 20 本以上の自分の歯を保つ、歯の健康の目標です。あなたは「8020」を知っていますか。(✓は1つ)

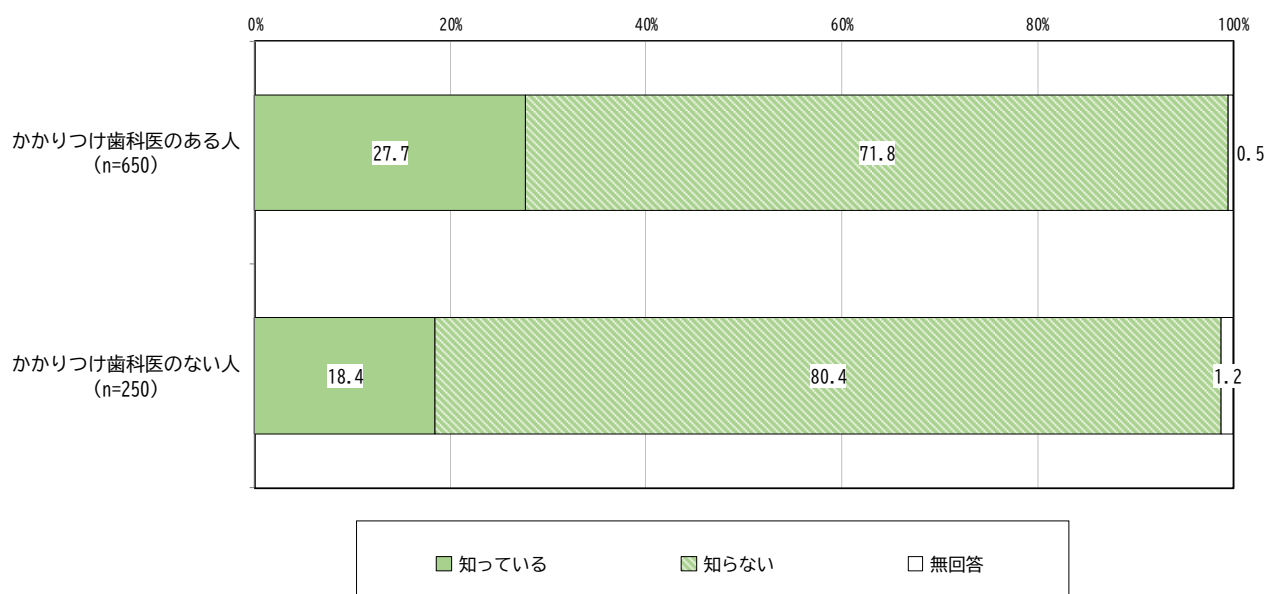
- ・ 8020 の認知状況は、「知っている」が 25.1% に対し、「知らない」は 74.2% となっています。
- ・ 東京都と比較をすると、「8020」を知っている割合は多摩市の方が高くなっています。
- ・ かかりつけ歯科医の有無別では、8020 を知っている割合は、かかりつけ歯科医のある人の方が高くなっています。

図表 20 8020 の認知状況



※東京都 (R4 調査) の結果については、「令和4年度幼児期・学齢期の歯科保健行動に関する調査」より引用しています。

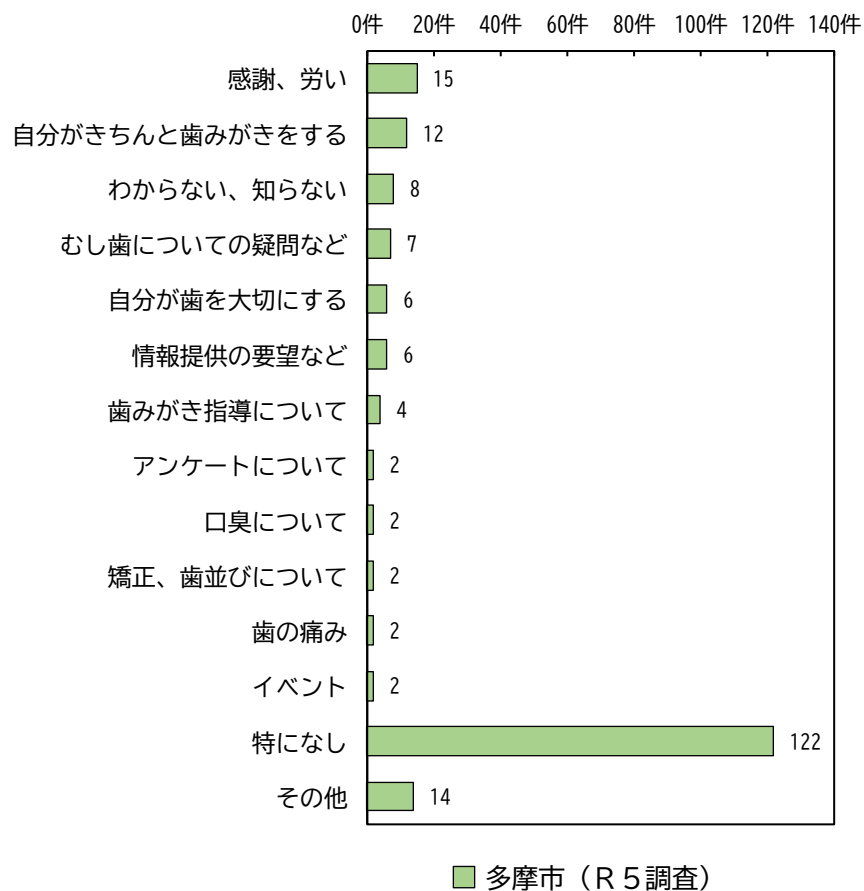
図表 20-① 8020 の認知状況 (かかりつけ歯科医の有無別)



問 21 多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

・自由記載の内容は、「感謝、労い」が 15 件で最も多く、次いで「自分がきちんと歯みがきをする」が 12 件、「わからない、知らない」が 8 件となっています。

図表 21 多摩市の取組について感じていること（主な自由記載項目）

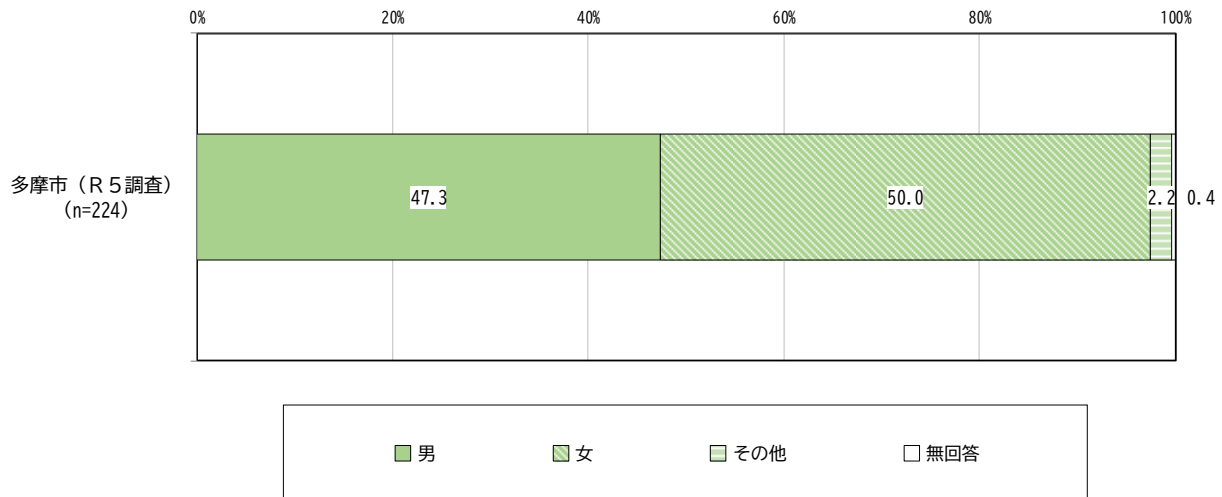


4. 高校3年生

問2 あなたの性別を教えてください。(✓は1つ)

- ・回答者の性別は、「男」が47.3%に対し、「女」が50.0%となっています。

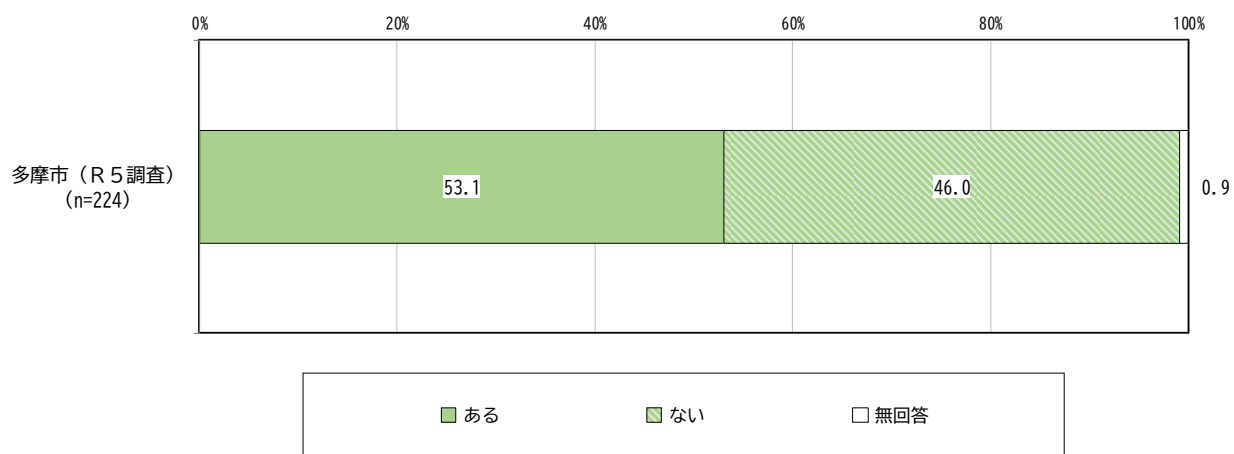
図表2 回答者の性別



問3 あなたは、現在むし歯がありますか。または、今までむし歯の治療をしたことがありますか。(✓は1つ)

・むし歯の有無は、「ある」が53.1%に対し、「ない」は46.0%となっています。

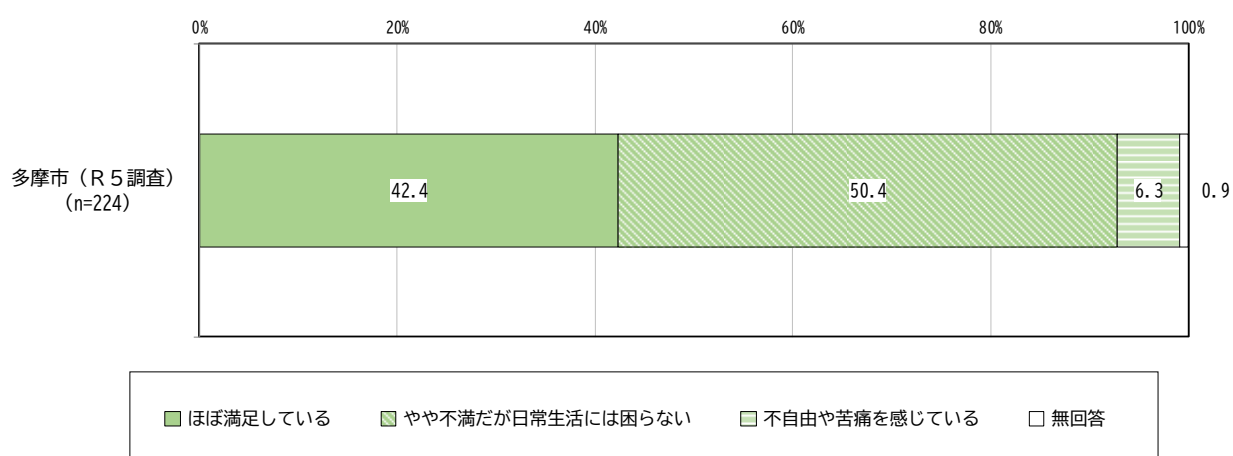
図表3 むし歯の有無



問4 あなたは、自分の歯・口の状態について、どのように感じていますか。
(✓は1つ)

・自身の歯や口の状態については、「やや不満だが日常生活には困らない」が50.4%で最も高く、次いで「ほぼ満足している」が42.4%、「不自由や苦痛を感じている」が6.3%となっています。

図表4 自身の歯や口の状態について

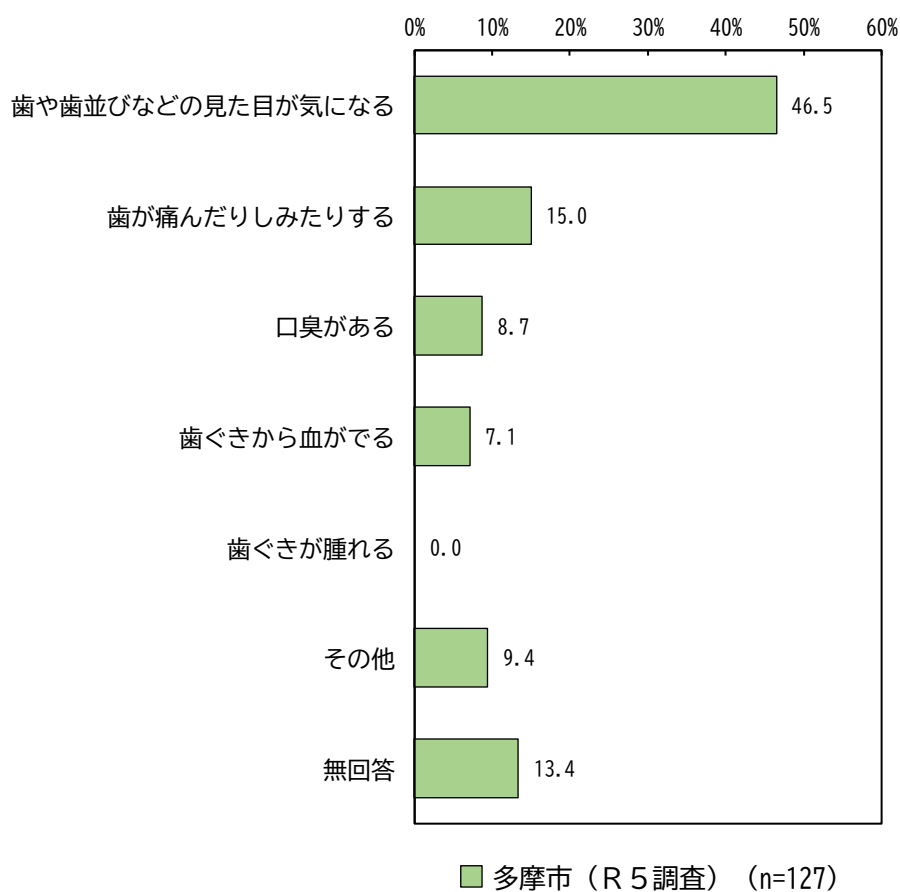


【問4で「やや不満だが日常生活には困らない」、「不自由や苦痛を感じている」をお選びの方におたずねします。】

問5 どのようなことに不満を感じていますか。(✓は1つ)

・主な不満は、「歯や歯並びなどの見た目が気になる」が46.5%で最も高く、次いで「歯が痛んだりしめたりする」が15.0%、「口臭がある」が8.7%となっています。

図表5 主な不満

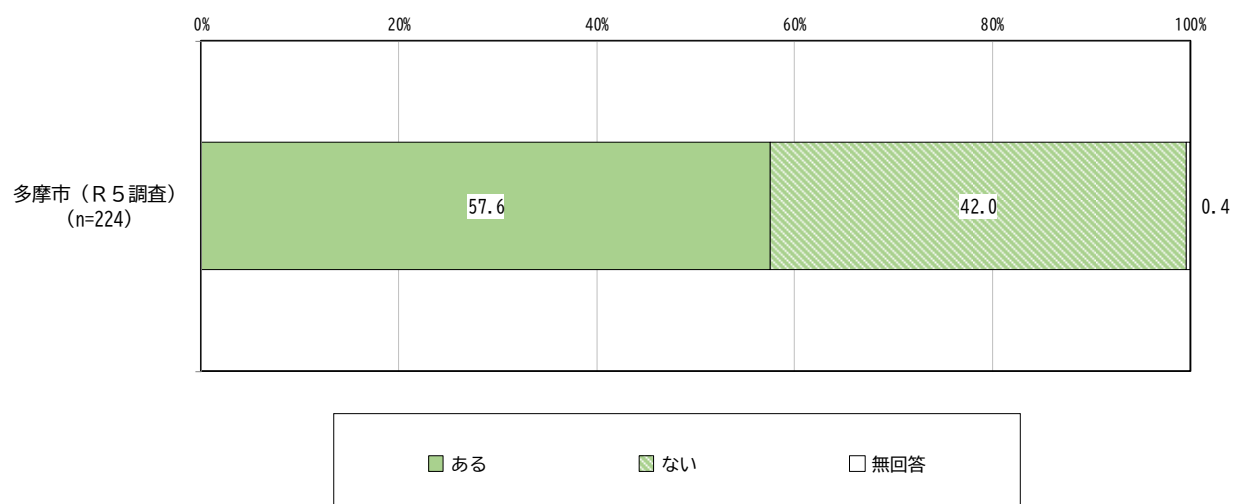


※その他の記入内容：歯の黄ばみについて、歯並びについて等

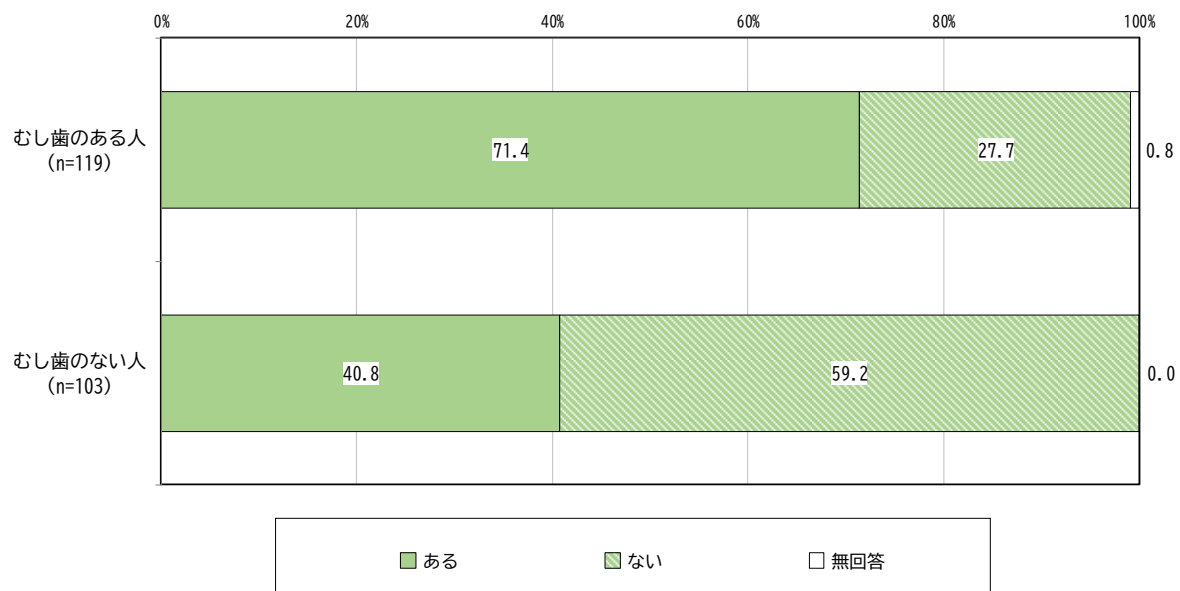
問6 あなたは、かかりつけの歯科医院がありますか。(✓は1つ)

- ・かかりつけ歯科医があるかは、「ある」が57.6%に対し、「ない」は42.0%となっています。
- ・むし歯の有無別では、かかりつけ歯科医がある割合はむし歯のある人の方が高くなっています。

図表6 かかりつけ歯科医を決めているか



図表6—① かかりつけ歯科医を決めているか (むし歯の有無別)

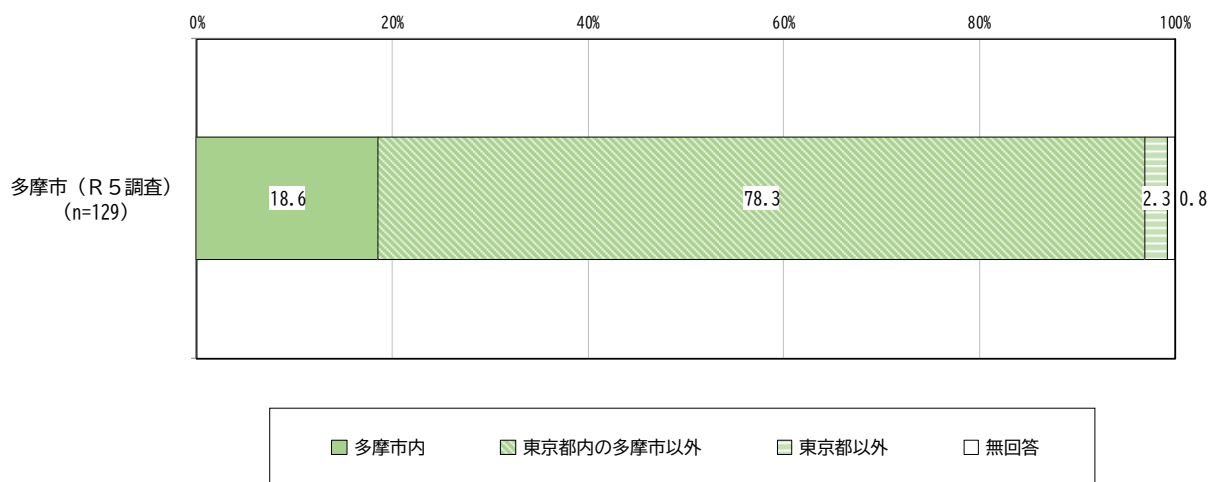


【問6で「ある」をお選びの方におたずねします。】

問7－1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

・歯科医院の場所は、「東京都内の多摩市以外」が78.3%で最も高く、次いで「多摩市内」が18.6%、「東京都以外」が2.3%となっています。

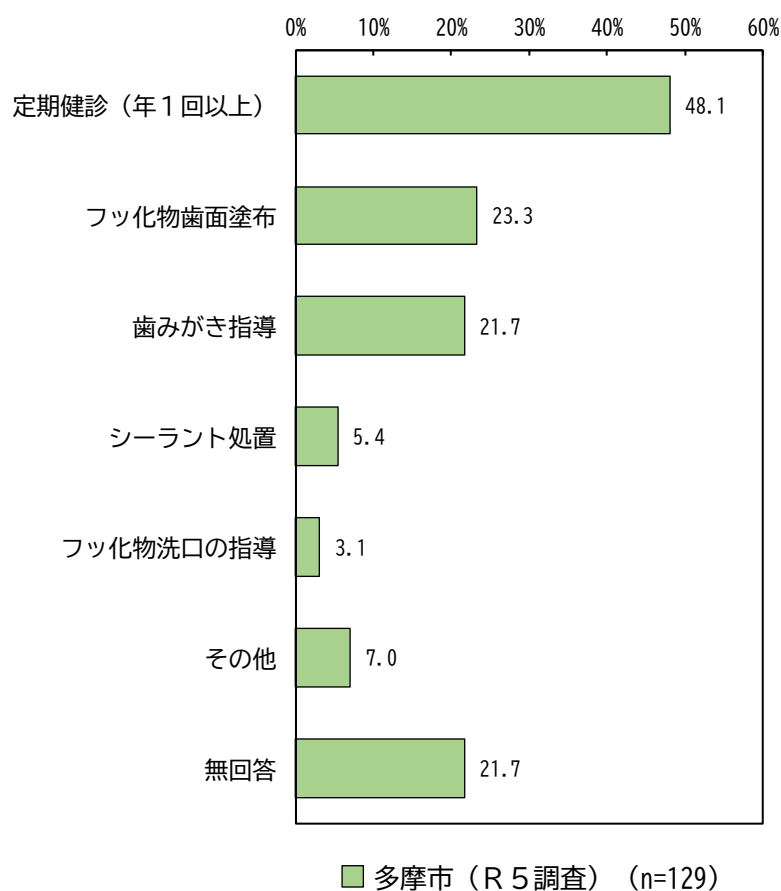
図表7－1 歯科医院の場所



問 7-2 その歯科医院でむし歯などの治療を受けるほかに、次のような予防処置や指導を受けていますか。(あてはまるものすべてに✓)

・予防処置の内容は、「定期健診（年1回以上）」が48.1%で最も高く、次いで「フッ化物歯面塗布」が23.3%、「歯みがき指導」が21.7%となっています。

図表 7-2 予防処置の内容

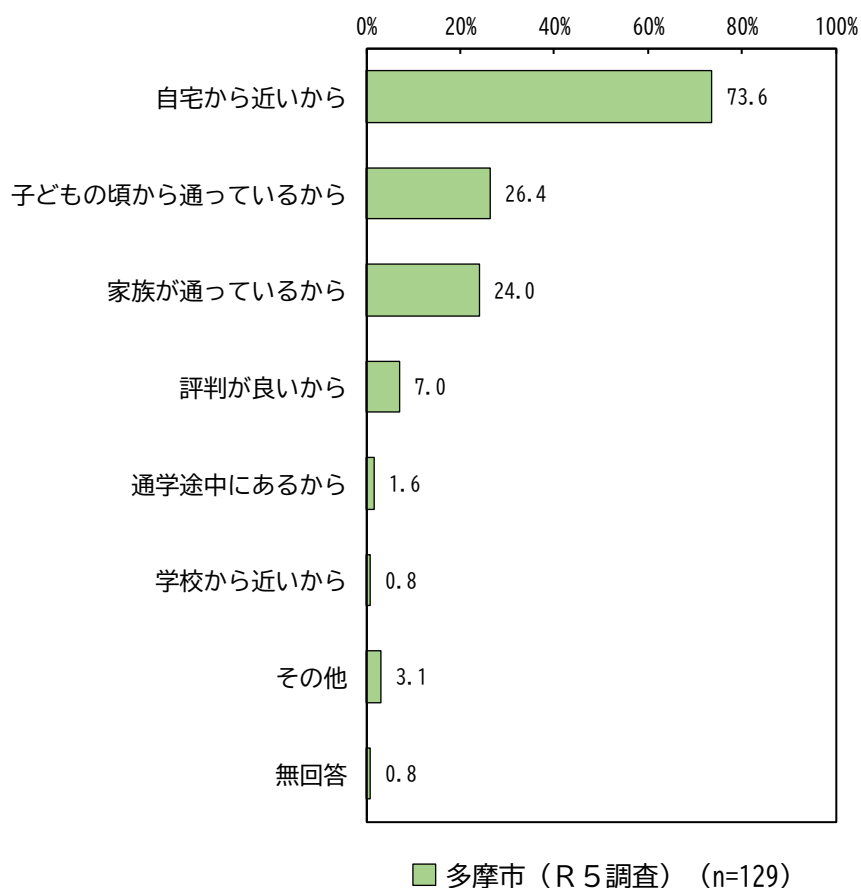


※その他の記入内容：矯正、むし歯ができたときのみ等

問7－3 あなたは、かかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。
(あてはまるものすべてに✓)

・かかりつけ歯科医を選んだきっかけは、「自宅から近いから」が73.6%で最も高く、次いで「子どもの頃から通っているから」が26.4%、「家族が通っているから」が24.0%となっています。

図表7－3 かかりつけ歯科医を選んだきっかけ



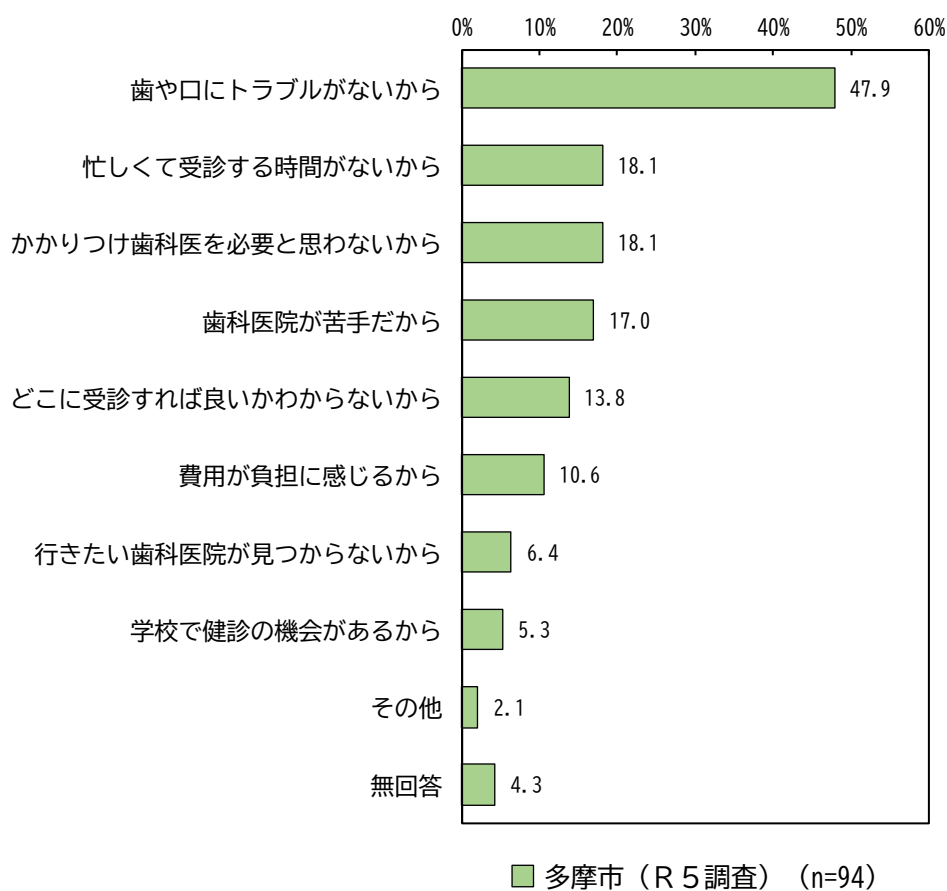
※その他の記入内容：友人が通っている、家族の職場等

【問7で「ない」をお選びの方におたずねします。】

問8 かかりつけの歯科医院がないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに✓)

・かかりつけ歯科医を決めていない理由は、「歯や口にトラブルがないから」が47.9%で最も高く、次いで「忙しくて受診する時間がないから」、「かかりつけ歯科医を必要と思わないから」がともに18.1%、「歯科医院が苦手だから」が17.0%となっています。

図表8 かかりつけ歯科医を決めていない理由



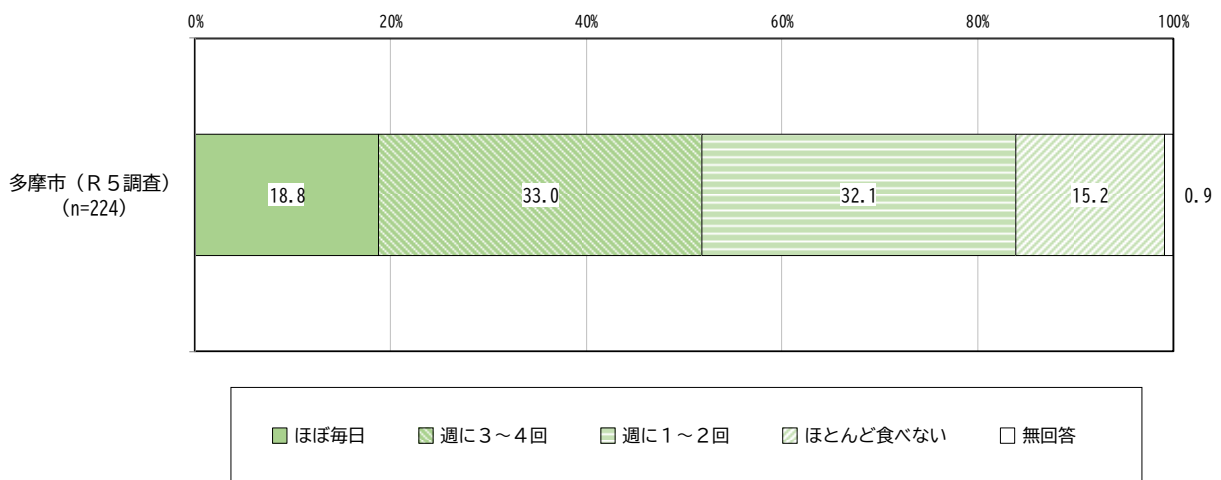
※その他の記入内容：医院がなくなったため等

問9 あなたは、あめ・チョコレート・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(✓は1つ)

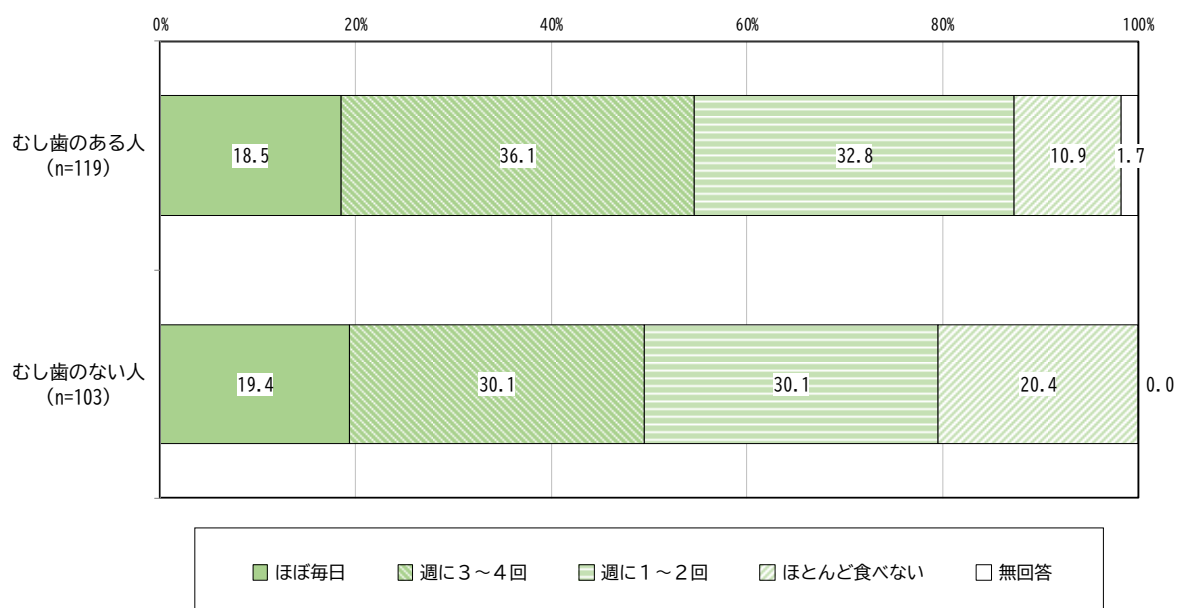
・甘いお菓子を食べる頻度は、「週に3～4回」が33.0%で最も高く、次いで「週に1～2回」が32.1%、「ほぼ毎日」が18.8%となっています。

・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「週に3～4回」の割合が高く、むし歯のない人は「ほとんど食べない」の割合が高くなっています。

図表9 甘いお菓子を食べる頻度



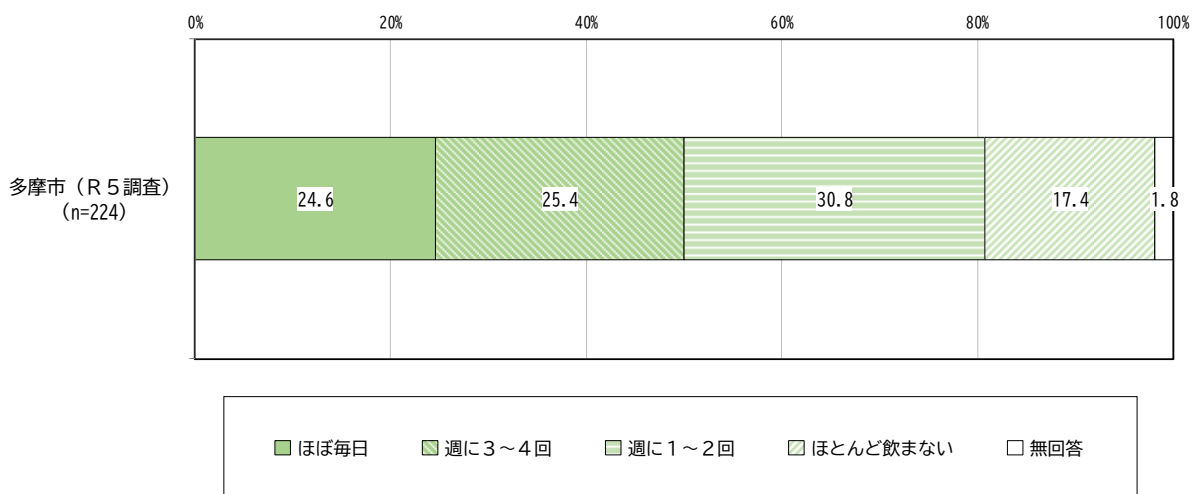
図表9—① 甘いお菓子を食べる頻度（むし歯の有無別）



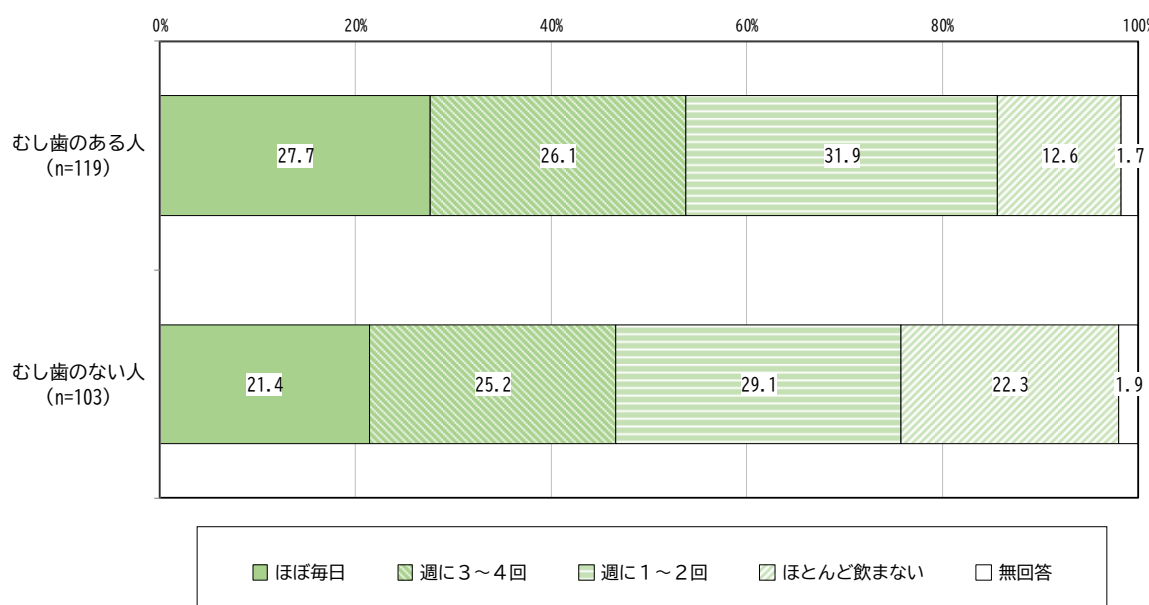
問 10 あなたは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1 週間
のうちのどのくらい飲みますか。(✓は1つ)

- ・甘い飲み物を飲む頻度は、「週に 1 ～ 2 回」が 30.8%で最も高く、次いで「週に 3 ～ 4 回」が 25.4%、「ほぼ毎日」が 24.6%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「ほぼ毎日」の割合が高く、むし歯のない人は「ほとんど飲まない」の割合が高くなっています。

図表 10 甘い飲み物を飲む頻度



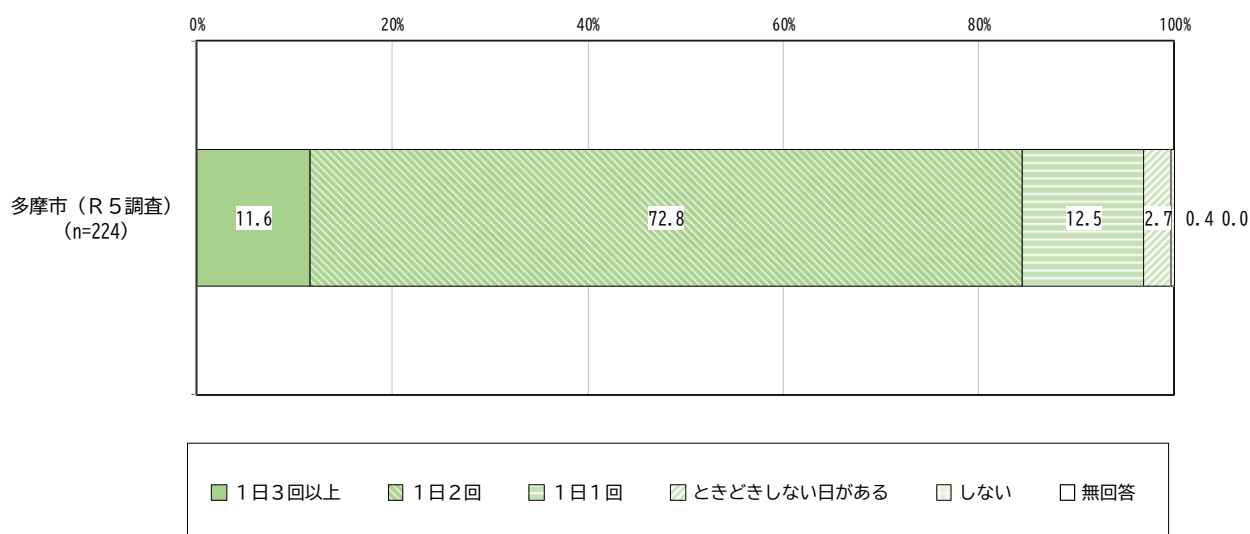
図表 10—① 甘い飲み物を飲む頻度（むし歯の有無別）



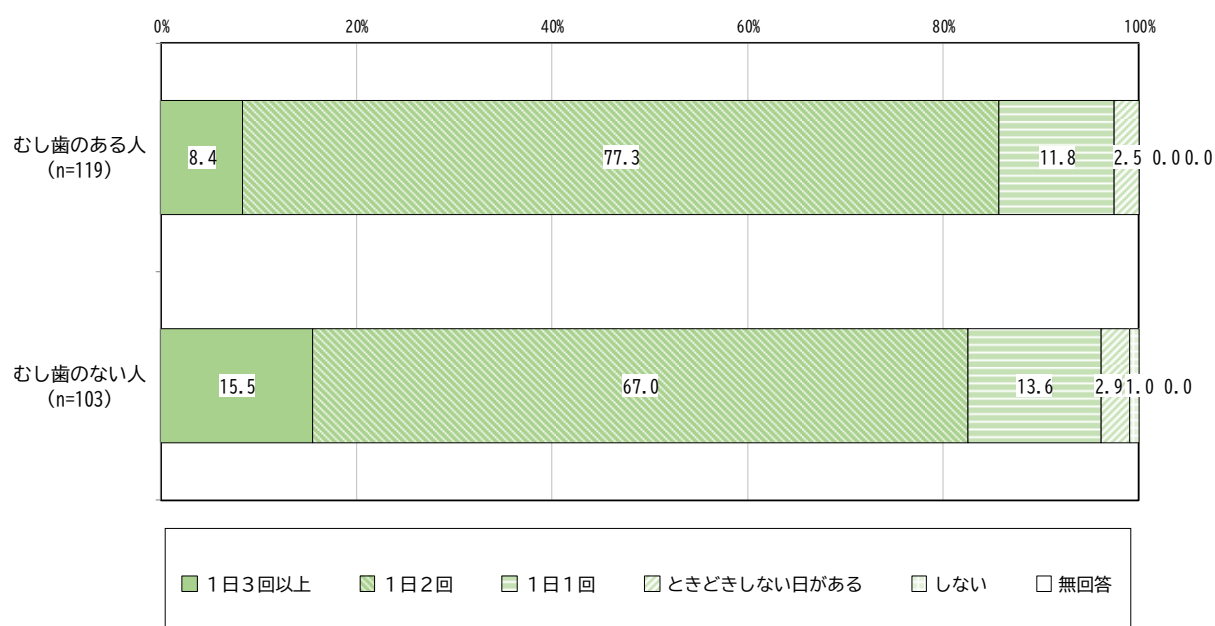
問 11 あなたは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(✓は1つ)

- ・1日当たりの歯をみがく頻度は、「1日2回」が72.8%で最も高く、次いで「1日1回」が12.5%、「1日3回以上」が11.6%となっています。
- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「1日2回」の割合が高く、むし歯のない人は「1日3回以上」の割合が高くなっています。

図表 11 1日当たりの歯をみがく頻度



図表 11-① 1日当たりの歯をみがく頻度 (むし歯の有無別)

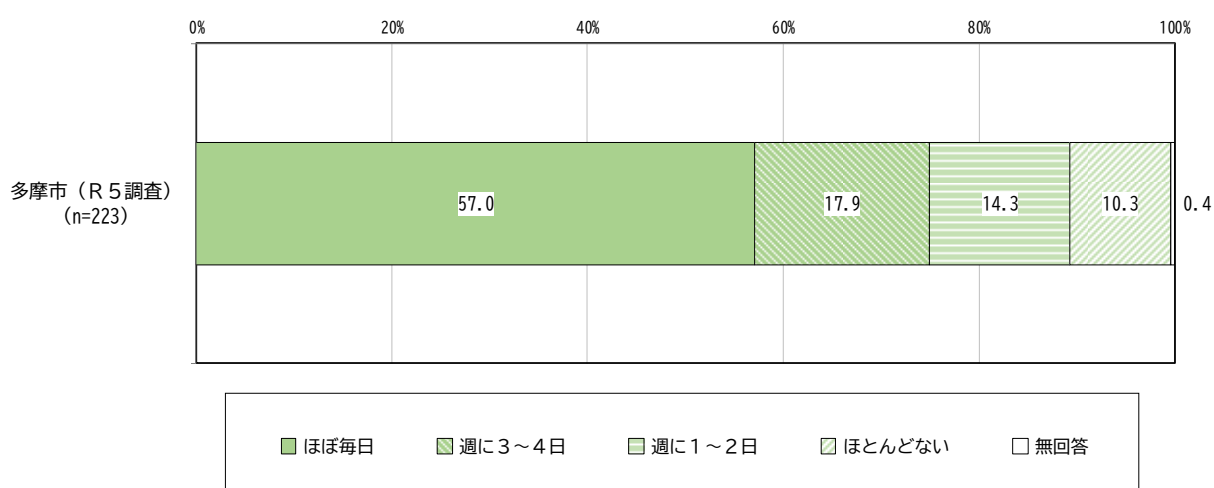


【問 11 で「1 日 3 回以上」、「1 日 2 回」、「1 日 1 回」、「ときどきしない日がある」をお選びの方におたずねします。】

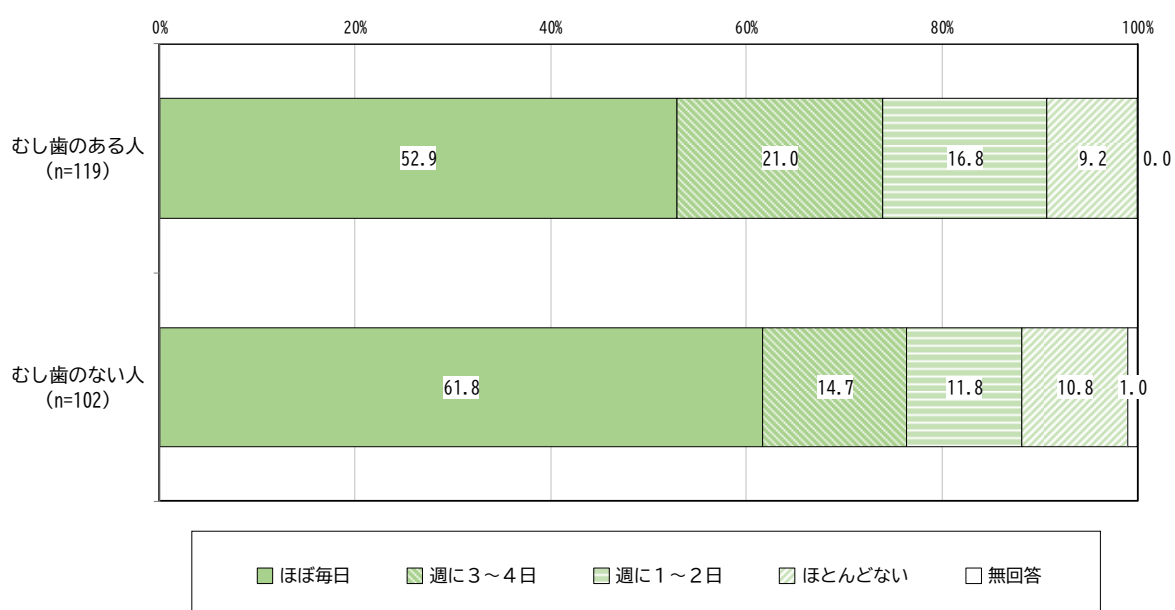
問 12 歯をみがくときに 1 本ずつていねいに時間をかけている日は、1 週間のうちどのくらいありますか。(✓は 1 つ)

- ・ 1 週間のうちに 1 本ずつていねいにみがく頻度は、「ほぼ毎日」が 57.0% で最も高く、次いで「週に 3 ～ 4 日」が 17.9%、「週に 1 ～ 2 日」が 14.3% となっています。
- ・ むし歯の有無別では、むし歯のある人は「週に 3 ～ 4 日」の割合が高く、むし歯のない人は「ほぼ毎日」の割合が高くなっています。

図表 12 1 週間のうちに 1 本ずつていねいにみがく頻度



図表 12—① 1 週間のうちに 1 本ずつていねいにみがく頻度（むし歯の有無別）

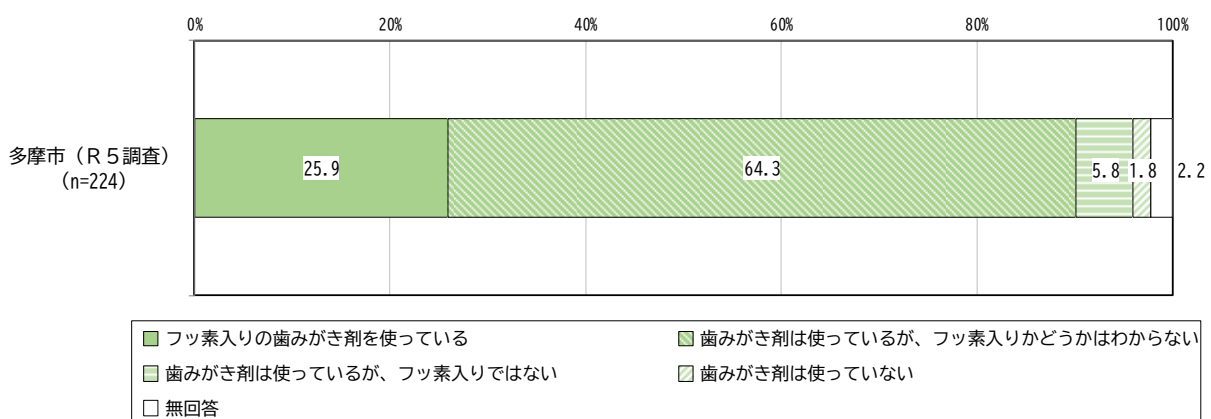


問 13 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(✓は1つ)

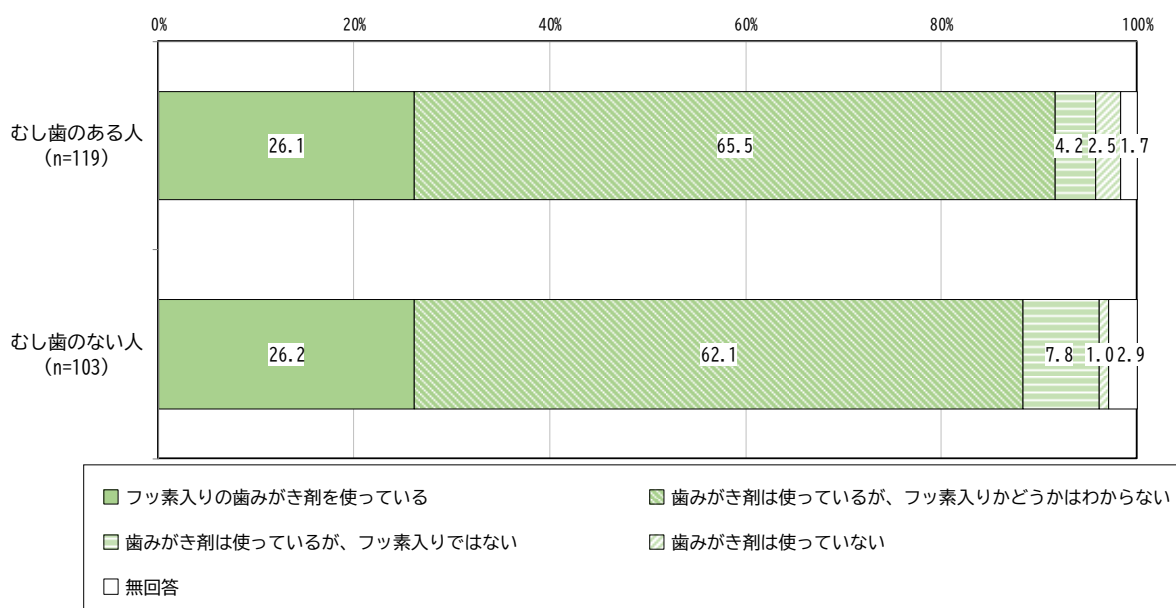
・フッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」が64.3%で最も高く、次いで「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」が25.9%、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない」が5.8%となっています。

・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」の割合が高く、むし歯のない人は「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない」の割合が高くなっています。

図表 13 フッ素入りの歯みがき剤の使用状況



図表 13—① フッ素入りの歯みがき剤の使用状況（むし歯の有無別）

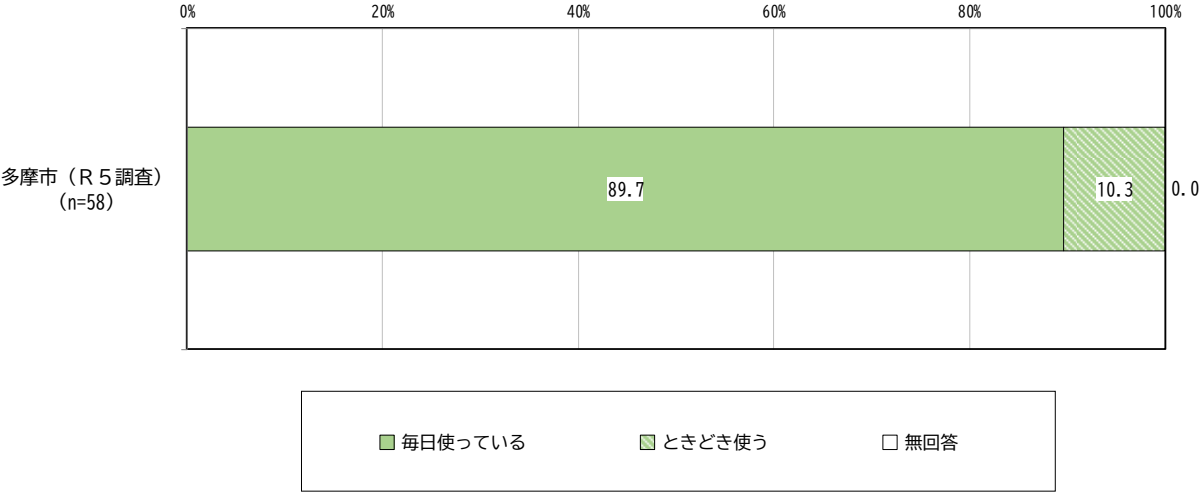


【問 13 で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問 14 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度は、「毎日使っている」が 89.7%に対し、「ときどき使う」は 10.3%となっています。

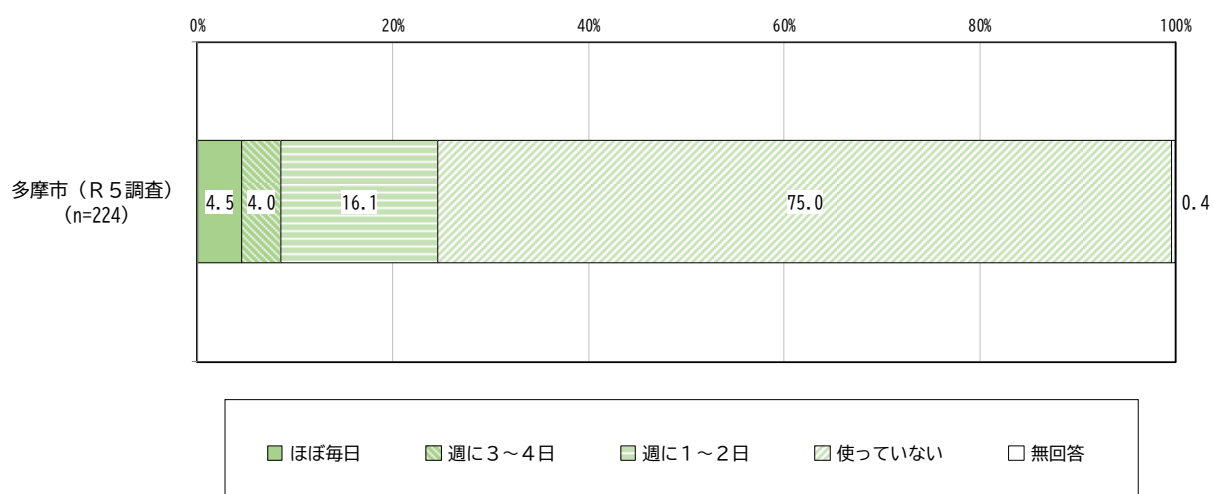
図表 14 フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度



問 15 歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）を1週間のうちどのくらい使っていますか。（✓は1つ）

- ・デンタルフロス（糸ようじなど）の使用頻度は、「使っていない」が75.0%で最も高く、次いで「週に1～2日」が16.1%、「ほぼ毎日」が4.5%となっています。

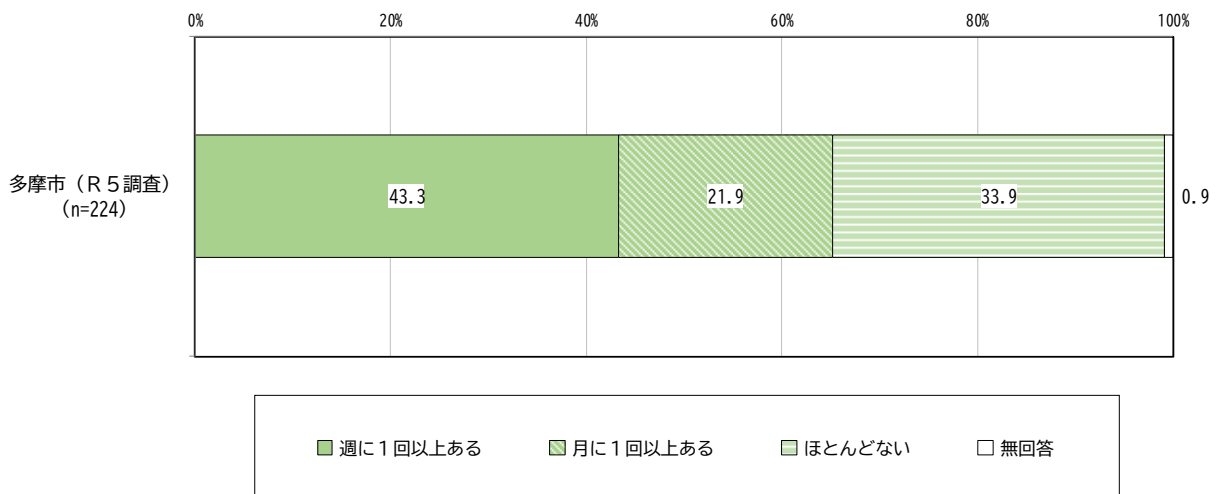
図表 15 デンタルフロス（糸ようじなど）の使用頻度



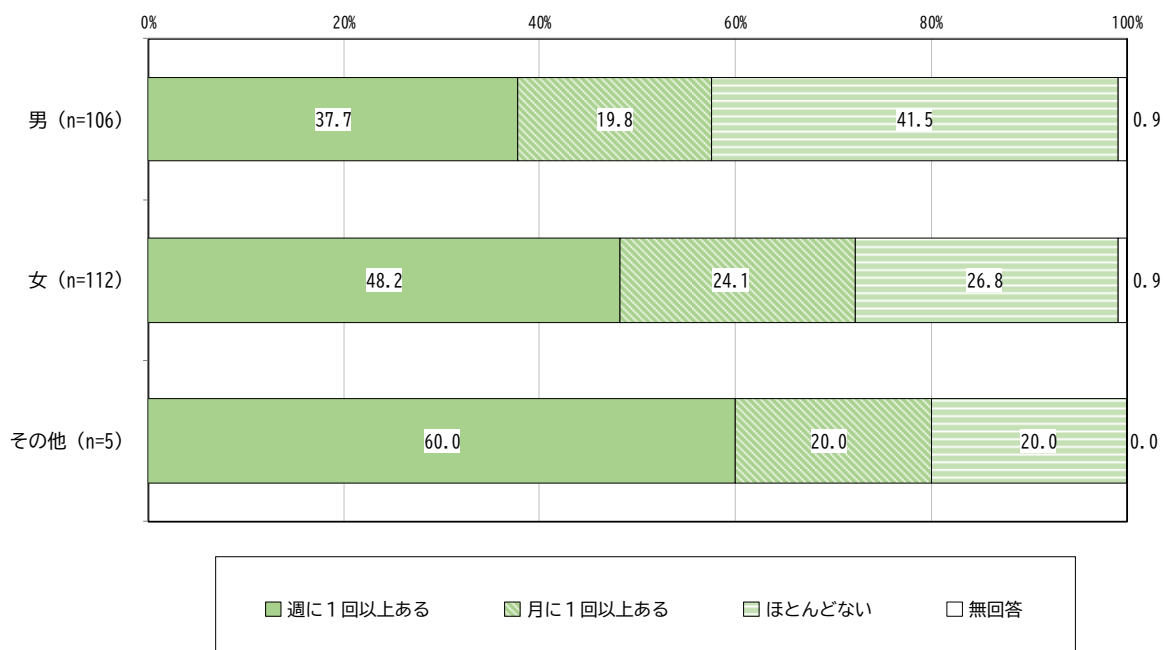
問 16 鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。
(✓は1つ)

- ・歯や歯ぐきの様子を観察することがあるかは、「週に1回以上ある」が43.3%で最も高く、次いで「ほとんどない」が33.9%、「月に1回以上ある」が21.9%となっています。
- ・性別では、男性は「ほとんどない」の割合が高く、女性は「週に1回以上ある」の割合が高くなっています。

図表 16 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか

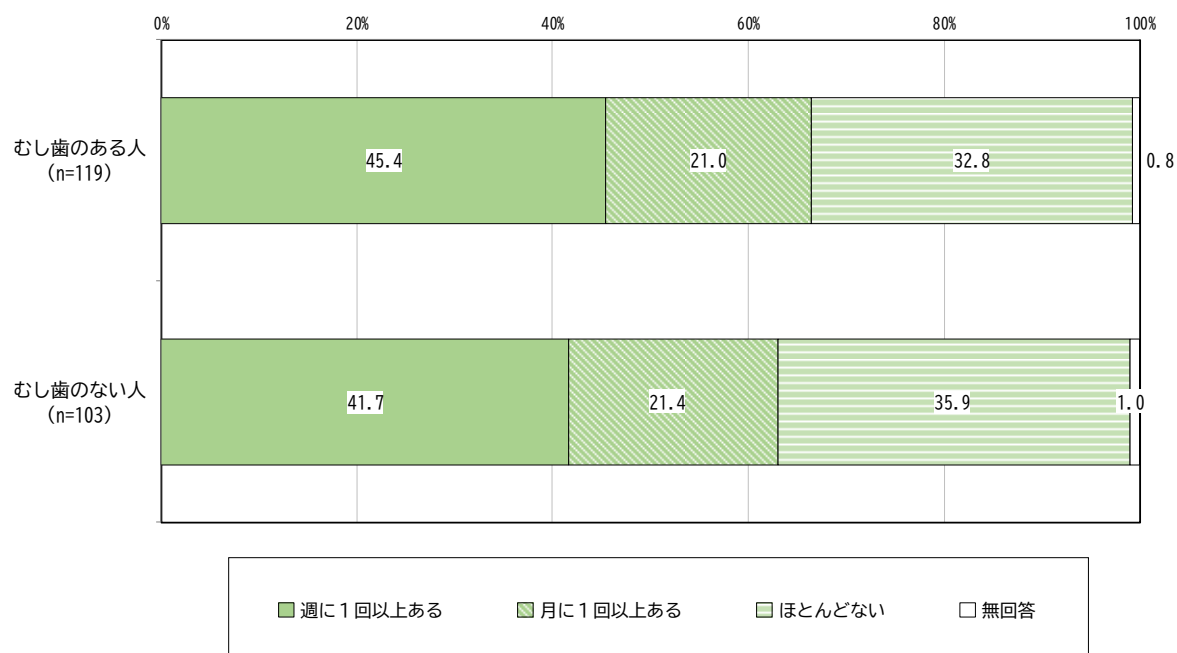


図表 16—① 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか（性別ごと）



- ・むし歯の有無別では、むし歯のある人は「週に1回以上ある」の割合が高く、むし歯のない人は「ほとんどない」の割合が高くなっています。

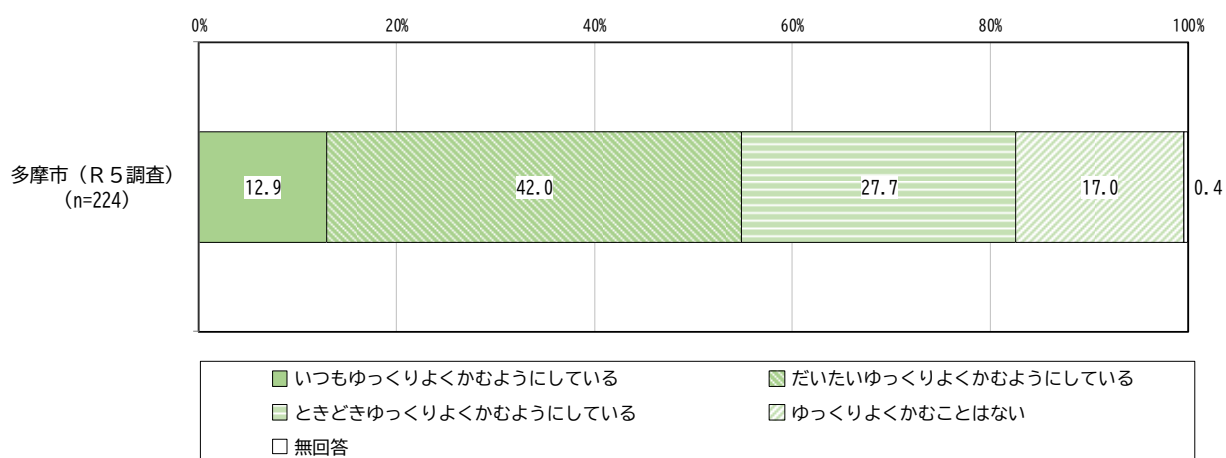
図表 16—② 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか（むし歯の有無別）



問 17 あなたは、食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(✓は1つ)

・よく噛むようにしているかは、「だいたいゆっくりよくかむようにしている」が42.0%で最も高く、次いで「ときどきゆっくりよくかむようにしている」が27.7%、「ゆっくりよくかむことはない」が17.0%となっています。

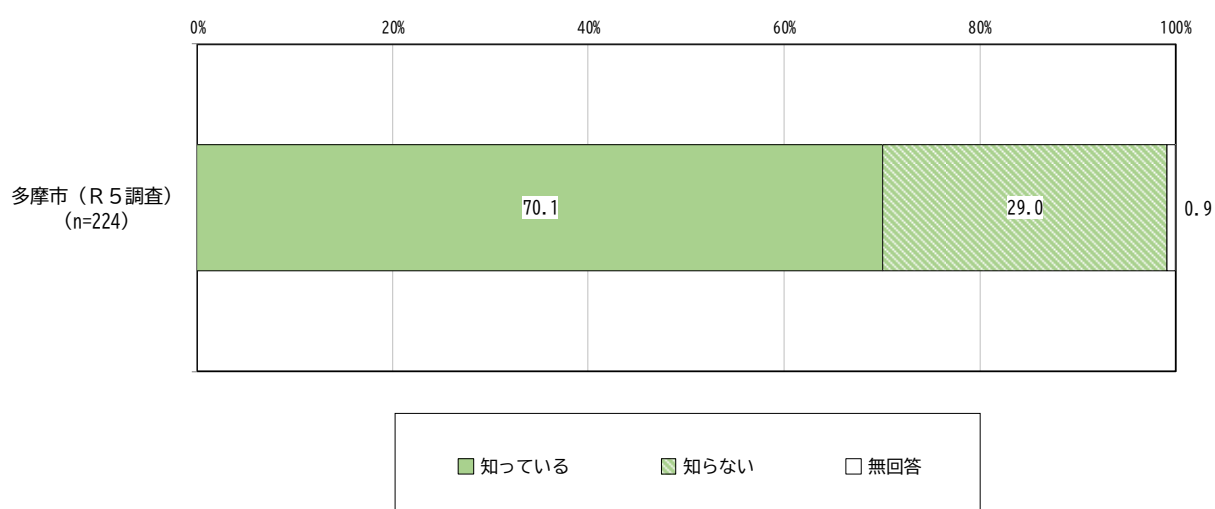
図表 17 ゆっくりよく噛むようにしている



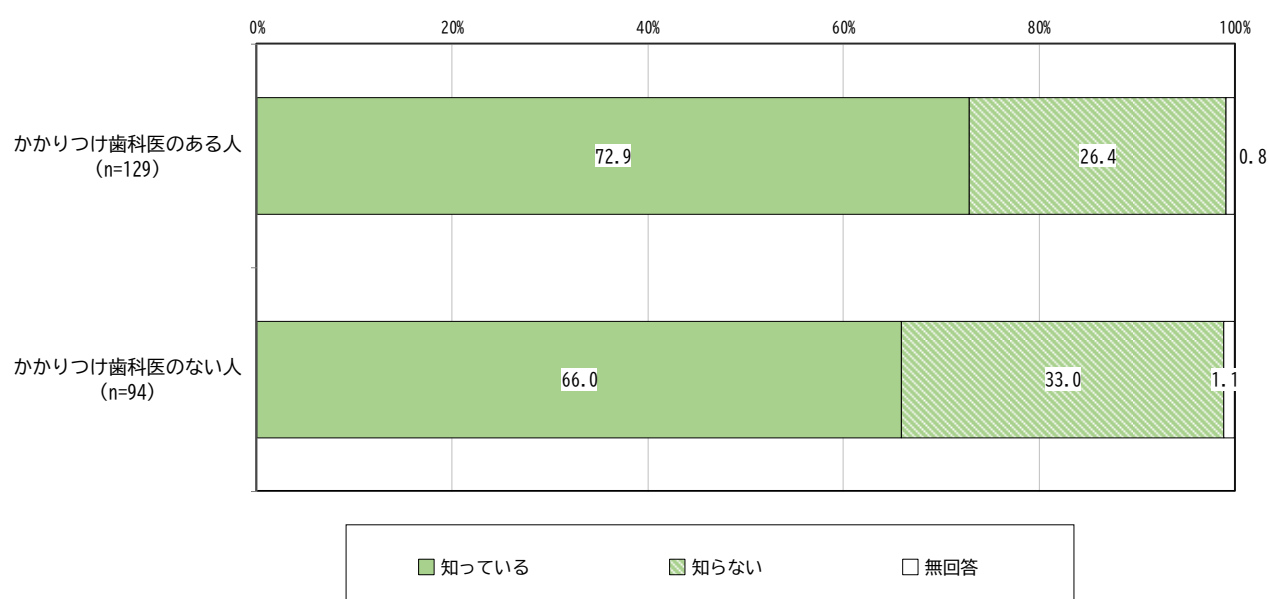
問 18 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（嚙ミング30）を知っていますか。
（✓は1つ）

- ・嚙ミング30の認知状況は、「知っている」が70.1%に対し、「知らない」は29.0%となっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、嚙ミング30を知っている割合は、かかりつけ歯科医のある人の方が高くなっています。

図表 18 嚙ミング30の認知状況



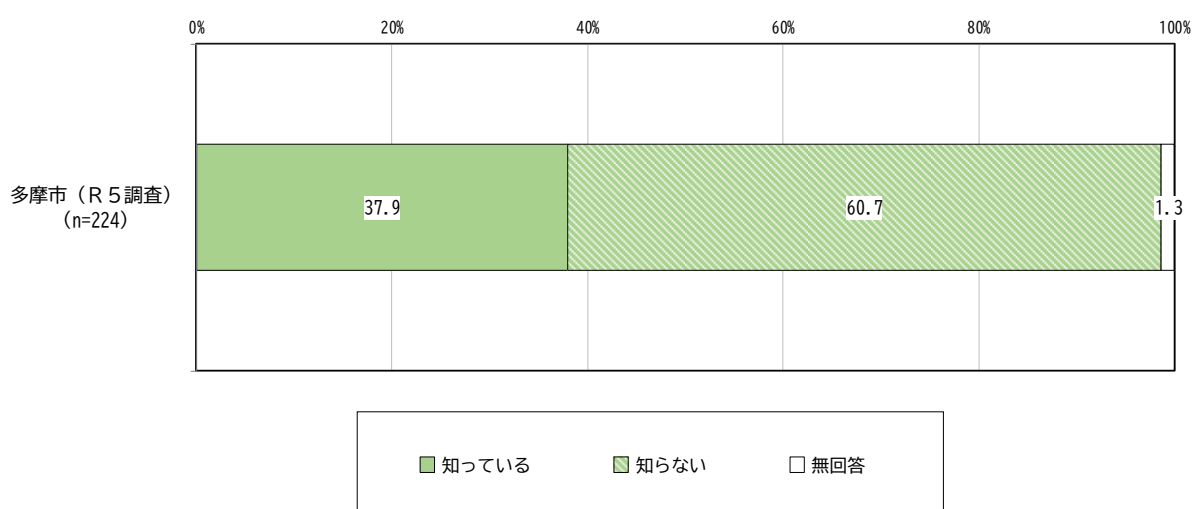
図表 18-① 嚙ミング30の認知状況（かかりつけ歯科医の有無別）



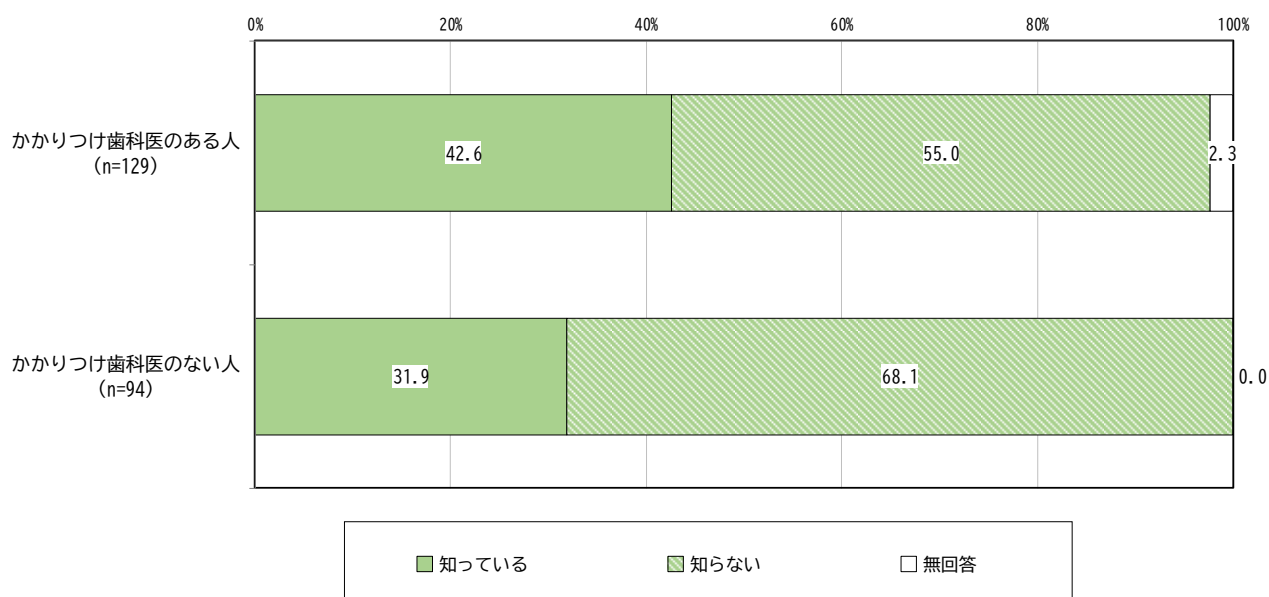
問 19 20 本以上の自分の歯があると、ほとんどの食物をかんで食べることができます。
「8020」とは、80 歳になっても 20 本以上の自分の歯を保つ、歯の健康の目
標です。あなたは「8020」を知っていますか。(✓は1つ)

- ・ 8020 の認知状況は、「知っている」が 37.9%に対し、「知らない」は 60.7%となっています。
- ・ かかりつけ歯科医の有無別では、8020を知っている割合は、かかりつけ歯科医のある人の方が高くなっています。

図表 19 8020 の認知状況



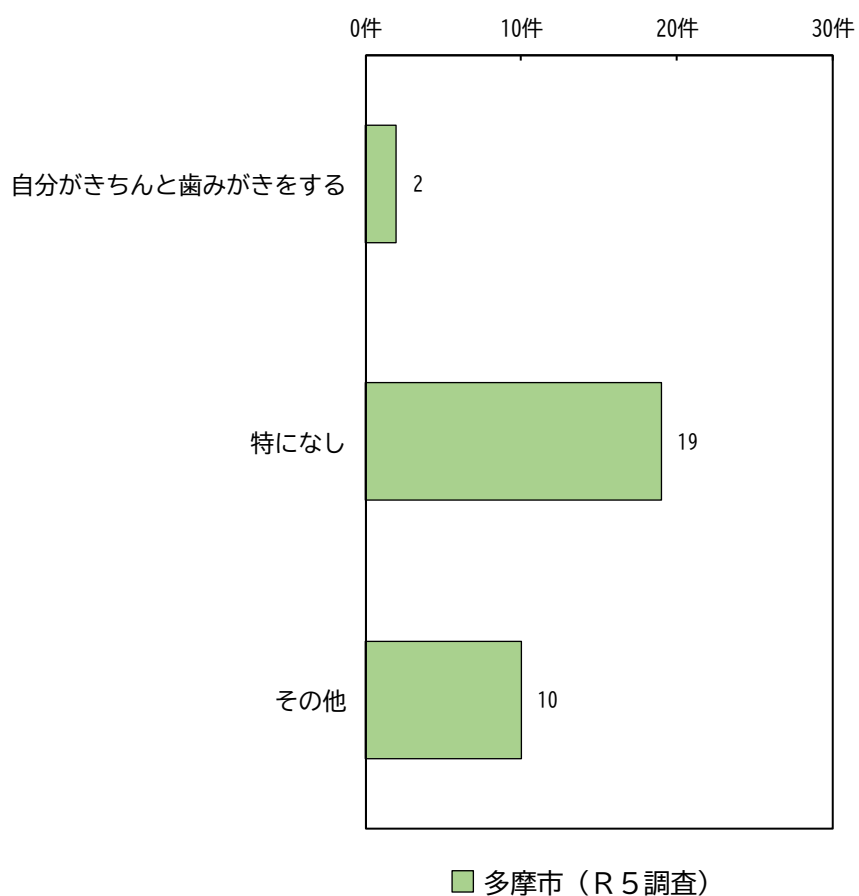
図表 19-① 8020 の認知状況 (かかりつけ歯科医の有無別)



問 20 多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

- ・自由記載の内容は、「自分がきちんと歯みがきをする」が2件となっています。

図表 20 多摩市の取組について感じていること（主な自由記載項目）

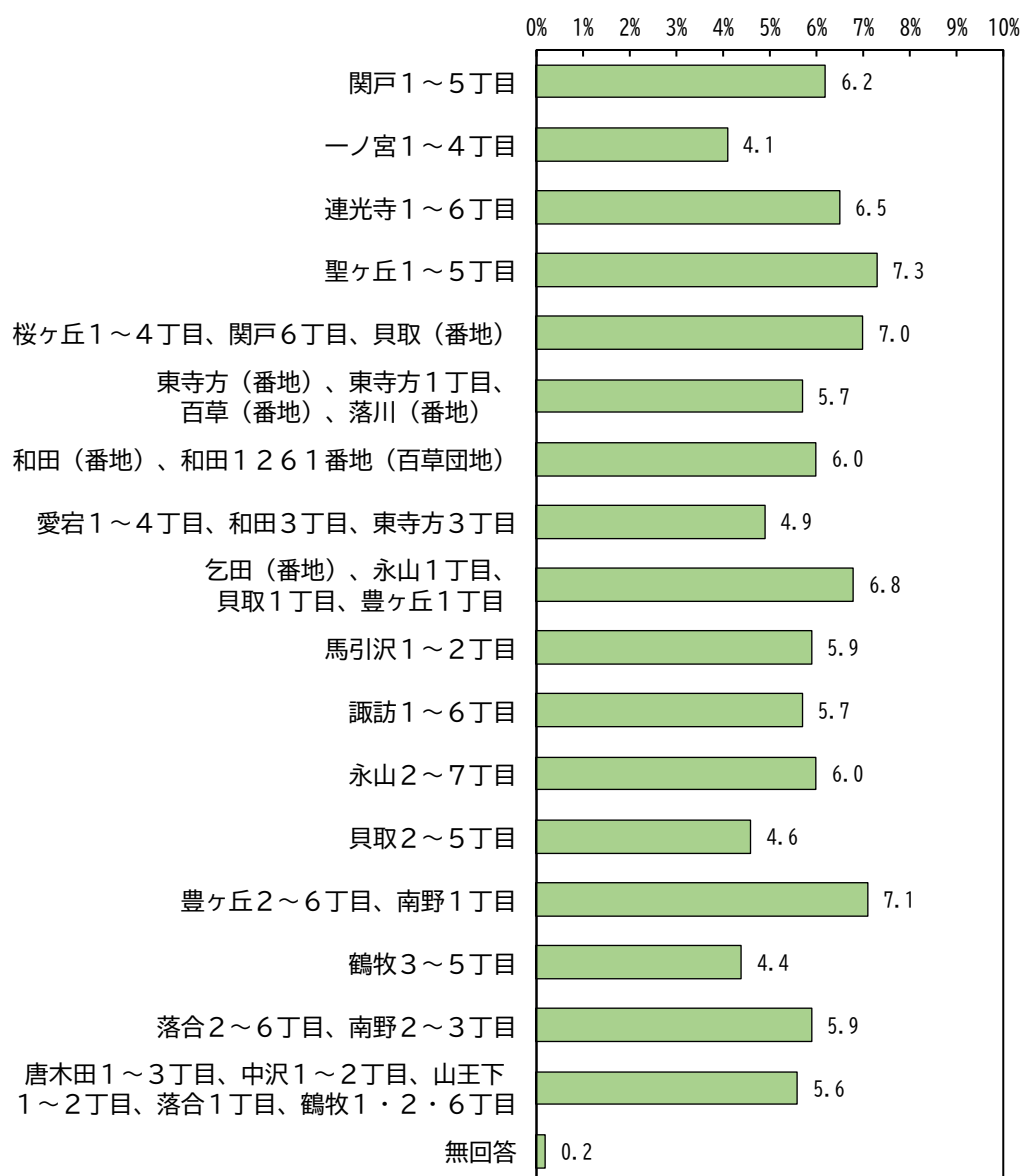


5. 成人期

問1 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(✓は1つ)

・住んでいる地域は、「聖ヶ丘1～5丁目」が7.3%で最も高く、次いで「豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目」が7.1%、「桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貝取（番地）」が7.0%となっています。

図表1 住んでいる地域

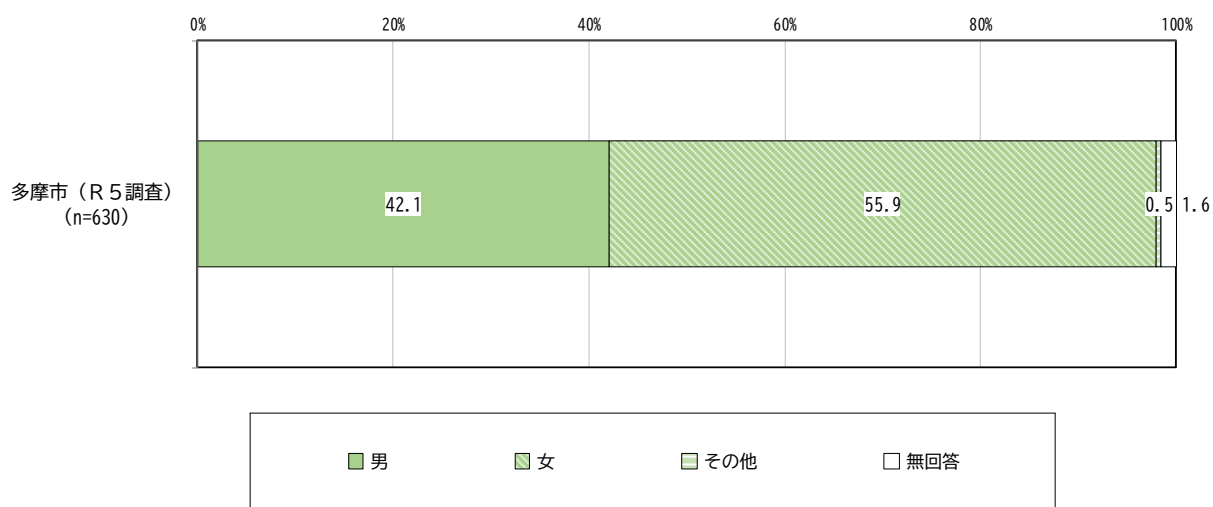


■ 多摩市（R5調査）（n=630）

問2 あなたの性別と年齢を教えてください。(✓は1つ)

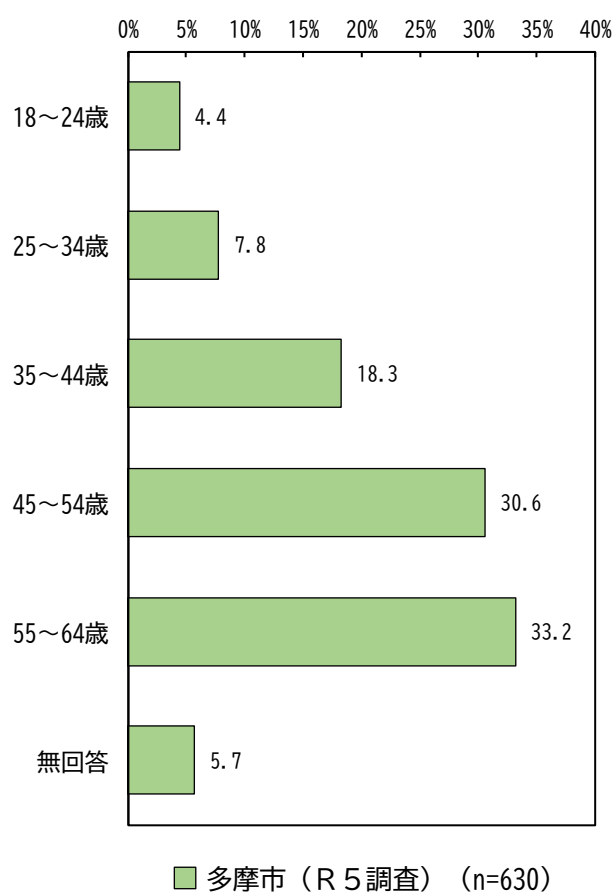
- ・回答者の性別は、「男」が42.1%に対し、「女」は55.9%となっています。

図表2—① 回答者の性別



・回答者の年齢は、「55～64 歳」が 33.2%で最も高く、次いで「45～54 歳」が 30.6%、「35～44 歳」が 18.3%となっています。

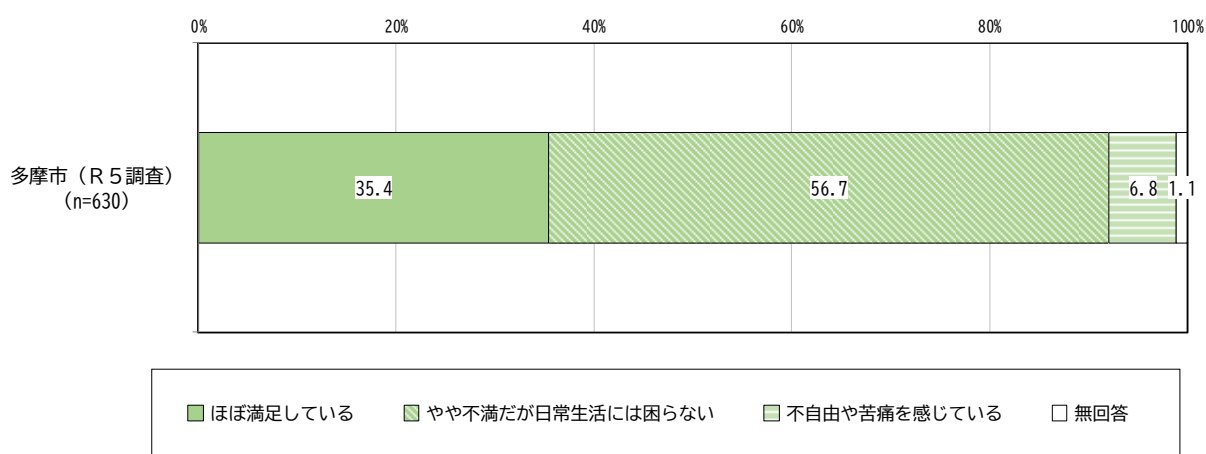
図表 2—② 回答者の年齢



問3 あなたは、ご自身の歯・口の状態について、どのように感じていますか。
(✓は1つ)

・自身の歯や口の状態については、「やや不満だが日常生活には困らない」が56.7%で最も高く、次いで「ほぼ満足している」が35.4%、「不自由や苦痛を感じている」が6.8%となっています。

図表3 自身の歯や口の状態について



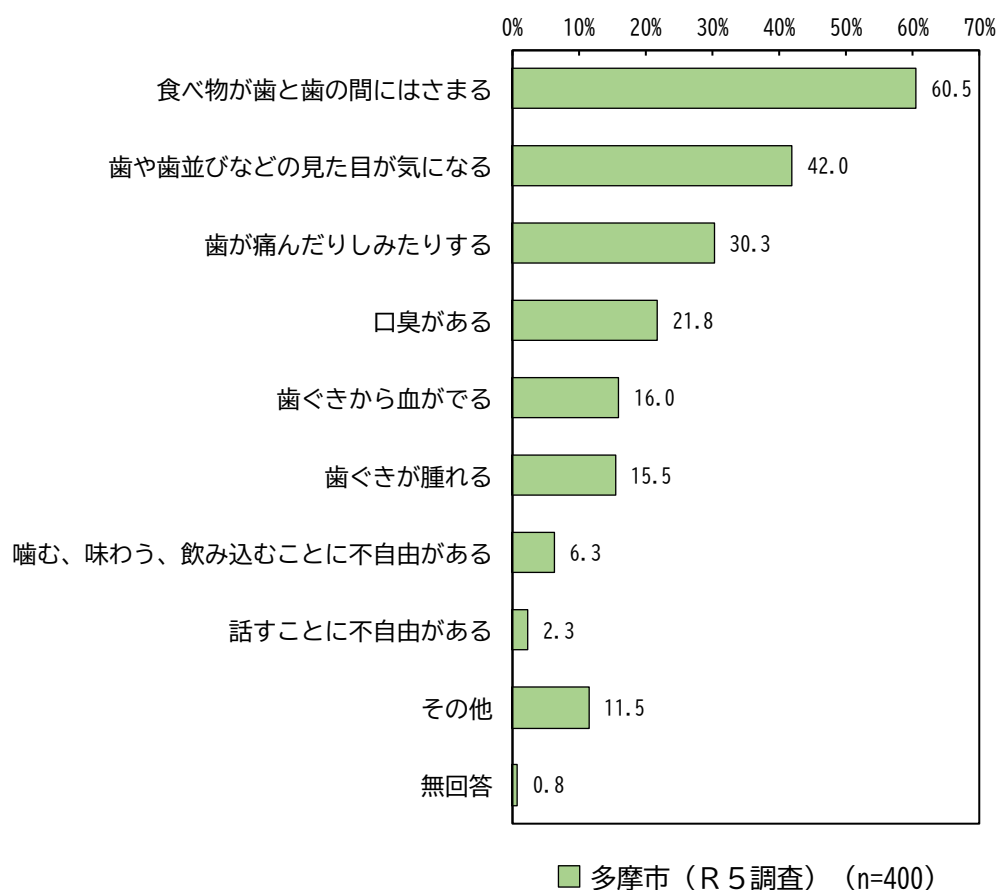
【問3で「やや不満だが日常生活には困らない」、「不自由や苦痛を感じている」をお選びの方におたずねします。】

問4 どのようなことについて不満や苦痛を感じていますか。

(あてはまるものすべてに✓)

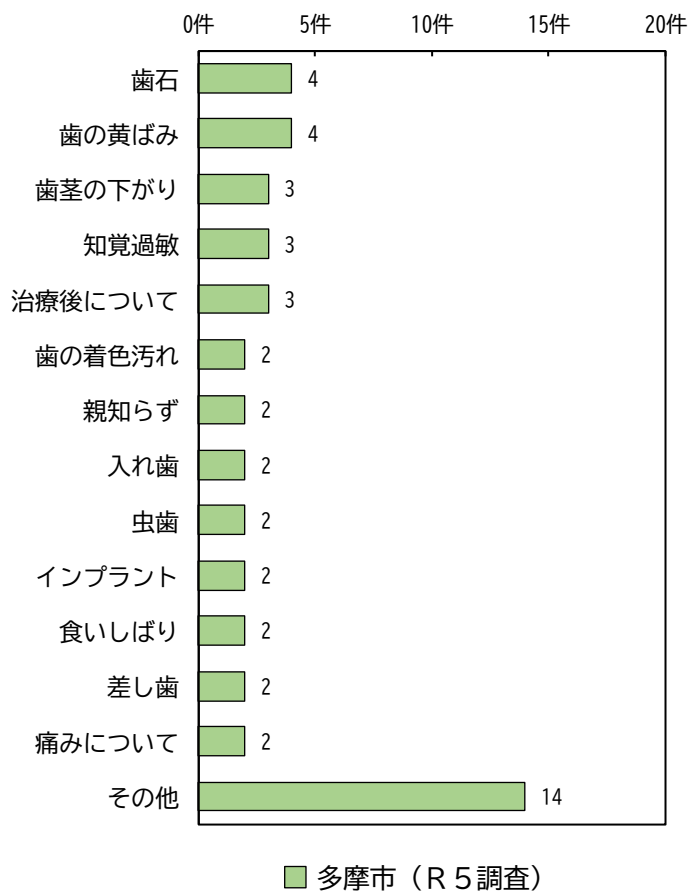
・主な不満や苦痛は、「食べ物が歯と歯の間にはさまる」が60.5%で最も高く、次いで「歯や歯並びなどの見た目が気になる」が42.0%、「歯が痛んだりしめたりする」が30.3%となっています。

図表4 主な不満や苦痛



- ・自由記載の内容は、「歯石」、「歯の黄ばみ」がともに4件で最も多く、次いで「歯茎の下がり」、「知覚過敏」、「治療後について」がともに3件となっています。

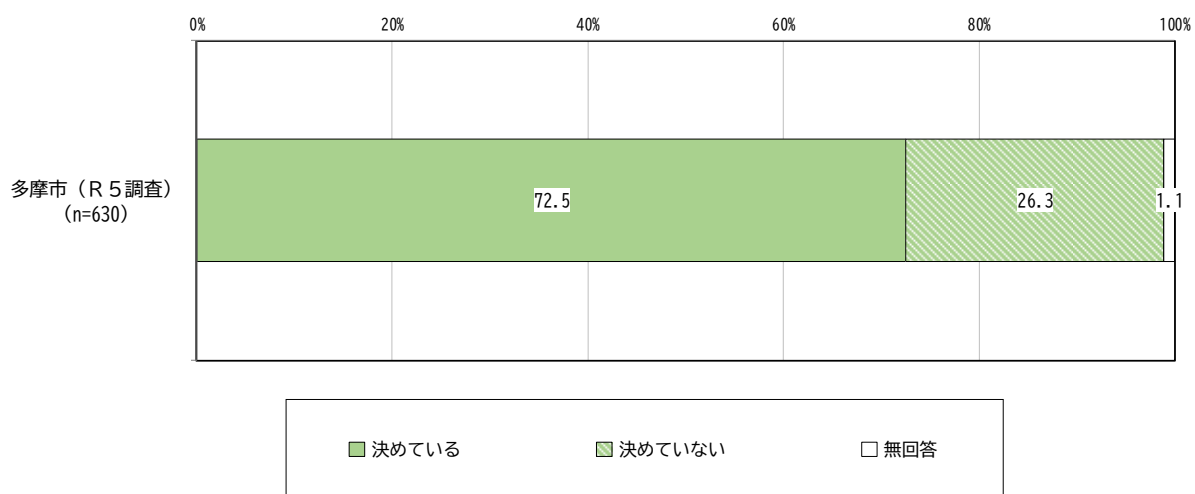
図表4—① 主な不満や苦痛（その他 主な自由記載項目）



問5 あなたは、かかりつけの歯科医院を決めていますか。(✓は1つ)

・かかりつけ歯科医を決めているかは、「決めている」が72.5%に対し、「決めていない」は26.3%となっています。

図表5 かかりつけ歯科医を決めているか

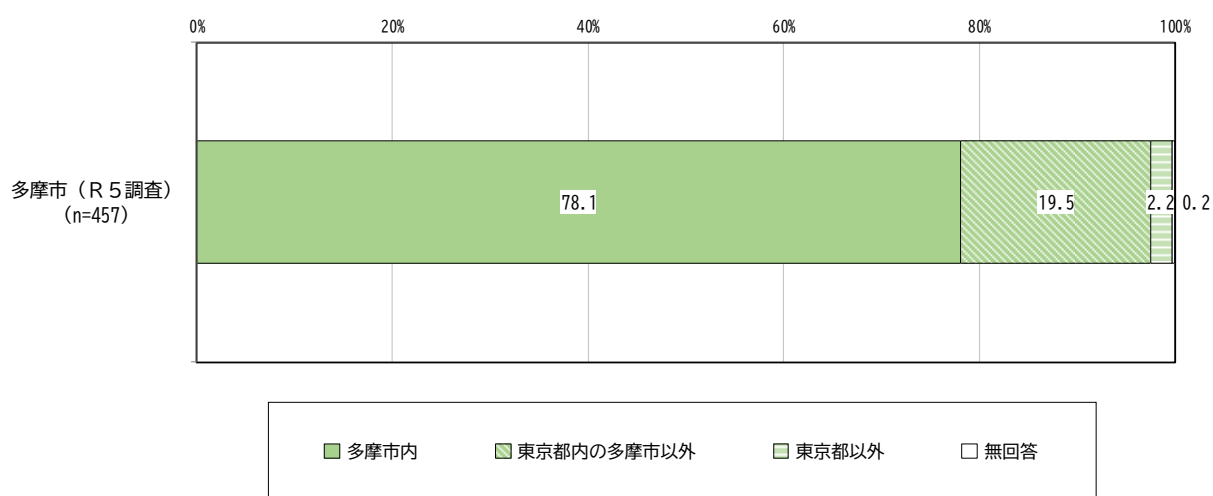


【問5で「決めている」をお選びの方におたずねします。】

問6－1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

・歯科医院の場所は、「多摩市内」が78.1%で最も高く、次いで「東京都内の多摩市以外」が19.5%、「東京都以外」が2.2%となっています。

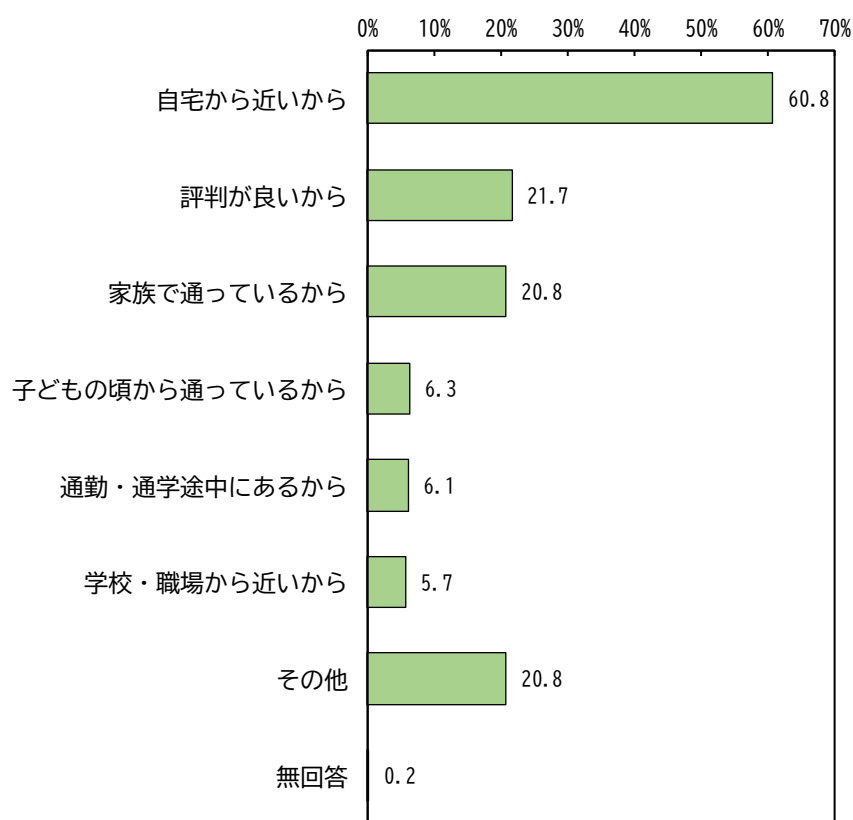
図表6－1 歯科医院の場所



問6－2 あなたは、かかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。
(あてはまるものすべてに✓)

・かかりつけ歯科医を選んだきっかけは、「自宅から近いから」が60.8%で最も高く、次いで「評判が良いから」が21.7%、「家族で通っているから」が20.8%となっています。

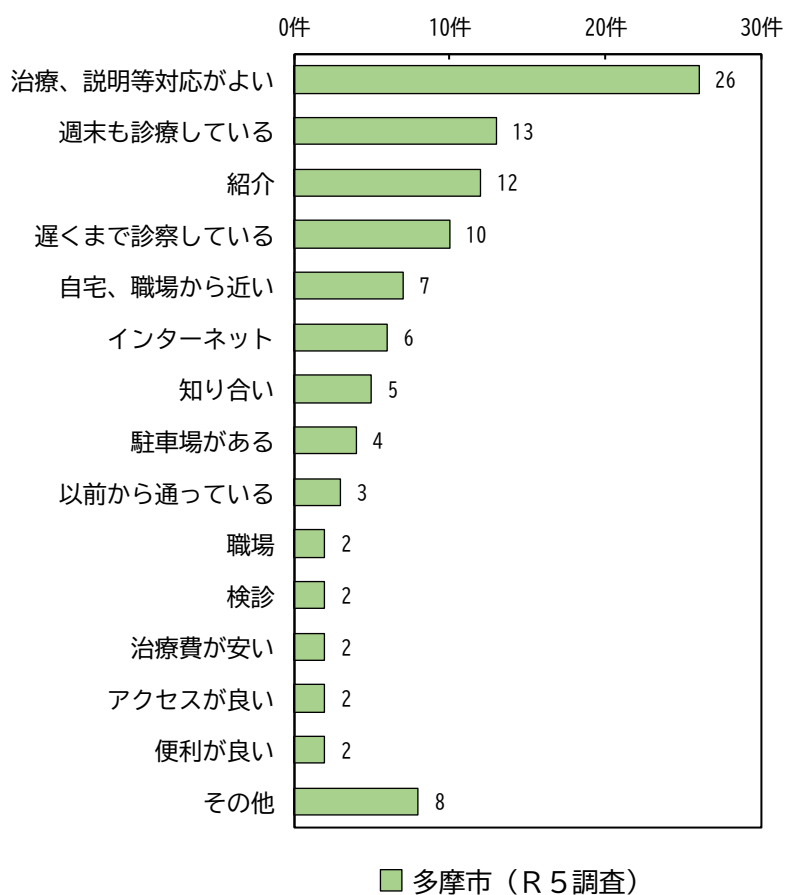
図表6－2 かかりつけ歯科医を選んだきっかけ



■ 多摩市（R5調査）（n=457）

・自由記載の内容は、「治療、説明等対応がよい」が26件で最も多く、次いで「週末も診療している」が13件、「紹介」が12件となっています。

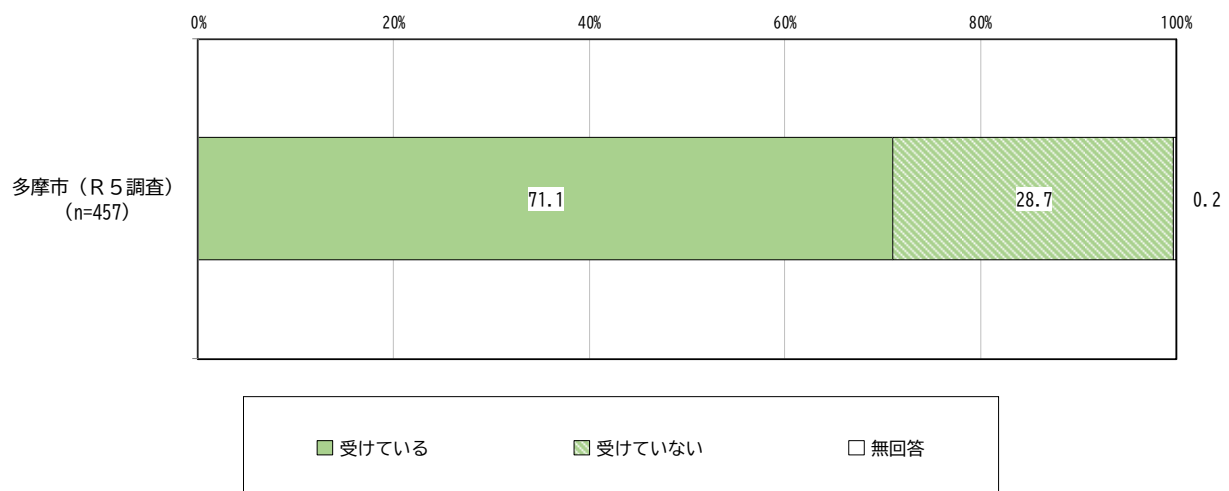
図表6－2－① かかりつけ歯科医を選んだきっかけ
(その他 主な自由記載項目)



問6－3 その歯科医院では、むし歯・歯周病の治療や入れ歯の作製・修理などのほかに予防処置等を受けていますか。(✓は1つ)

・予防処置を受けているかは、「受けている」が71.1%に対し、「受けていない」は28.7%となっています。

図表6－3 予防処置を受けているか

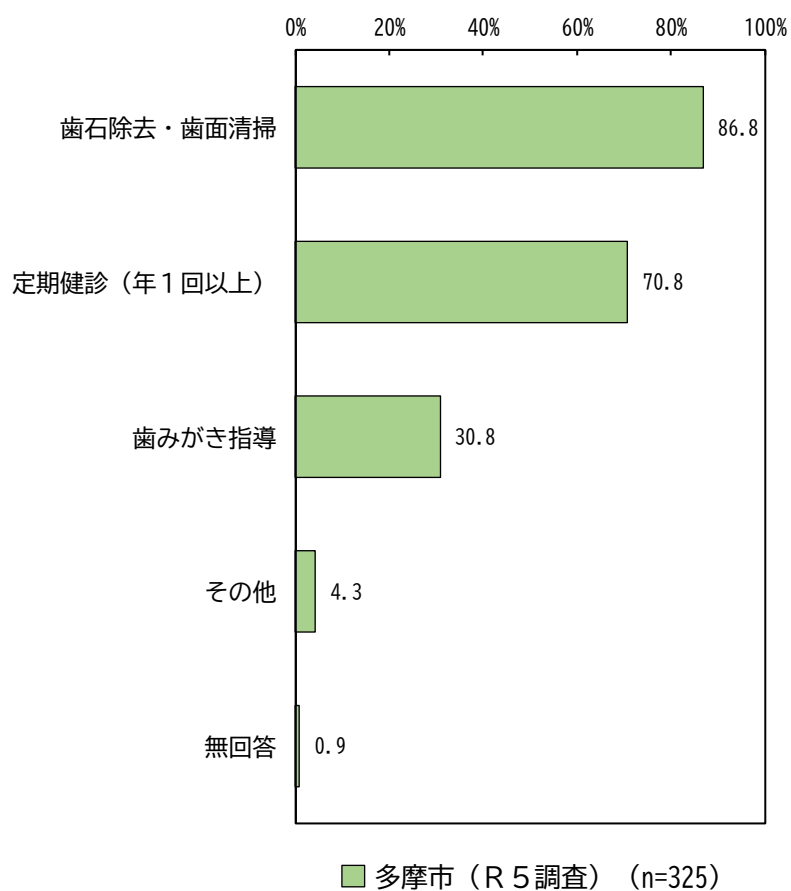


【問6－3で「受けている」をお選びの方におたずねします。】

問6－4 どのような予防処置等を受けていますか。（あてはまるものすべてに✓）

・予防処置の内容は、「歯石除去・歯面清掃」が86.8%で最も高く、次いで「定期健診（年1回以上）」が70.8%、「歯みがき指導」が30.8%となっています。

図表6－4 予防処置の内容



※その他の記入内容：フッ素、クリーニング等

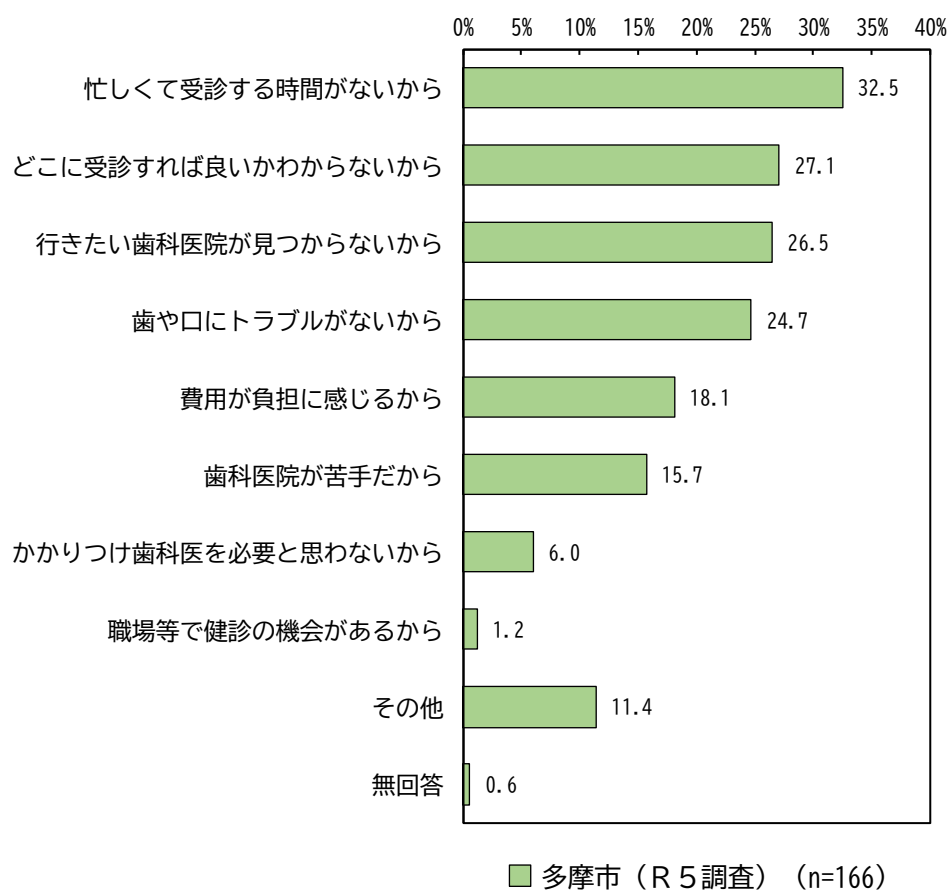
【問5で「決めていない」をお選びの方におたずねします。】

問7 かかりつけの歯科医院を決めていないのはなぜですか。

(あてはまるものすべてに✓)

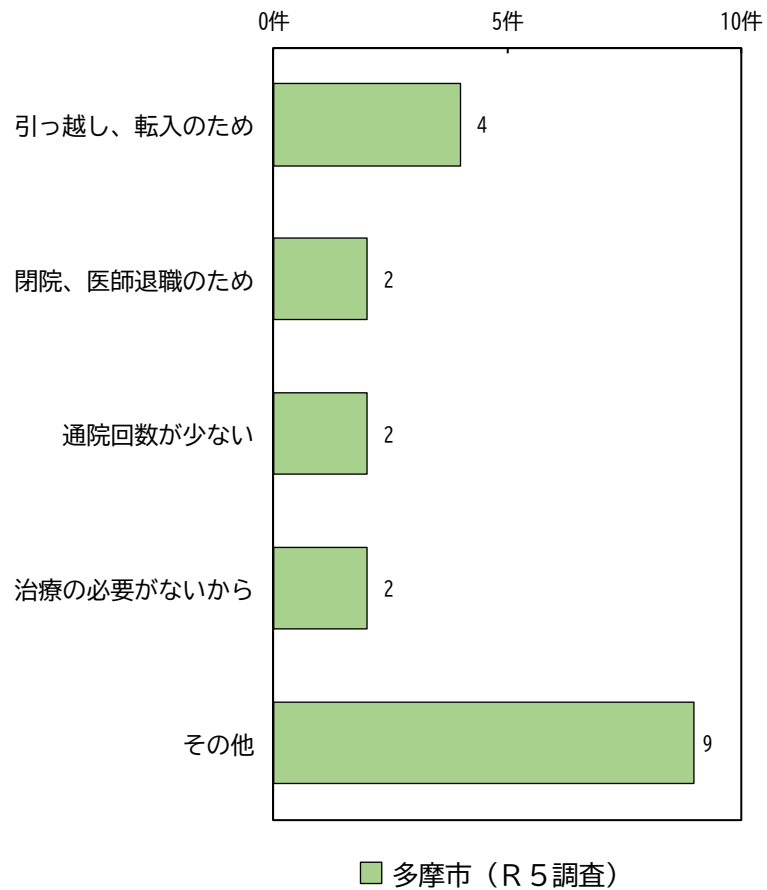
・かかりつけ歯科医を決めていない理由は、「忙しくて受診する時間がないから」が32.5%で最も高く、次いで「どこに受診すれば良いかわからないから」が27.1%、「行きたい歯科医院が見つからないから」が26.5%となっています。

図表7 かかりつけ歯科医を決めていない理由



・自由記載の内容は、「引っ越し、転入のため」が4件で最も多く、次いで「閉院、医師退職のため」、「通院回数が少ない」、「治療の必要がないから」がともに2件となっています。

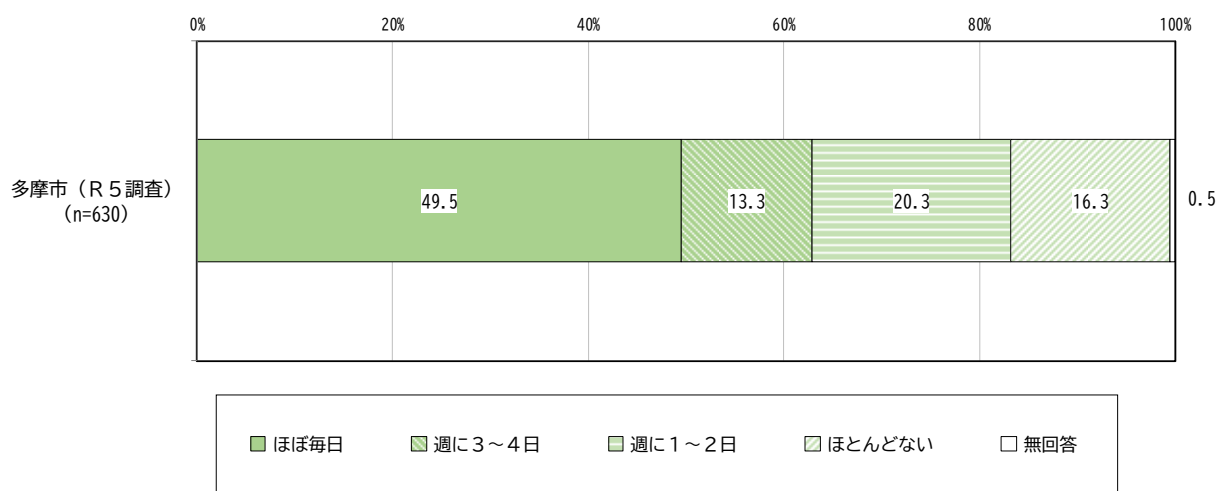
図表7―① かかりつけ歯科医を決めていない理由
(その他 主な自由記載項目)



問8 あなたが、歯をみがくときに1本ずつていねいに時間をかけている日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(✓は1つ)

・1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度は、「ほぼ毎日」が49.5%で最も高く、次いで「週に1～2日」が20.3%、「ほとんどない」が16.3%となっています。

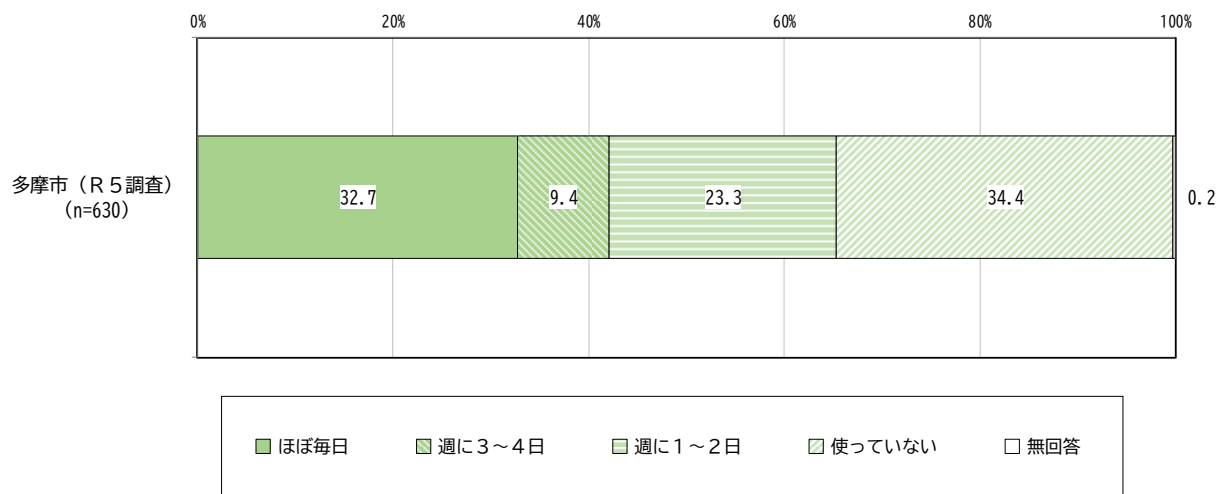
図表8 1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度



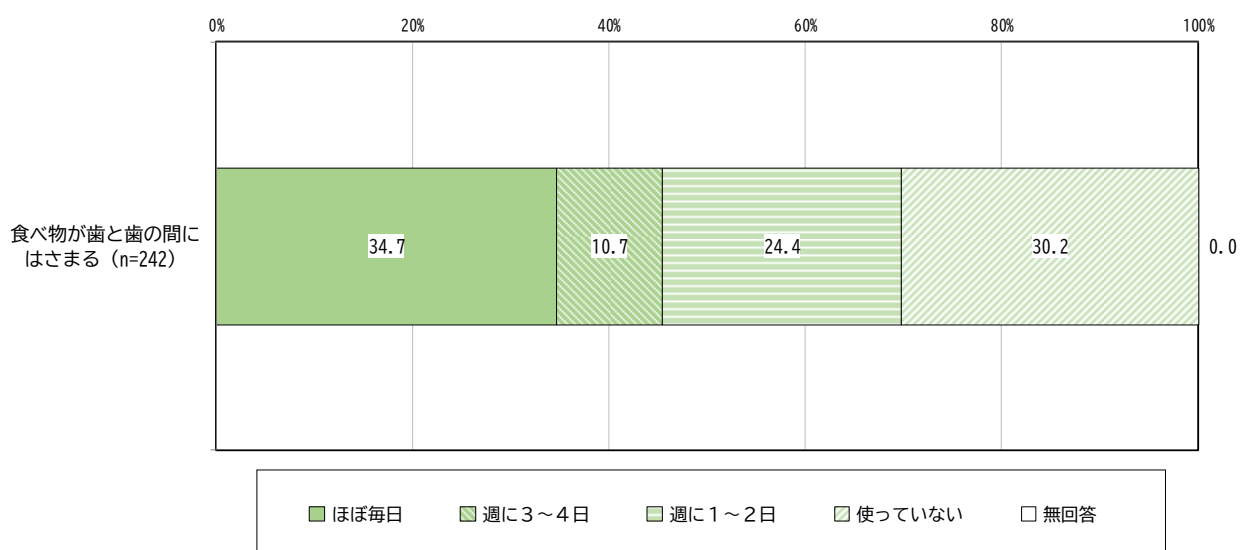
問9 あなたは、歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシを1週間のうちどのくらい使っていますか。（✓は1つ）

- ・デンタルフロス（糸ようじなど）の使用頻度は、「使っていない」が34.4%で最も高く、次いで「ほぼ毎日」が32.7%、「週に1～2日」が23.3%となっています。
- ・問4で「食べ物が歯と歯の間にはさまる」と回答した人では、使っていない頻度の割合が、全体に比べ低くなっています。

図表9 デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシの使用頻度



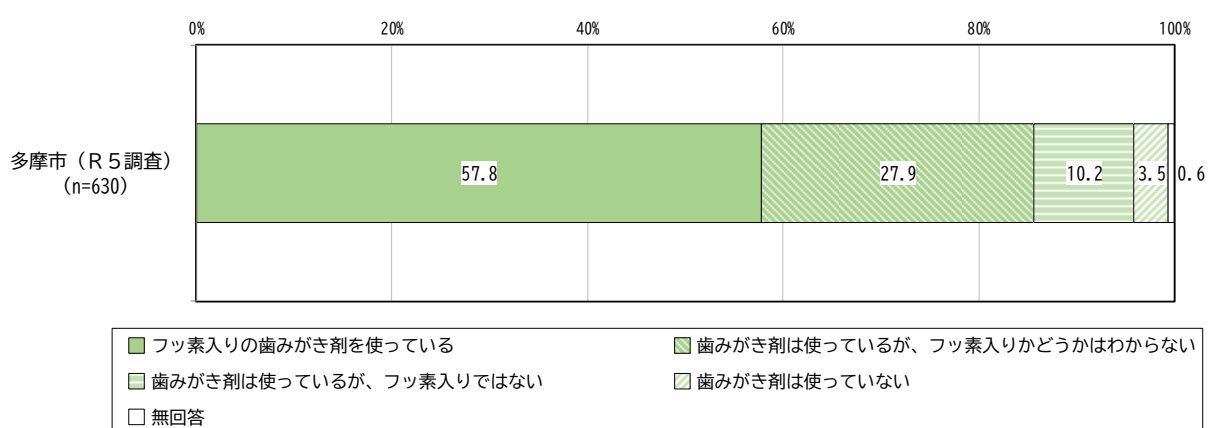
図表9—① デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシの使用頻度
（食べ物が歯と歯の間にはさまると回答した人）



問 10 あなたは、歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。
(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」が 57.8%で最も高く、次いで「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」が 27.9%、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない」が 10.2%となっています。

図表 10 フッ素入りの歯みがき剤の使用状況

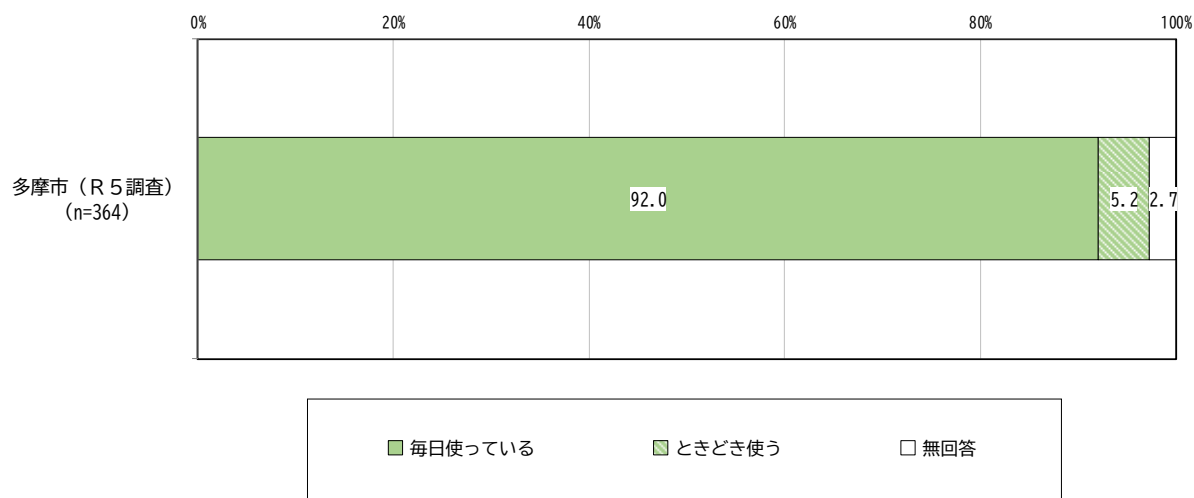


【問 10 で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問 11 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度は、「毎日使っている」が 92.0%に対し、「ときどき使う」は 5.2%となっています。

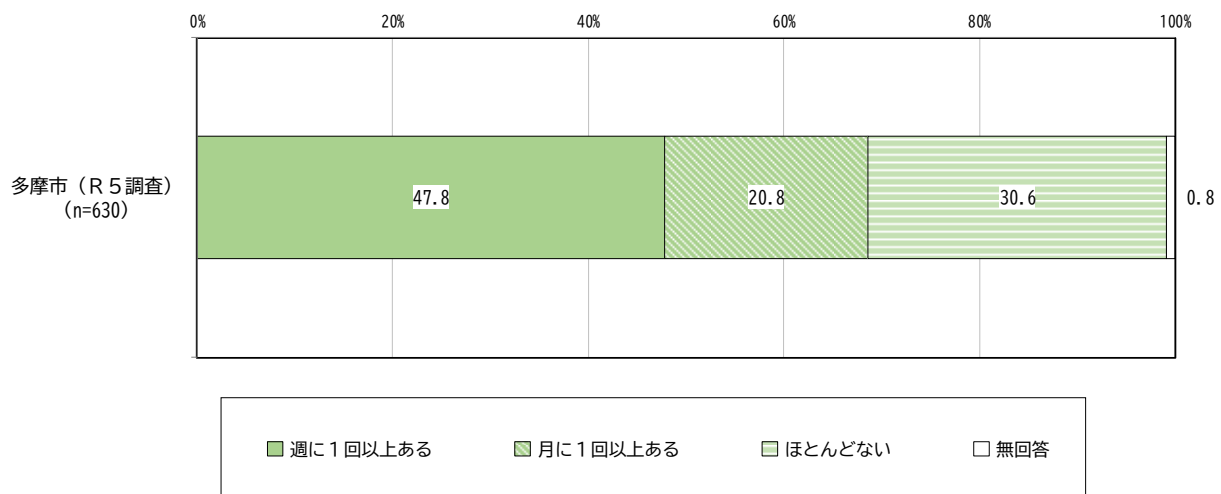
図表 11 フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度



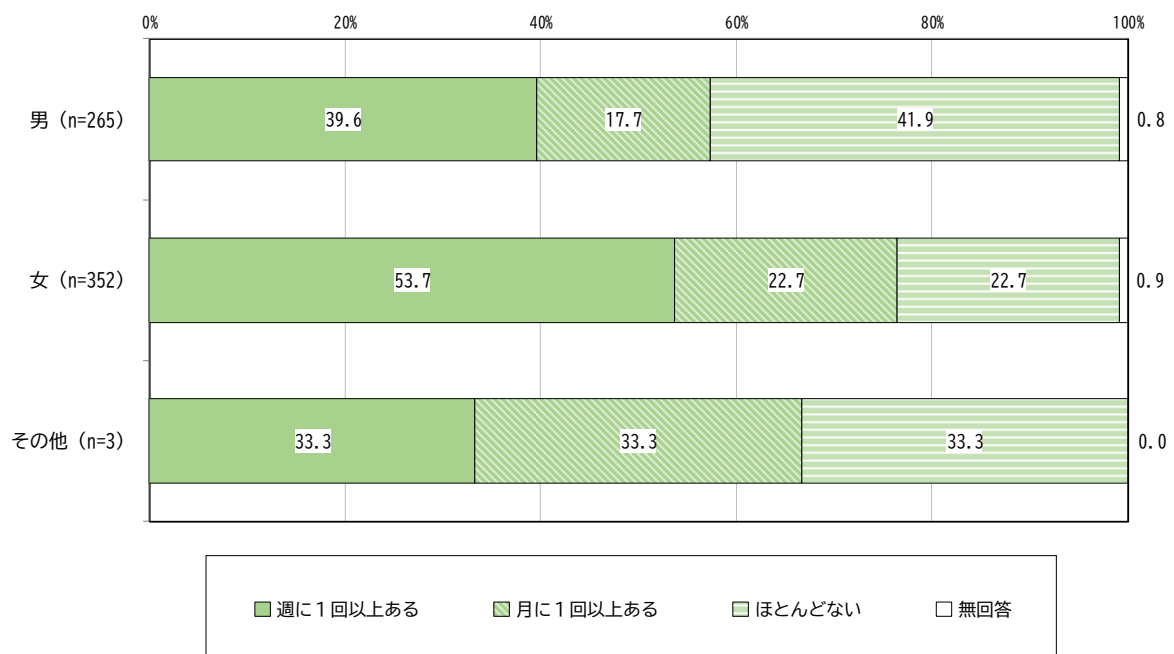
問 12 あなたは、鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。(✓は1つ)

- ・歯や歯ぐきの様子を観察することがあるかは、「週に1回以上ある」が47.8%で最も高く、次いで「ほとんどない」が30.6%、「月に1回以上ある」が20.8%となっています。
- ・性別では、男性は「ほとんどない」の割合が高く、女性は「週に1回以上ある」の割合が高くなっています。

図表12 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか



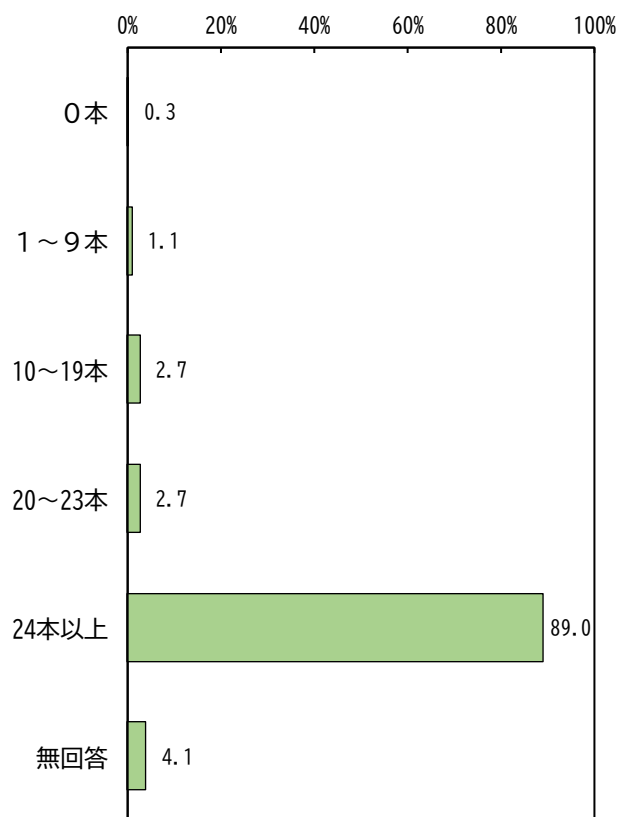
図表12—① 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか (性別ごと)



問 13 永久歯は、「親知らず」が4本すべて生えると全部で32本です。あなたの歯の数は、現在、何本ですか。

・歯の本数は、「24本以上」が89.0%で最も高く、次いで「20～23本」、「10～19本」がともに2.7%、「1～9本」が1.1%となっています。

図表 13 歯の本数



■ 多摩市（R5調査）（n=630）

- ・性別では、すべての性別で「24 本以上」の割合が高くなっています。
- ・年齢では、すべての年齢で「24 本以上」の割合が高くなっています。

図表 13—① 歯の本数（性別ごと）

	全 体	0 本	1 ～ 9 本	1 0 ～ 1 9 本	2 0 ～ 2 3 本	2 4 本 以 上	無 回 答
全体	630	2	7	17	17	561	26
	100.0	0.3	1.1	2.7	2.7	89.0	4.1
男	265	1	4	11	9	229	11
	100.0	0.4	1.5	4.2	3.4	86.4	4.2
女	352	1	3	6	8	320	14
	100.0	0.3	0.9	1.7	2.3	90.9	4.0
その他	3	0	0	0	0	2	1
	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	66.7	33.3

上段：回答数
下段：%

図表 13—② 歯の本数（年齢ごと）

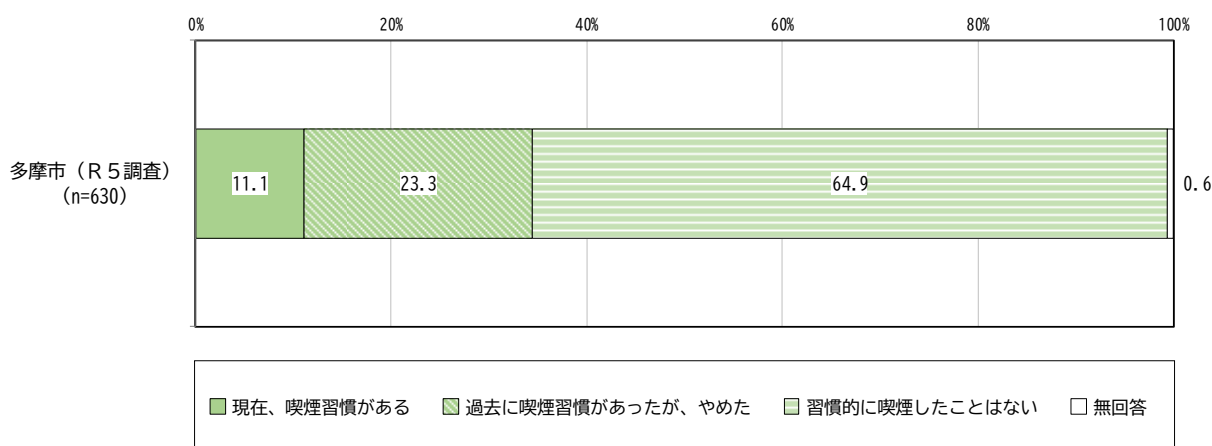
	全 体	0 本	1 ～ 9 本	1 0 ～ 1 9 本	2 0 ～ 2 3 本	2 4 本 以 上	無 回 答
全体	630	2	7	17	17	561	26
	100.0	0.3	1.1	2.7	2.7	89.0	4.1
18～44歳	192	1	2	0	1	181	7
	100.0	0.5	1.0	0.0	0.5	94.3	3.6
45～64歳	402	1	5	16	13	351	16
	100.0	0.2	1.2	4.0	3.2	87.3	4.0

上段：回答数
下段：%

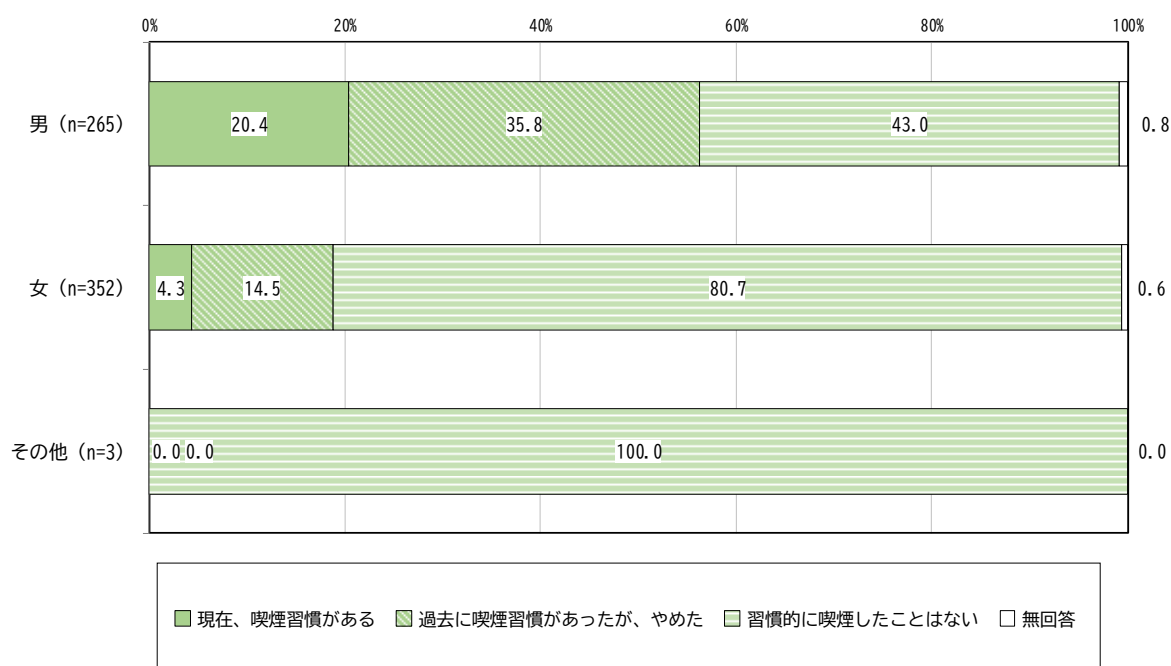
問 14－1 あなたは、喫煙習慣がありますか。（加熱式たばこを含む。）（✓は1つ）

- ・喫煙習慣の有無は、「習慣的に喫煙したことはない」が64.9%で最も高く、次いで「過去に喫煙習慣があったが、やめた」が23.3%、「現在、喫煙習慣がある」が11.1%となっています。
- ・性別では、男性は「過去に喫煙習慣があったが、やめた」の割合が高く、女性は「習慣的に喫煙したことはない」の割合が高くなっています。

図表 14－1 喫煙習慣の有無

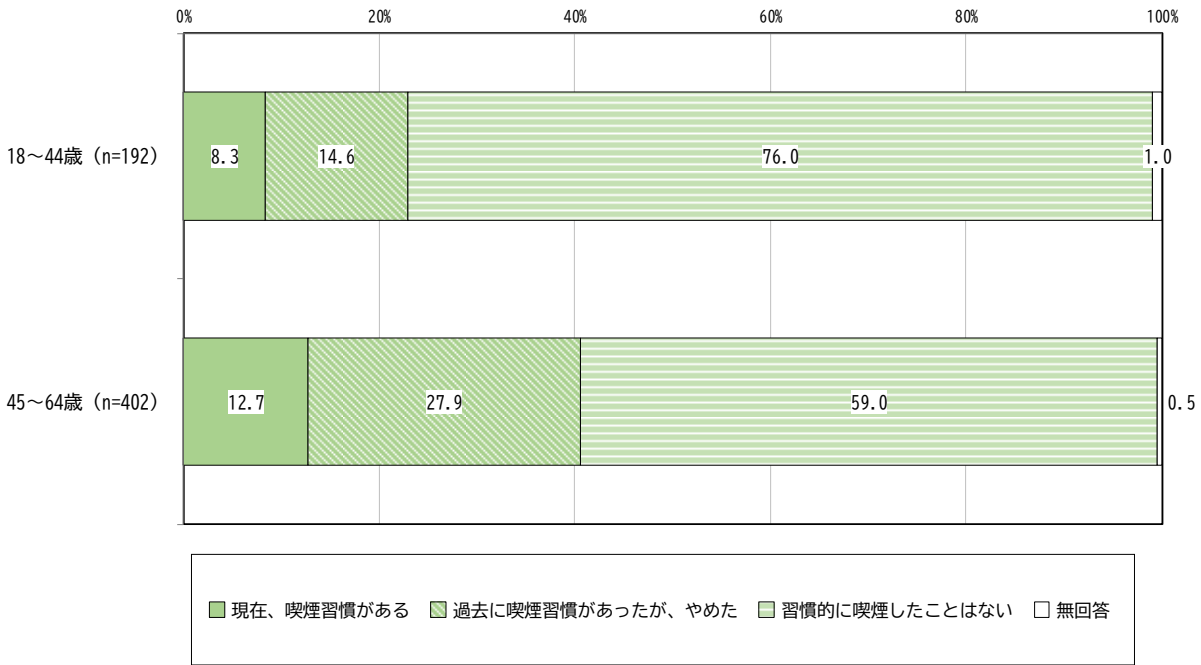


図表 14－1－① 喫煙習慣の有無（性別ごと）



・年齢では、18～44 歳は「習慣的に喫煙したことはない」の割合が高く、45～64 歳は「過去に喫煙習慣があったが、やめた」の割合が高くなっています。

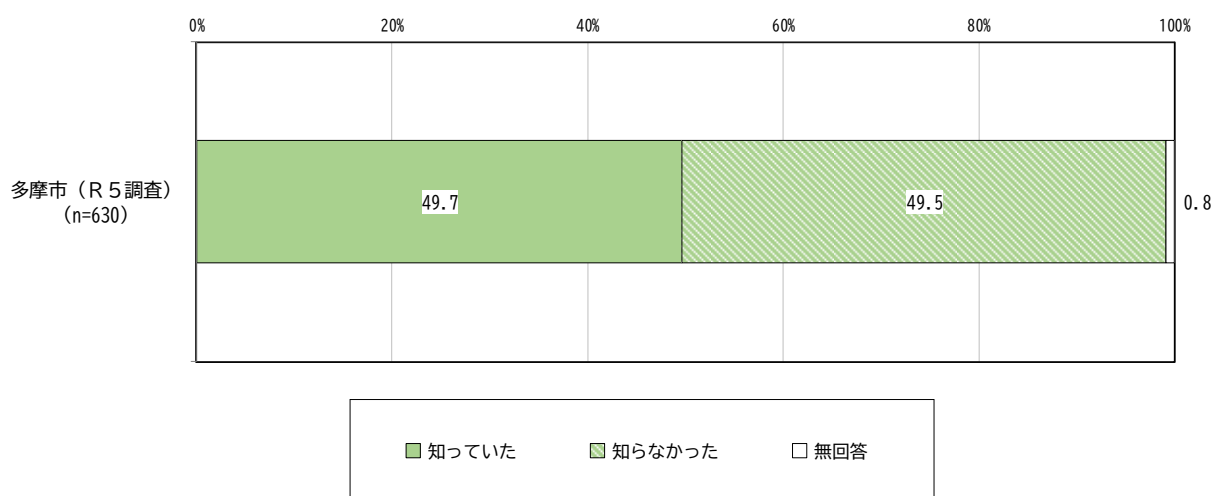
図表 14－1－② 喫煙習慣の有無（年齢ごと）



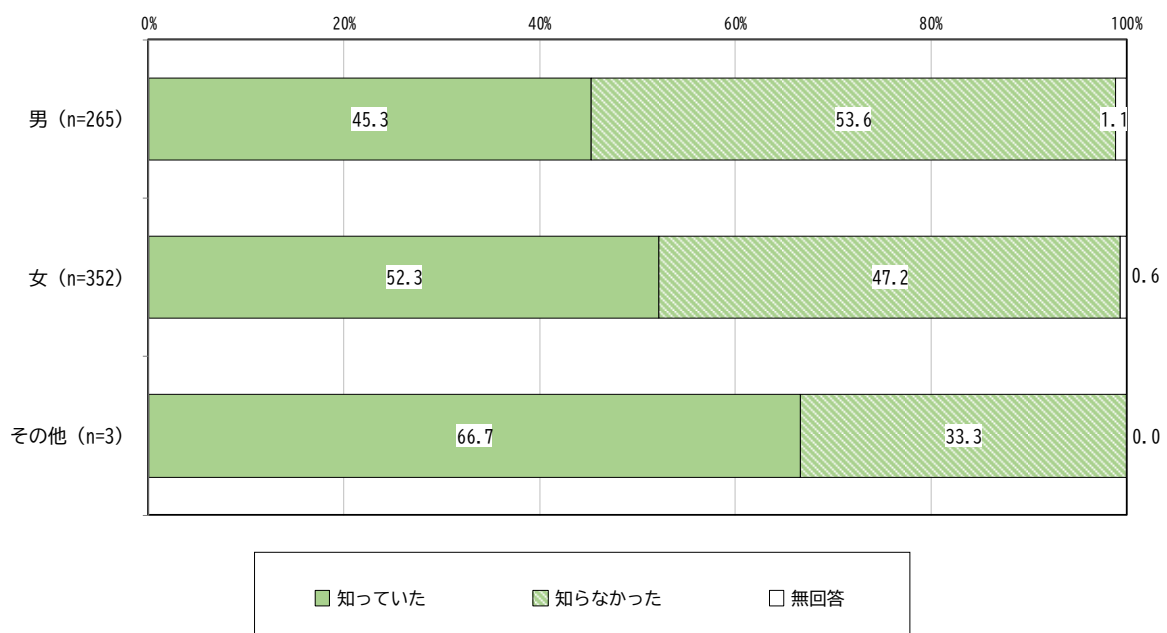
問 14－2 喫煙は歯ぐきの病気（歯周病）を進行させる要因の1つですが、あなたは
このことをご存じでしたか。（✓は1つ）

- ・喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを知っていたかは、「知っていた」が49.7%に対し、「知らなかった」は49.5%となっています。
- ・性別では、喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを知っている割合は、女性の方が高くなっています。

図表 14－2 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか

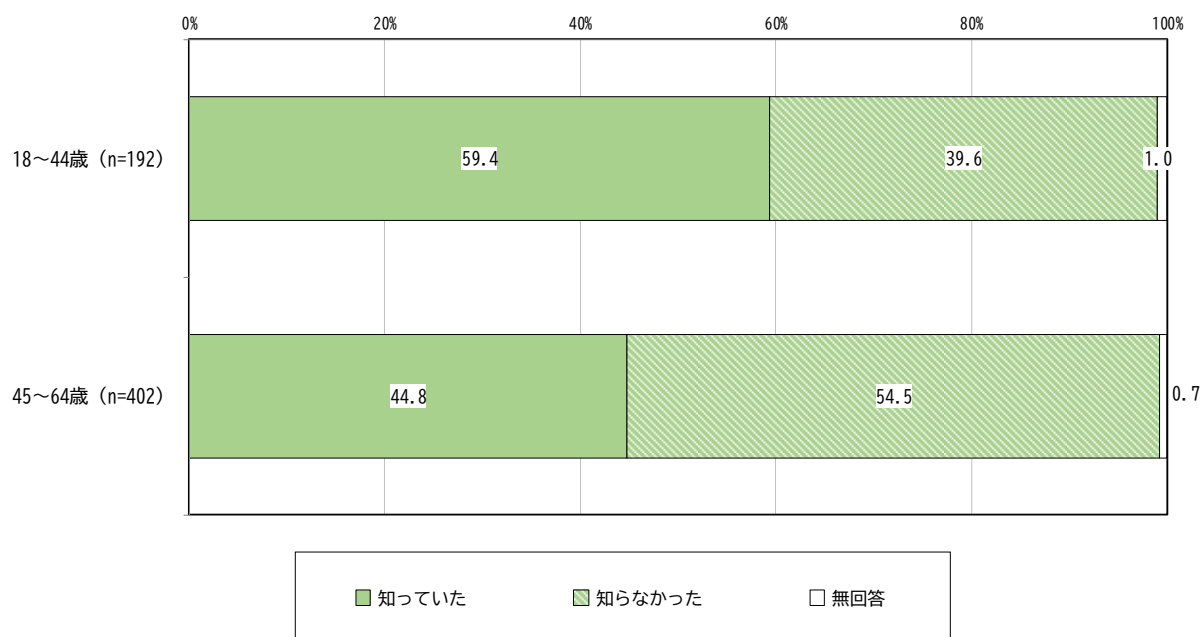


図表 14－2－① 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか（性別ごと）

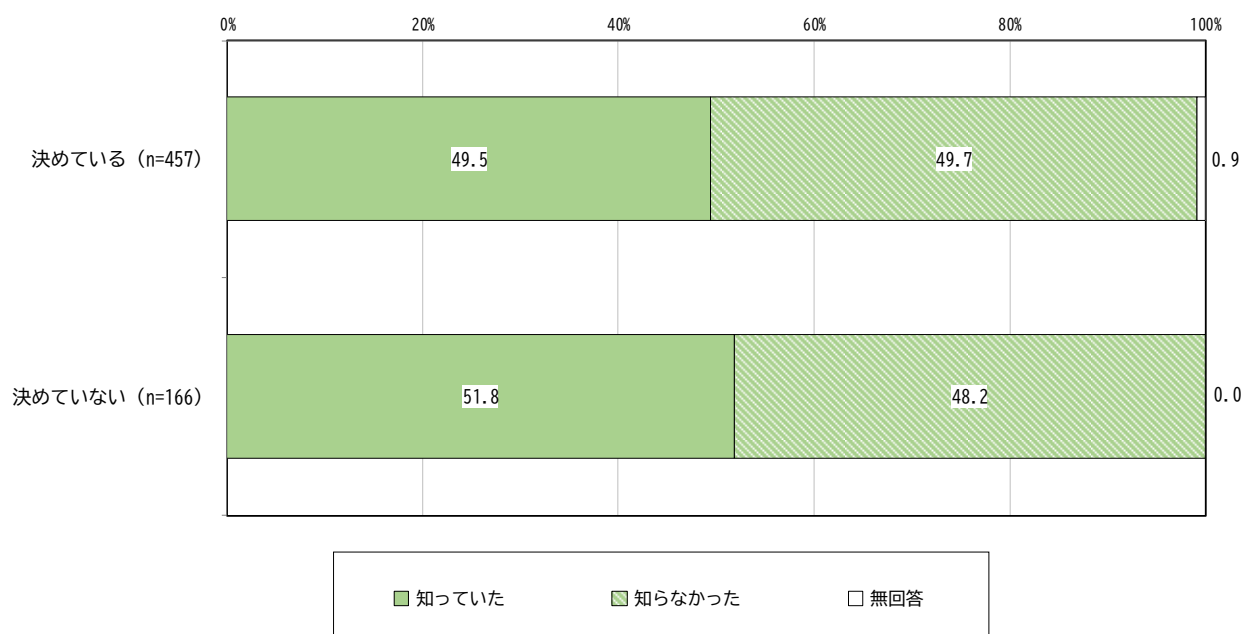


- ・年齢では、喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを知っている割合は、18～44歳の方が高くなっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、顕著な差は見られません。

図表 14—2—② 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか（年齢ごと）



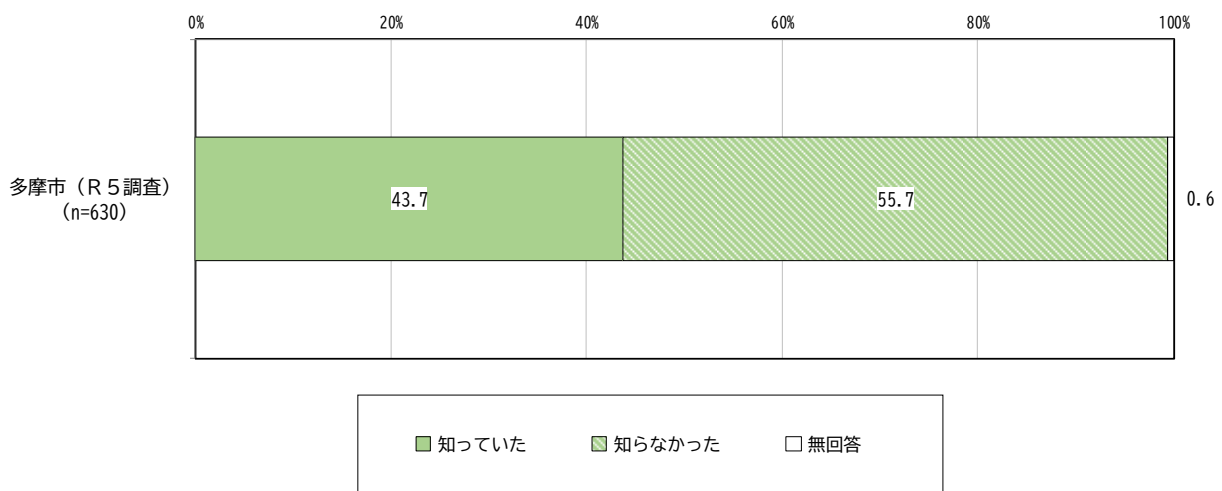
図表 14—2—③ 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



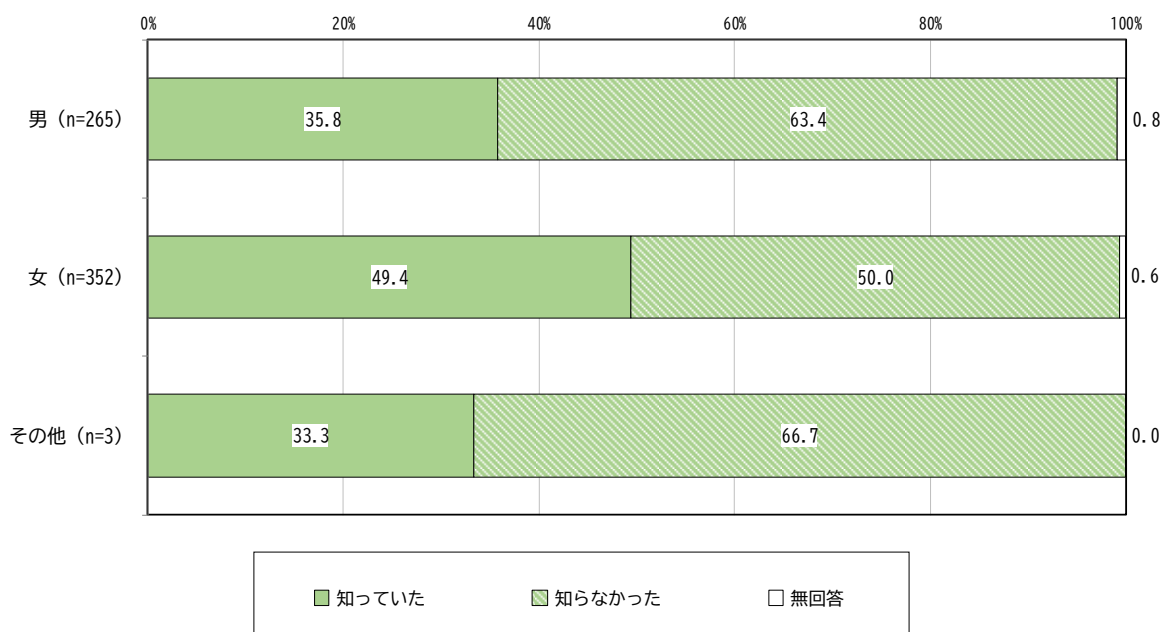
問 15 あなたは、糖尿病だと歯周病にもかかりやすく、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことをご存じでしたか。(✓は1つ)

- ・歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたかは、「知っていた」が43.7%に対し、「知らなかった」は55.7%となっています。
- ・性別では、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っている割合は、女性の方が高くなっています。

図表 15 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか

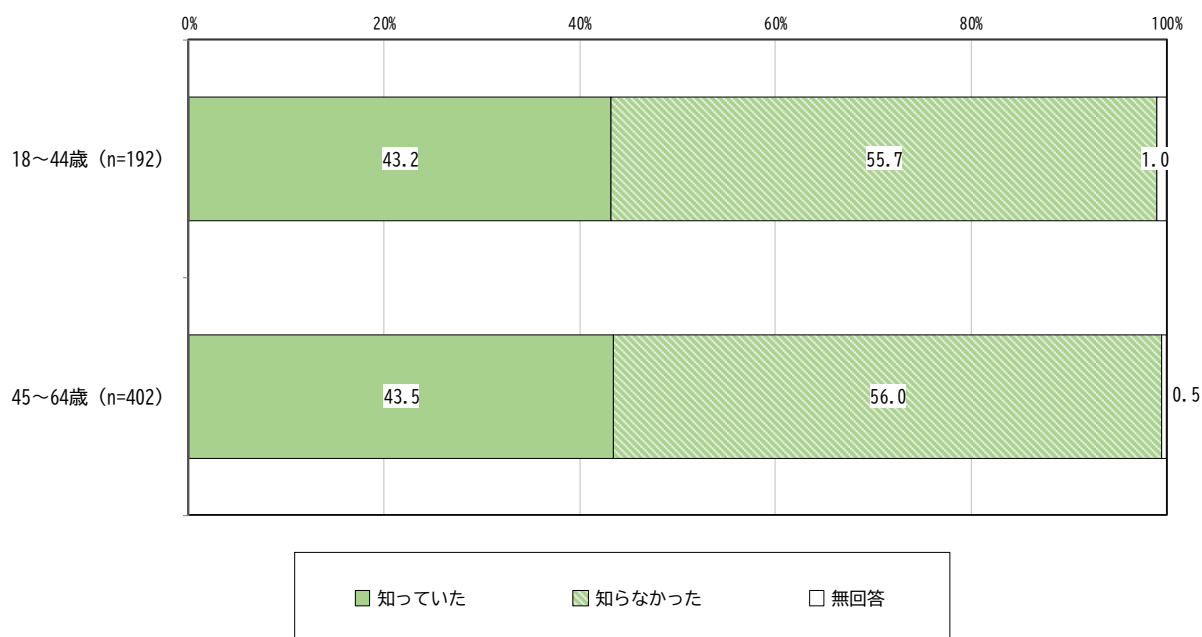


図表 15—① 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか (性別ごと)

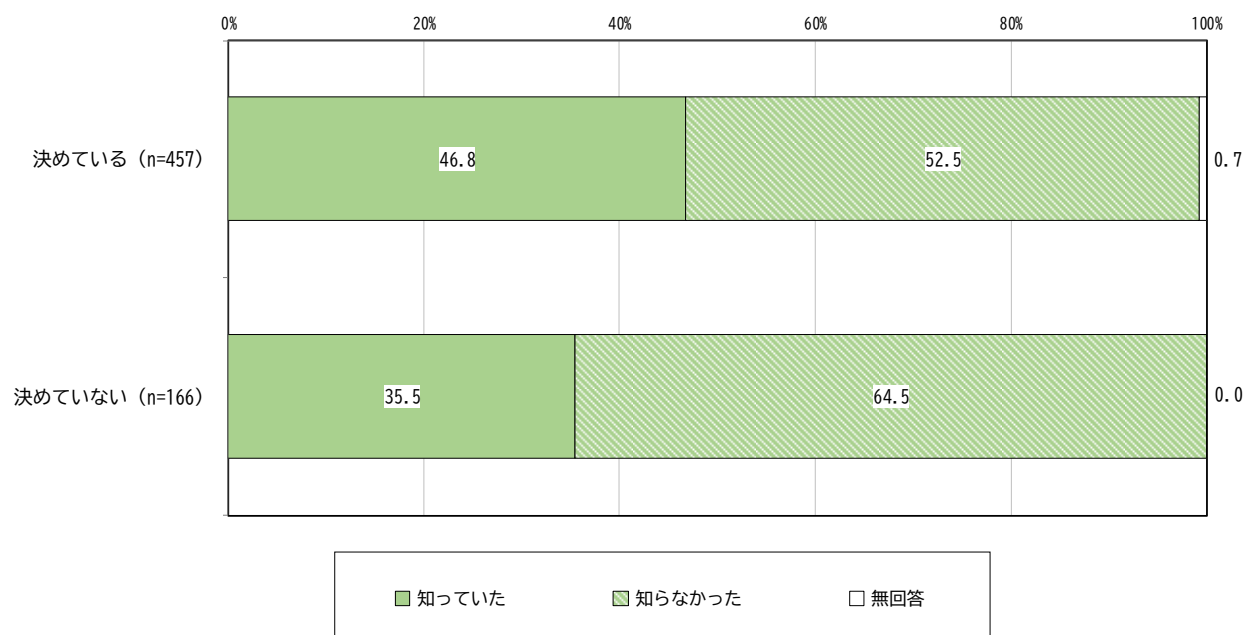


- ・年齢では、顕著な差は見られません。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 15—② 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか（年齢ごと）



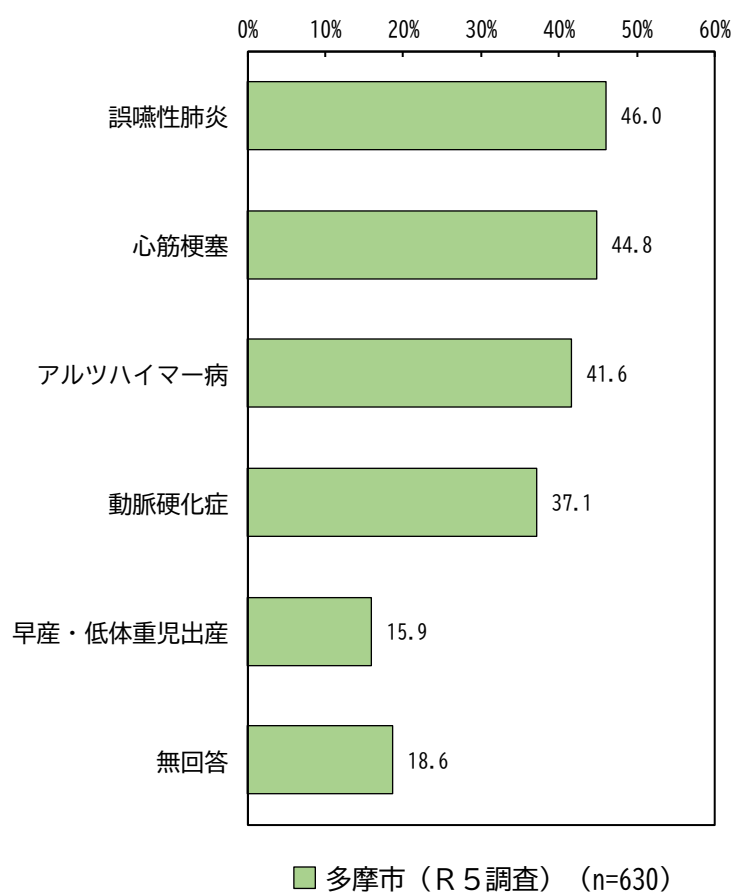
図表 15—③ 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか
（かかりつけ歯科医の有無別）



問 16 あなたが、歯周病と関係のあると思うものを選んでください。
(あてはまるものすべてに✓)

・歯周病と関係のあると思うものは、「誤嚥性肺炎」が46.0%で最も高く、次いで「心筋梗塞」が44.8%、「アルツハイマー病」が41.6%となっています。

図表 16 歯周病と関係のあると思うもの



- ・性別では、男性で「誤嚥性肺炎」、女性で「心筋梗塞」の割合がそれぞれ高くなっています。
- ・年齢では、すべての年齢で「誤嚥性肺炎」の割合が高くなっています。

図表 16—① 歯周病と関係のあると思うもの（性別ごと）

	全体	誤嚥性肺炎	心筋梗塞	動脈硬化症	早産・低体重児出産	アルツハイマー病	無回答
全体	630	290	282	234	100	262	117
	100.0	46.0	44.8	37.1	15.9	41.6	18.6
男	265	107	99	94	23	88	63
	100.0	40.4	37.4	35.5	8.7	33.2	23.8
女	352	172	177	133	72	166	53
	100.0	48.9	50.3	37.8	20.5	47.2	15.1
その他	3	2	1	1	1	3	0
	100.0	66.7	33.3	33.3	33.3	100.0	0.0

上段：回答数
下段：%

図表 16—② 歯周病と関係のあると思うもの（年齢ごと）

	全体	誤嚥性肺炎	心筋梗塞	動脈硬化症	早産・低体重児出産	アルツハイマー病	無回答
全体	630	290	282	234	100	262	117
	100.0	46.0	44.8	37.1	15.9	41.6	18.6
18～44歳	192	82	79	67	40	66	38
	100.0	42.7	41.1	34.9	20.8	34.4	19.8
45～64歳	402	189	186	147	52	173	75
	100.0	47.0	46.3	36.6	12.9	43.0	18.7

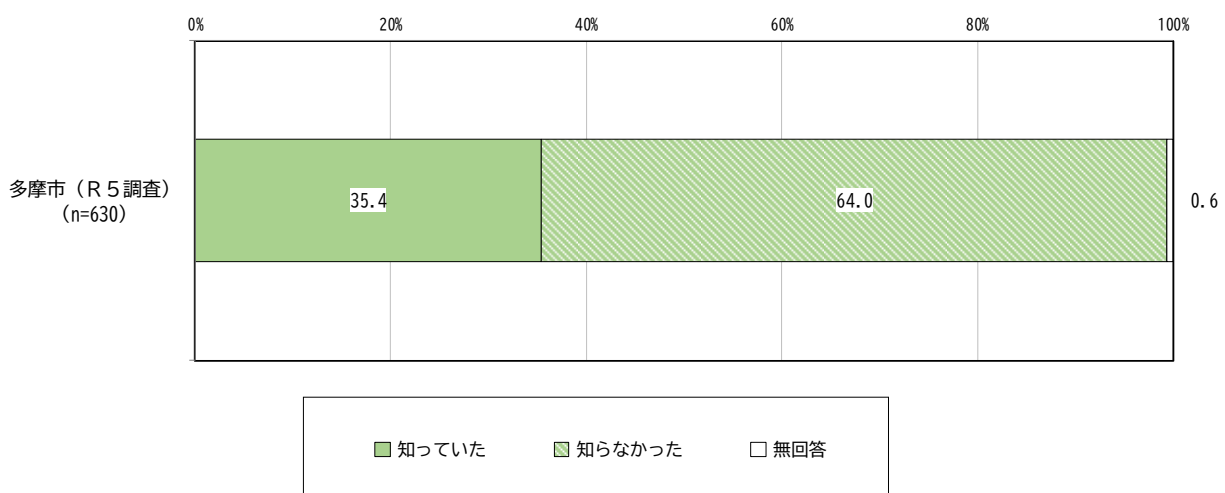
上段：回答数
下段：%

問 17 あなたは、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎を予防することをご存じでしたか。(✓は1つ)

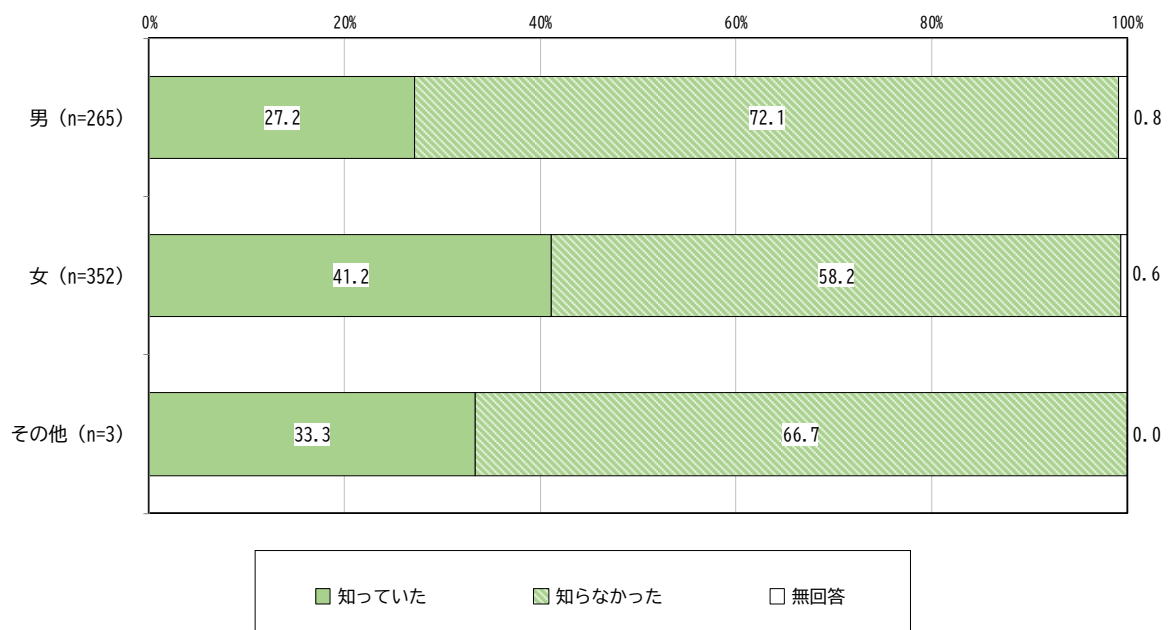
・歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたかは、「知っていた」が35.4%に対し、「知らなかった」は64.0%となっています。

・性別では、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎の予防につながることを知っている割合は、女性の方が高くなっています。

図表 17 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが
誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたか

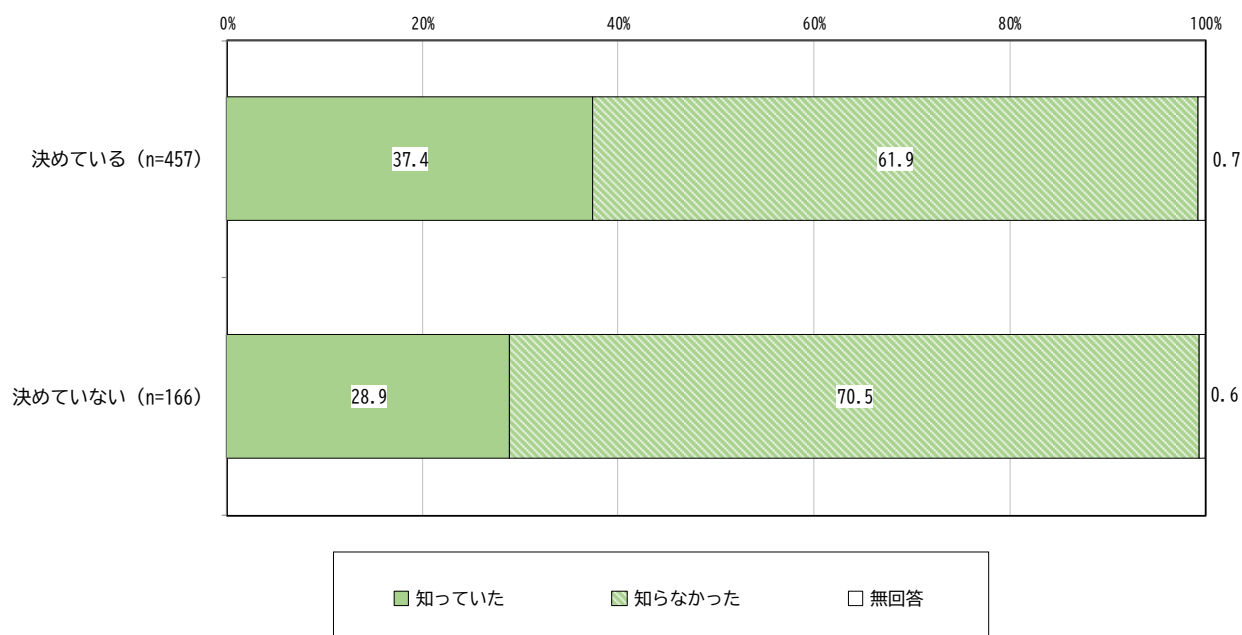


図表 17—① 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが
誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたか (性別ごと)



・かかりつけ歯科医の有無別では、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎の予防につながることを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

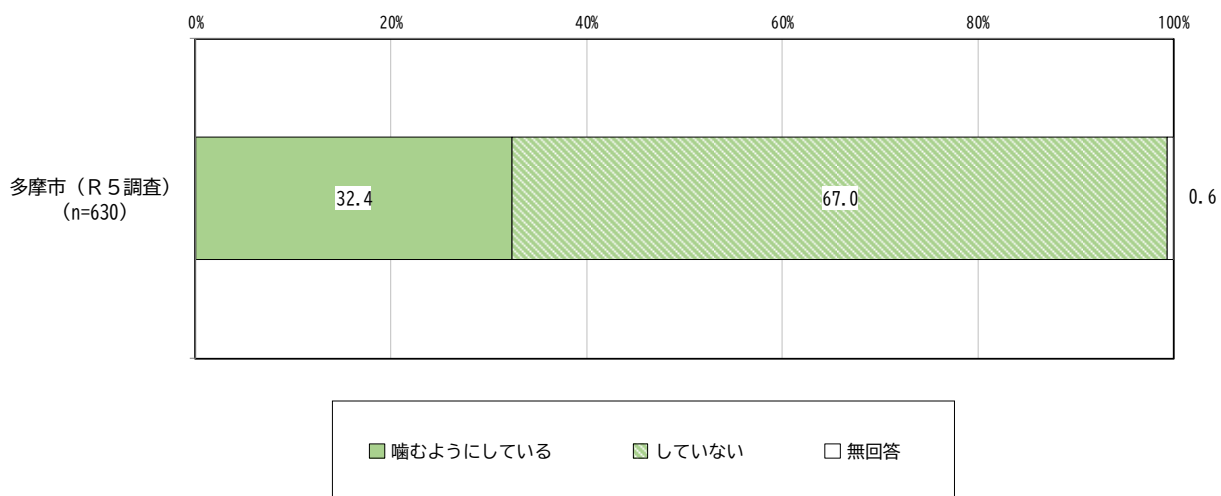
図表 17—② 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが
誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



問 18 あなたは、食べるときに、よく噛む（1口30回程度）ようにしていますか。
（✓は1つ）

・よく噛む（1口30回程度）ようにしているかは、「噛むようにしている」が32.4%に対し、「していない」は67.0%となっています。

図表 18 よく噛む（1口30回程度）ようにしているか

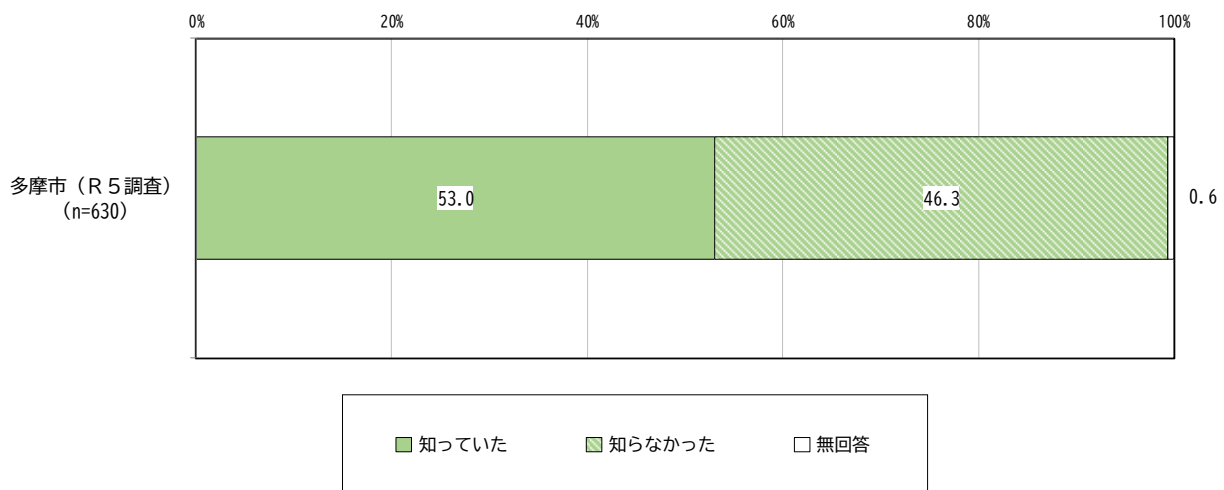


問 19 あなたは、1 口で 30 回かむことの大切さ（嚙ミング 3 0）を知っていましたか。
（✓は 1 つ）

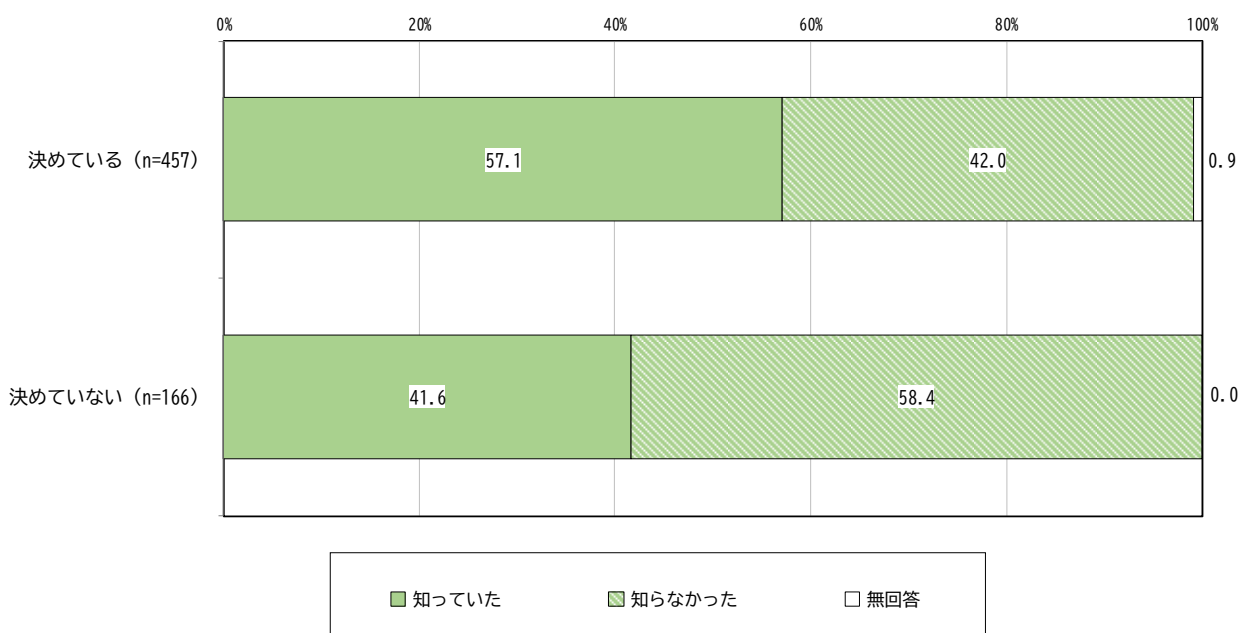
・嚙ミング 3 0 の認知状況は、「知っていた」が 53.0%に対し、「知らなかった」は 46.3%となっています。

・かかりつけ歯科医の有無別では、嚙ミング 3 0を知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 19 嚙ミング 3 0 の認知状況



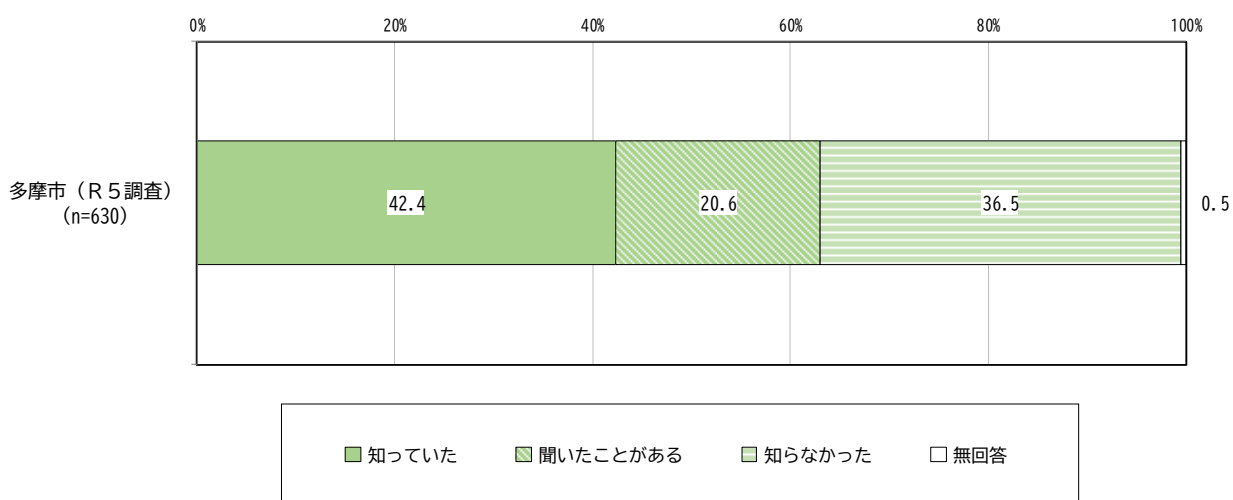
図表 19—① 嚙ミング 3 0 の認知状況（かかりつけ歯科医の有無別）



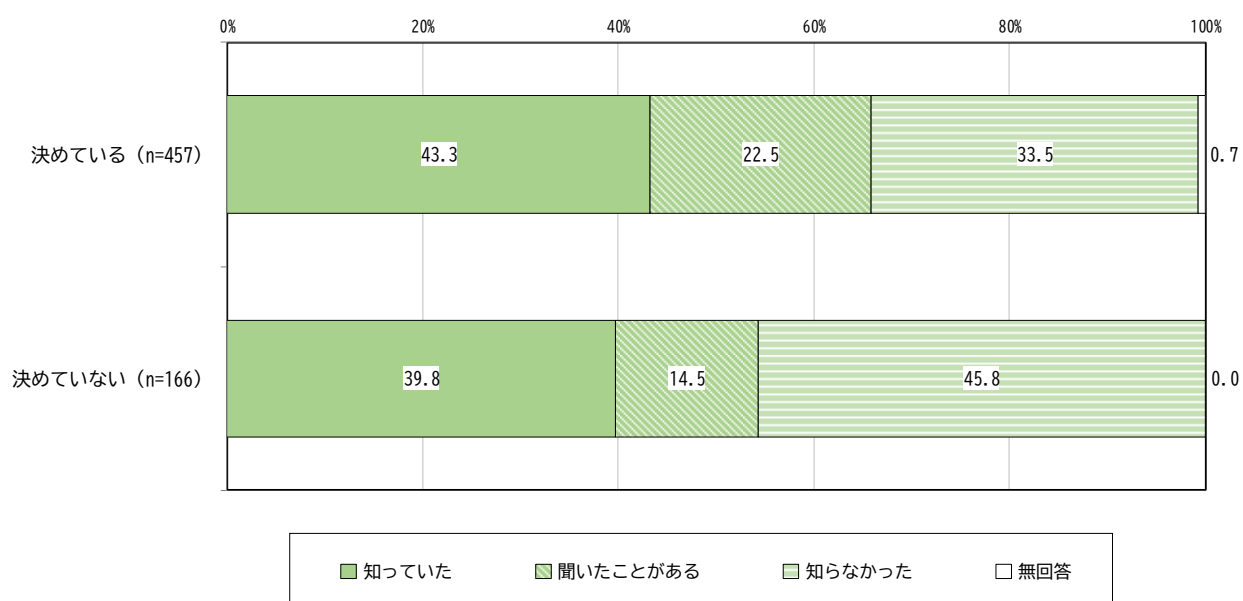
問 20 あなたは「8020運動」という言葉を知っていましたか。(✓は1つ)

- ・8020運動の認知状況は、「知っていた」が42.4%で最も高く、次いで「知らなかった」が36.5%、「聞いたことがある」が20.6%となっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、かかりつけ歯科医を決めている人は「聞いたことがある」の割合が高く、かかりつけ歯科医を決めていない人は「知らなかった」の割合が高くなっています。

図表 20 8020運動の認知状況



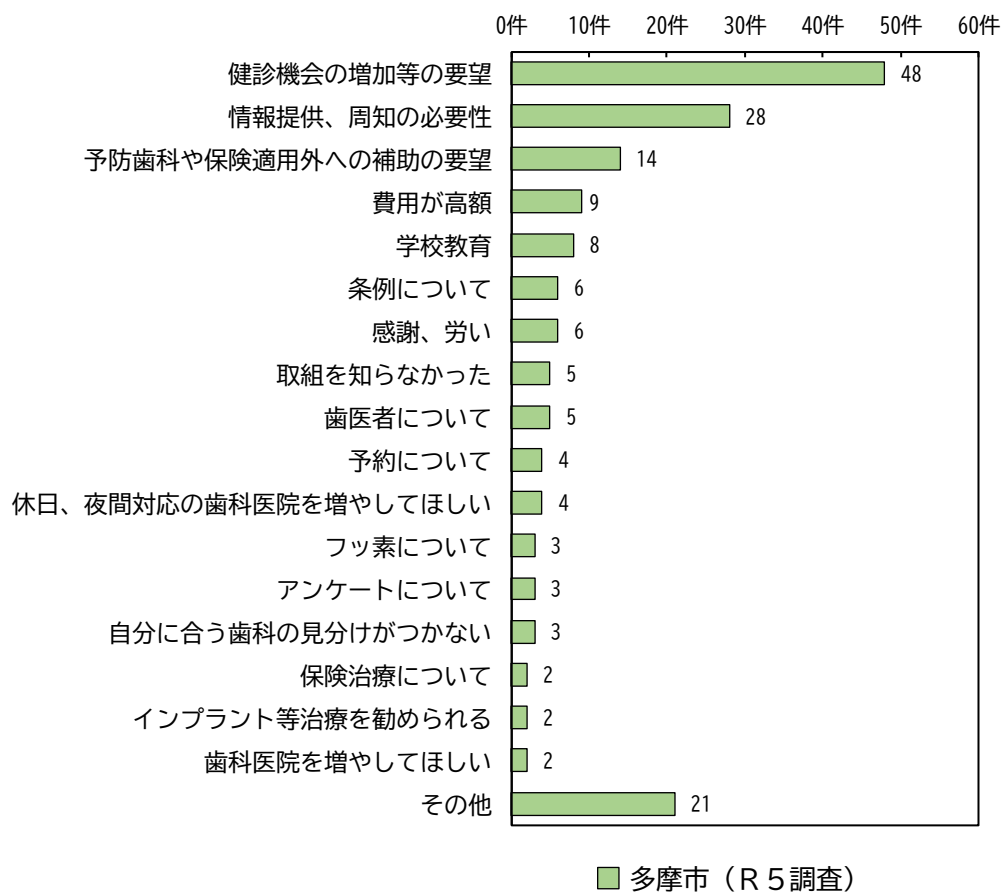
図表 20—① 8020運動の認知状況 (かかりつけ歯科医の有無別)



問 21 あなたが、多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

・自由記載の内容は、「健診機会の増加等の要望」が48件で最も多く、次いで「情報提供、周知の必要性」が28件、「予防歯科や保険適用外への補助の要望」が14件となっています。

図表 21 多摩市の取組について感じていること（主な自由記載項目）

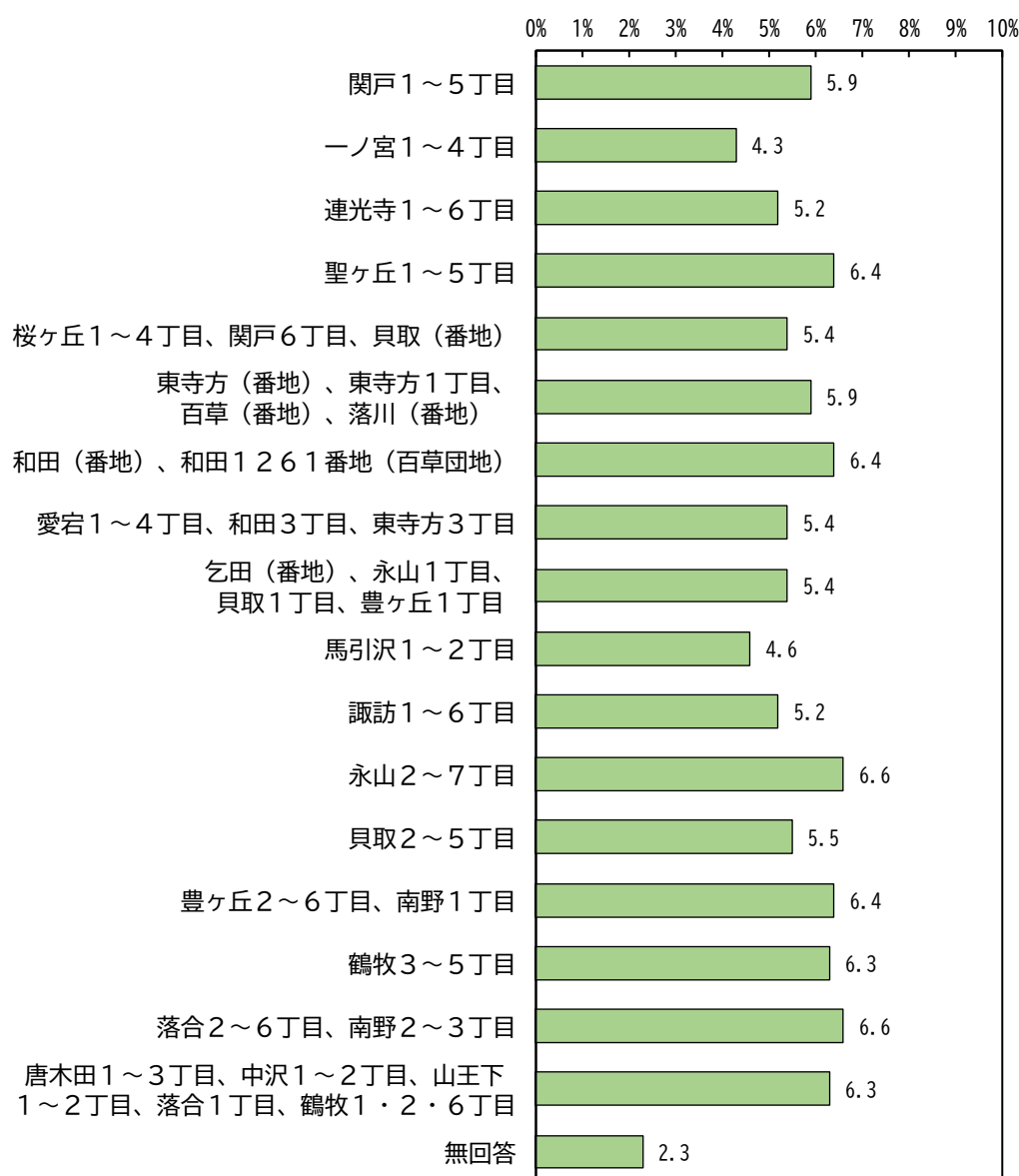


6. 高齡期

問1 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(✓は1つ)

・住んでいる地域は、「永山2～7丁目」、「落合2～6丁目、南野2～3丁目」がともに6.6%で最も高く、次いで「聖ヶ丘1～5丁目」、「和田（番地）、和田1261番地（百草団地）」、「豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目」がともに6.4%、「鶴牧3～5丁目」、「唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目」がともに6.3%となっています。

図表1 住んでいる地域

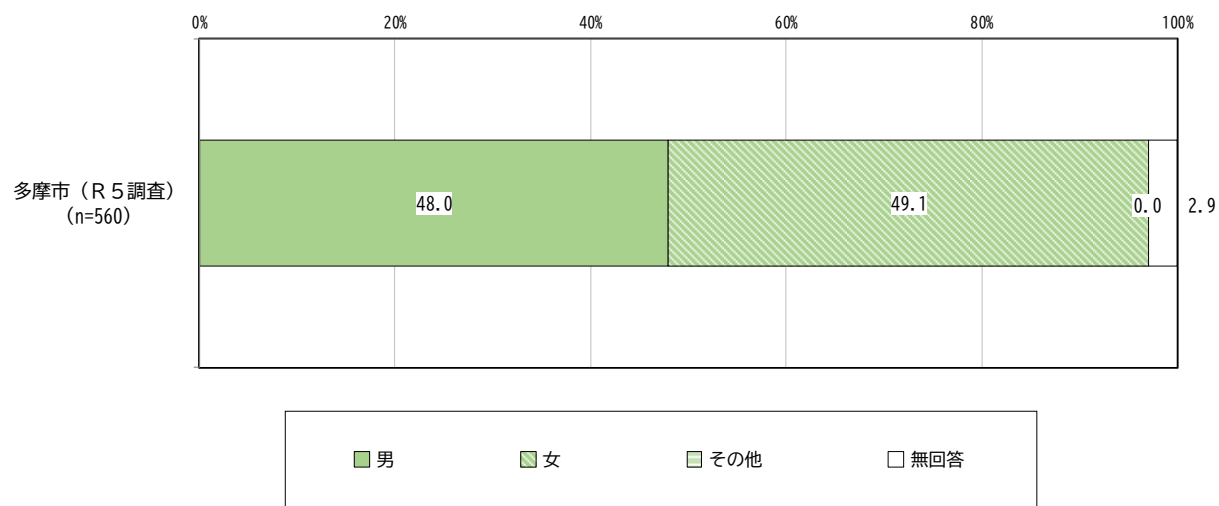


■ 多摩市（R5調査）（n=560）

問2 あなたの性別と年齢を教えてください。(✓は1つ)

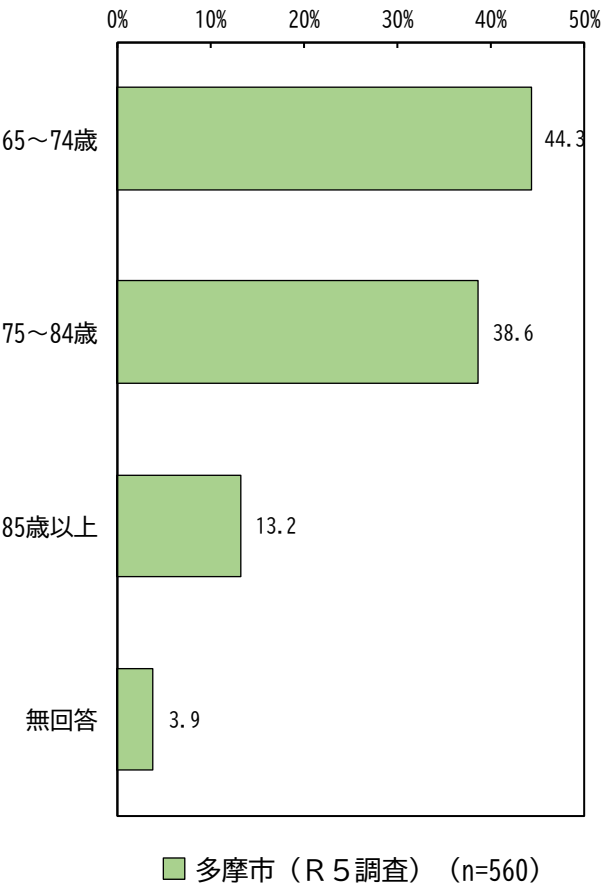
・回答者の性別は、「男」が48.0%に対し、「女」は49.1%となっています。

図表2—① 回答者の性別



・回答者の年齢は、「65～74 歳」が 44.3%で最も高く、次いで「75～84 歳」が 38.6%、「85 歳以上」が 13.2%となっています。

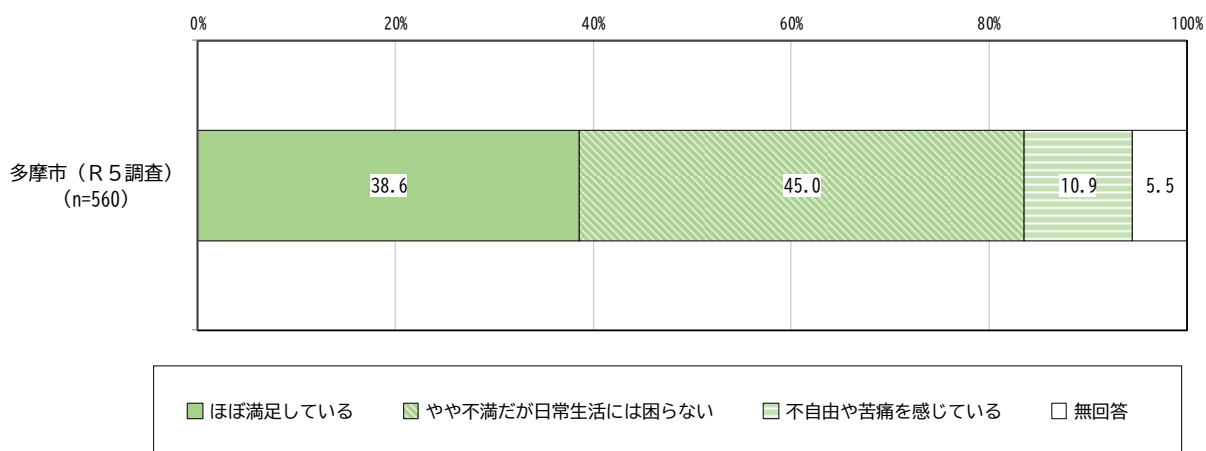
図表 2—② 回答者の年齢



問3 あなたは、ご自身の歯・口の状態について、どのように感じていますか。
(✓は1つ)

・自身の歯や口の状態については、「やや不満だが日常生活には困らない」が45.0%で最も高く、次いで「ほぼ満足している」が38.6%、「不自由や苦痛を感じている」が10.9%となっています。

図表3 自身の歯や口の状態について



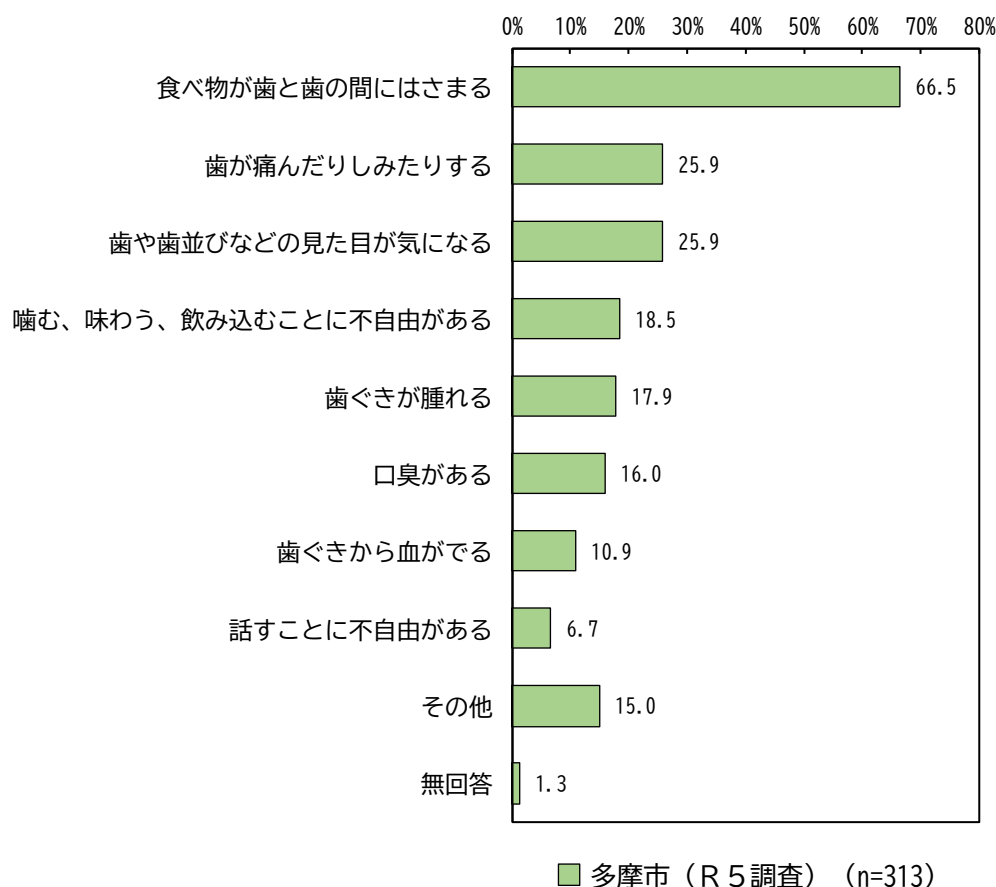
【問3で「やや不満だが日常生活には困らない」、「不自由や苦痛を感じている」をお選びの方におたずねします。】

問4 どのようなことについて不満や苦痛を感じていますか。

(あてはまるものすべてに✓)

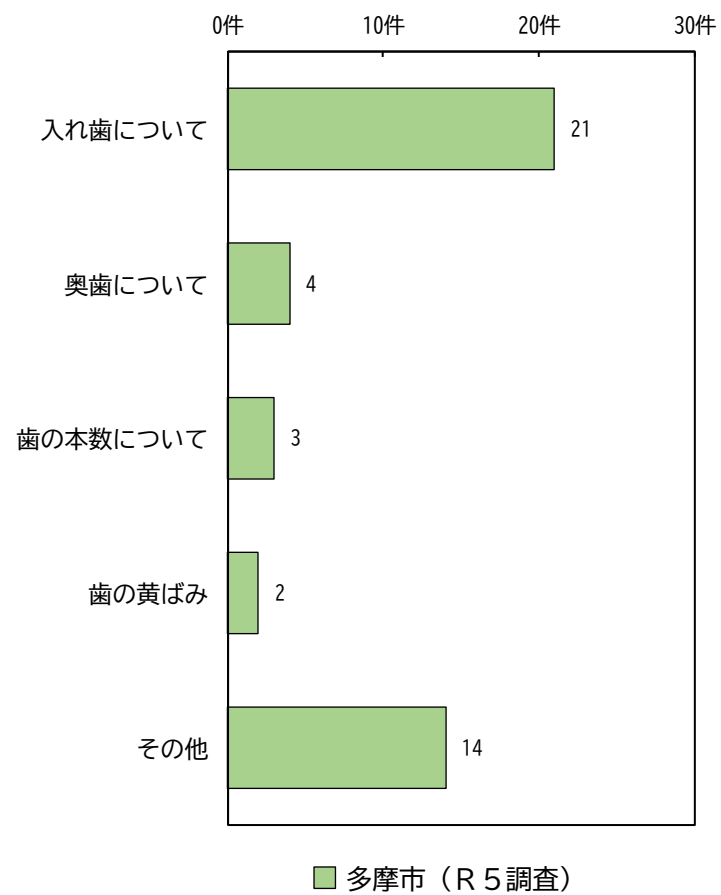
・主な不満や苦痛は、「食べ物が歯と歯の間にはさまる」が66.5%で最も高く、次いで「歯が痛んだりしめたりする」、「歯や歯並びなどの見た目が気になる」がともに25.9%、「噛む、味わう、飲み込むことに不自由がある」が18.5%となっています。

図表4 主な不満や苦痛



・自由記載の内容は、「入れ歯について」が21件で最も多く、次いで「奥歯について」が4件、「歯の本数について」が3件となっています。

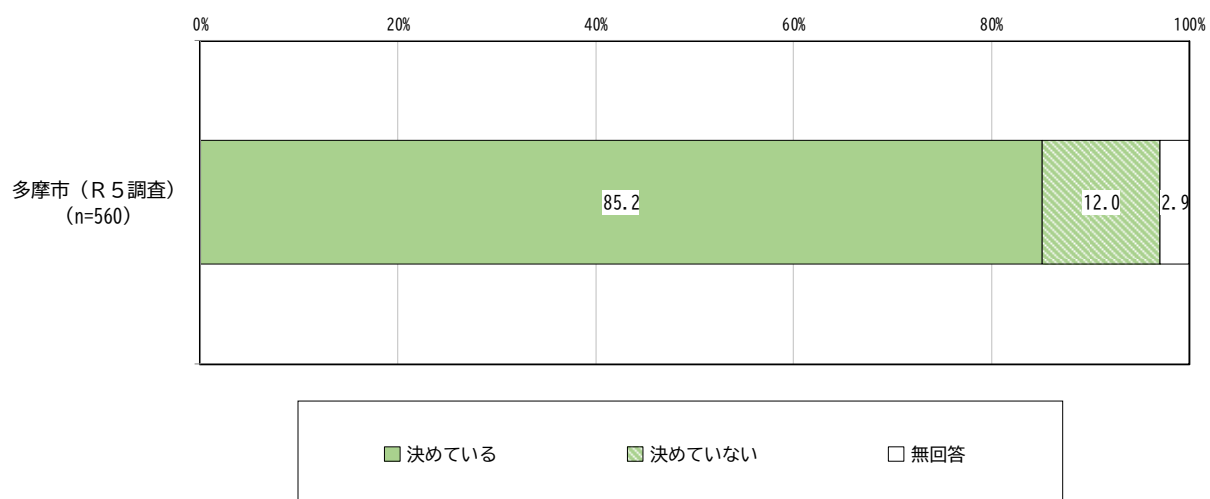
図表4―① 主な不満や苦痛（その他 主な自由記載項目）



問5 あなたは、かかりつけの歯科医院を決めていますか。(✓は1つ)

・かかりつけ歯科医を決めているかは、「決めている」が85.2%に対し、「決めていない」は12.0%となっています。

図表5 かかりつけ歯科医を決めているか

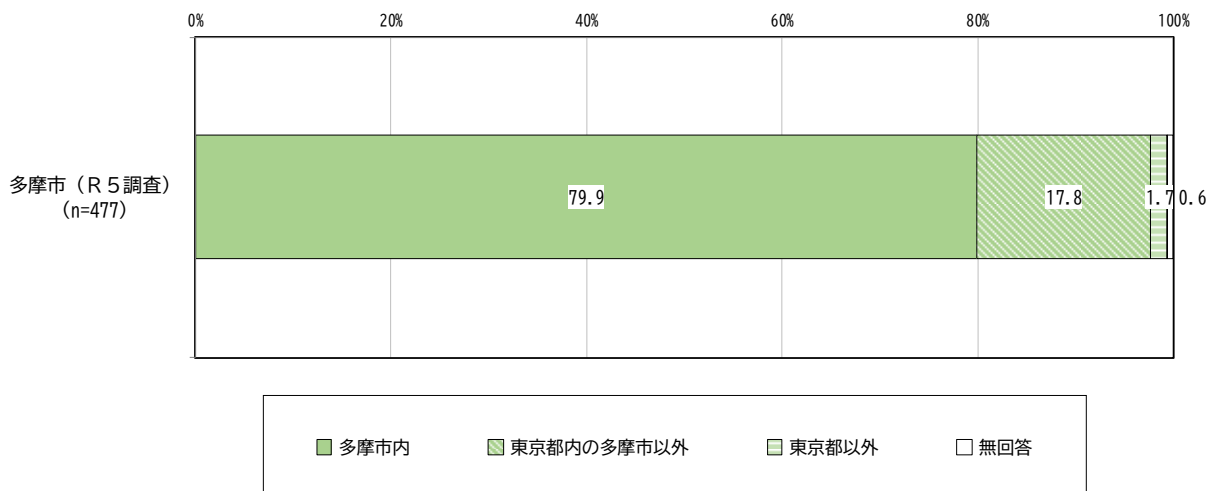


【問5で「決めている」をお選びの方におたずねします。】

問6－1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

・歯科医院の場所は、「多摩市内」が79.9%で最も高く、次いで「東京都内の多摩市以外」が17.8%、「東京都以外」が1.7%となっています。

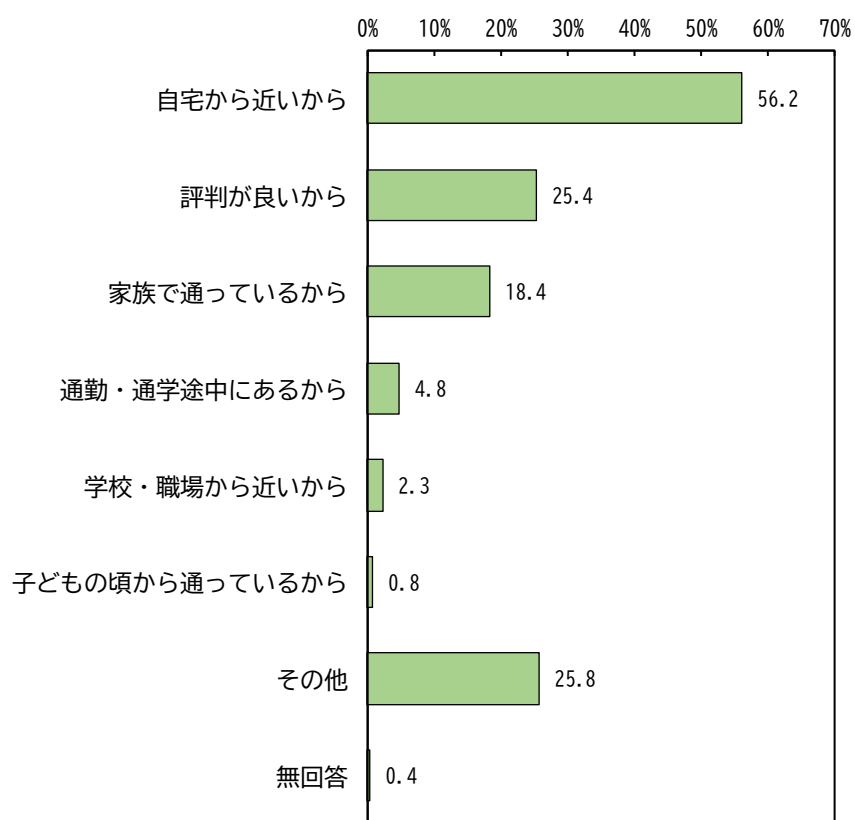
図表6－1 歯科医院の場所



問6－2 あなたは、かかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。
(あてはまるものすべてに✓)

・かかりつけ歯科医を選んだきっかけは、「自宅から近いから」が56.2%で最も高く、次いで「評判が良いから」が25.4%、「家族で通っているから」が18.4%となっています。

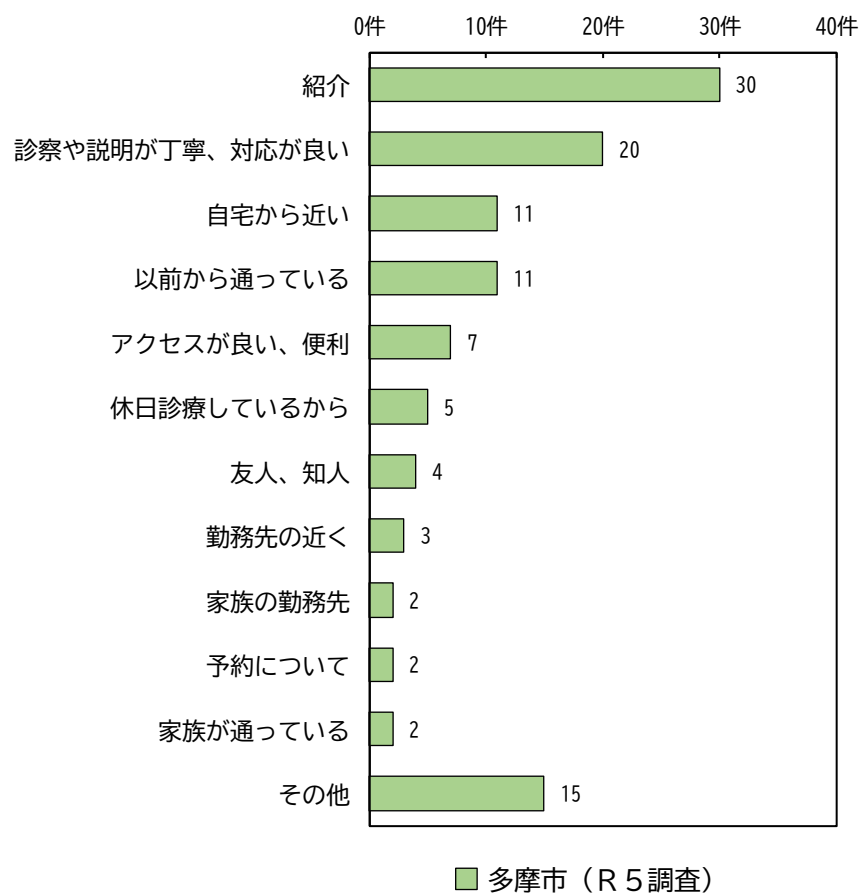
図表6－2 かかりつけ歯科医を選んだきっかけ



■ 多摩市（R5調査）（n=477）

・自由記載の内容は、「紹介」が30件で最も多く、次いで「診察や説明が丁寧、対応が良い」が20件、「自宅から近い」、「以前から通っている」がともに11件となっています。

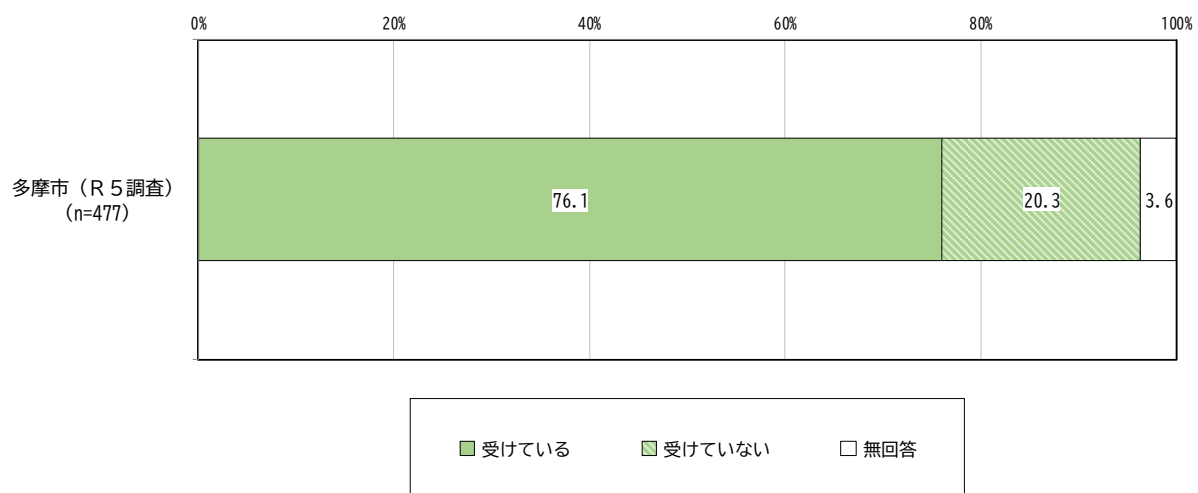
図表6－2－① かかりつけ歯科医を選んだきっかけ
(その他 主な自由記載項目)



問6－3 その歯科医院では、むし歯・歯周病の治療や入れ歯の作製・修理などのほかに予防処置等を受けていますか。(✓は1つ)

・予防処置を受けているかは、「受けている」が76.1%に対し、「受けていない」は20.3%となっています。

図表6－3 予防処置を受けているか

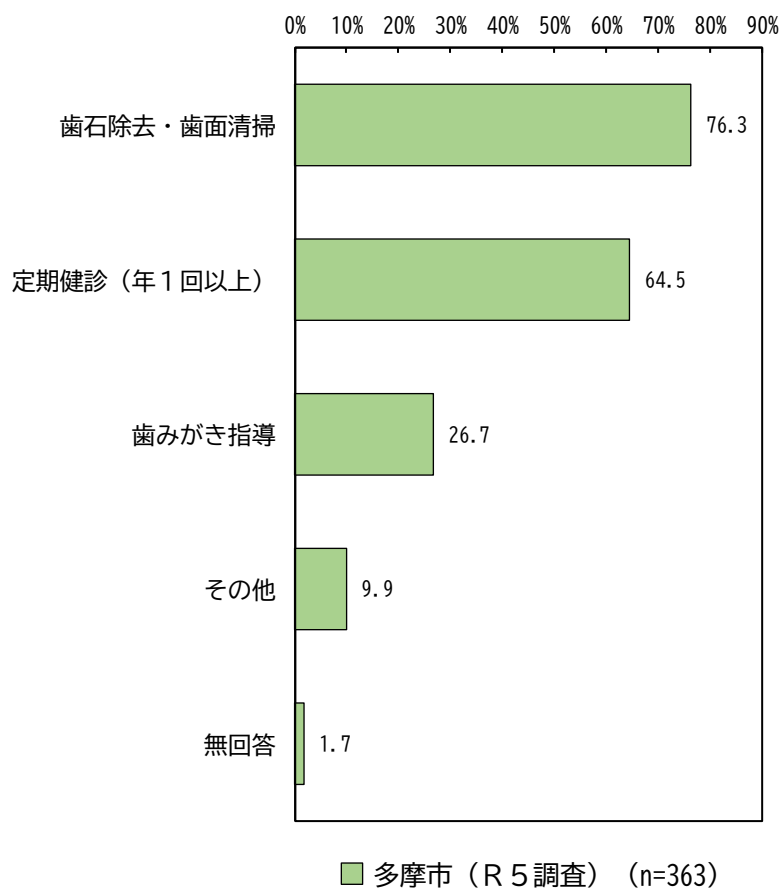


【問6－3で「受けている」をお選びの方におたずねします。】

問6－4 どのような予防処置等を受けていますか。（あてはまるものすべてに✓）

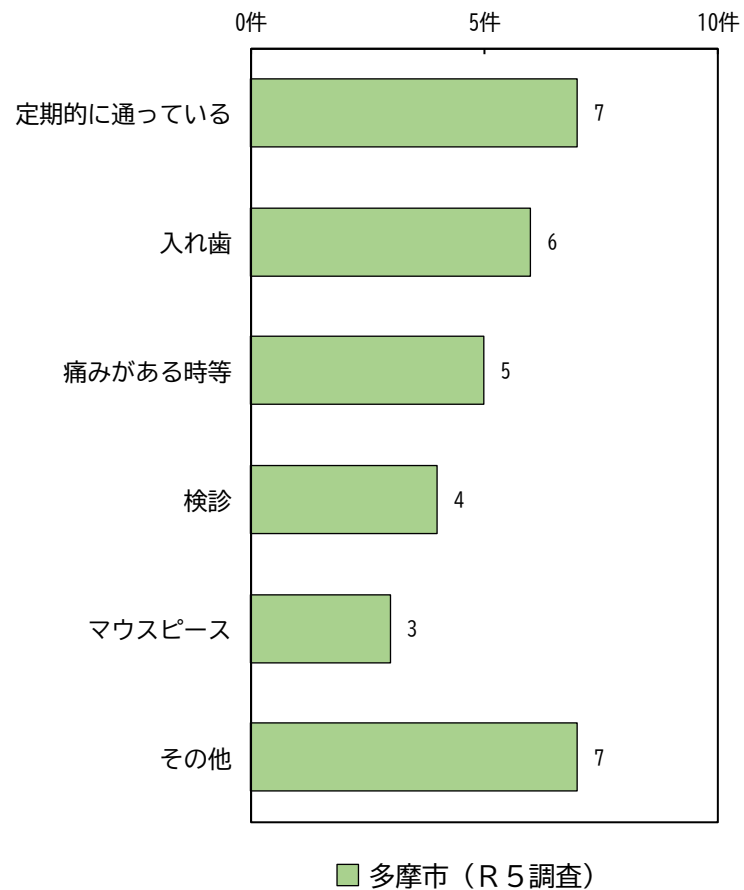
・予防処置の内容は、「歯石除去・歯面清掃」が76.3%で最も高く、次いで「定期健診（年1回以上）」が64.5%、「歯みがき指導」が26.7%となっています。

図表6－4 予防処置の内容



・自由記載の内容は、「定期的に通っている」が7件で最も多く、次いで「入れ歯」が6件、「痛みがある時等」が5件となっています。

図表6－4－① 予防処置の内容（その他 主な自由記載項目）



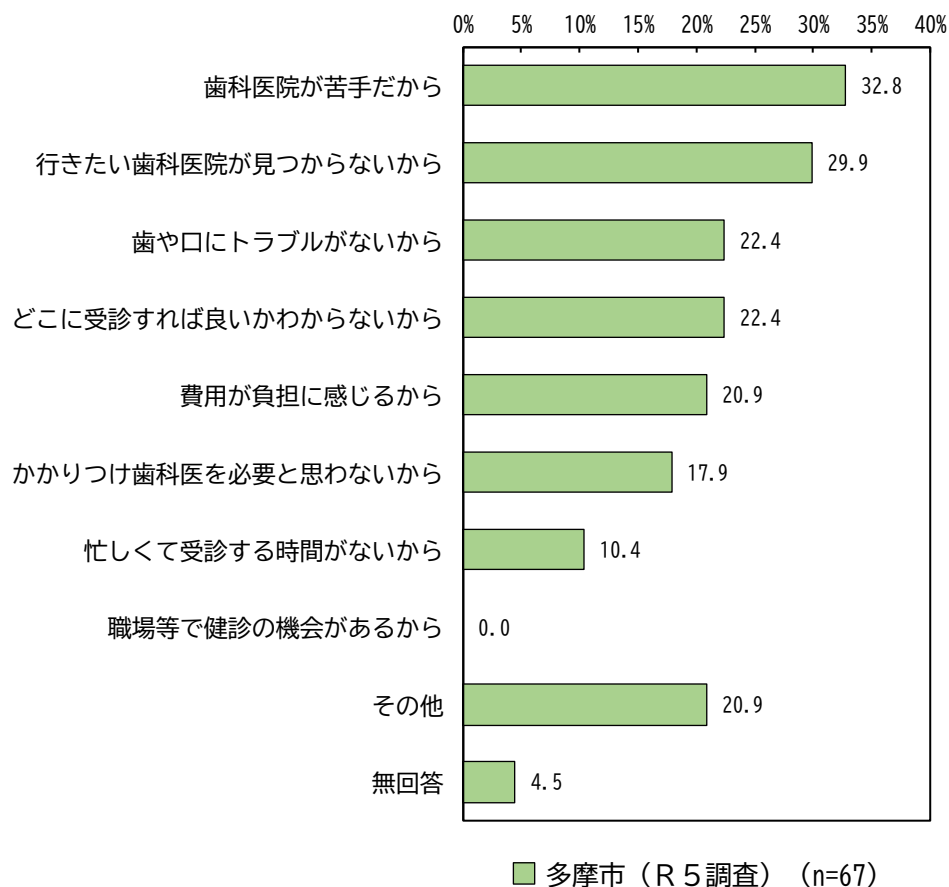
【問5で「決めていない」をお選びの方におたずねします。】

問7 かかりつけの歯科医院を決めていないのはなぜですか。

(あてはまるものすべてに✓)

・かかりつけ歯科医を決めていない理由は、「歯科医院が苦手だから」が32.8%で最も高く、次いで「行きたい歯科医院が見つからないから」が29.9%、「歯や口にトラブルがないから」、「どこに受診すれば良いかわからないから」が22.4%となっています。

図表7 かかりつけ歯科医を決めていない理由

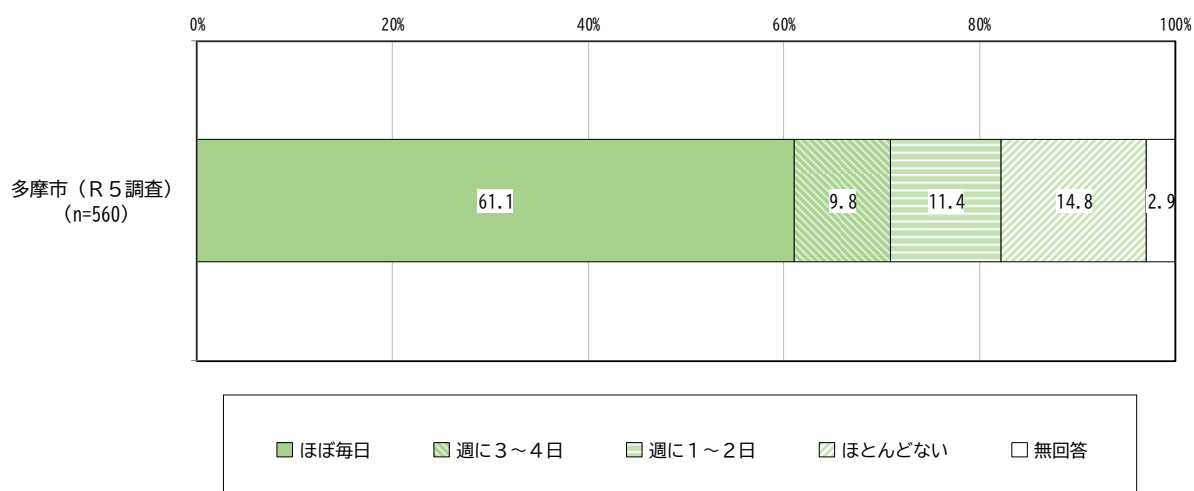


※その他の記入内容：引っ越し・転居、治療の必要がないから等

問8 あなたが、歯をみがくときに1本ずつていねいに時間をかけている日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(✓は1つ)

・1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度は、「ほぼ毎日」が61.1%で最も高く、次いで「ほとんどない」が14.8%、「週に1～2日」が11.4%となっています。

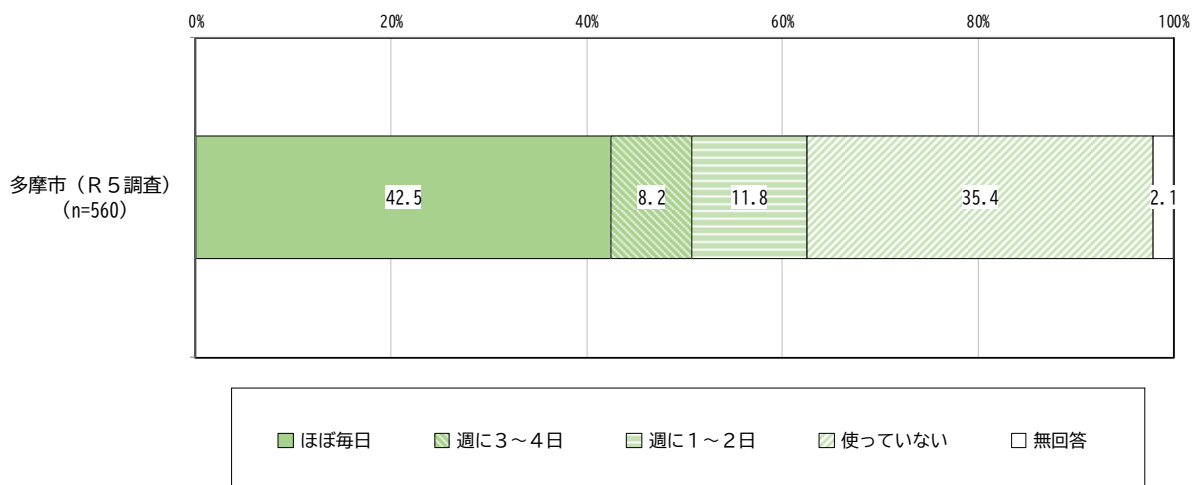
図表8 1週間のうちに1本ずつていねいにみがく頻度



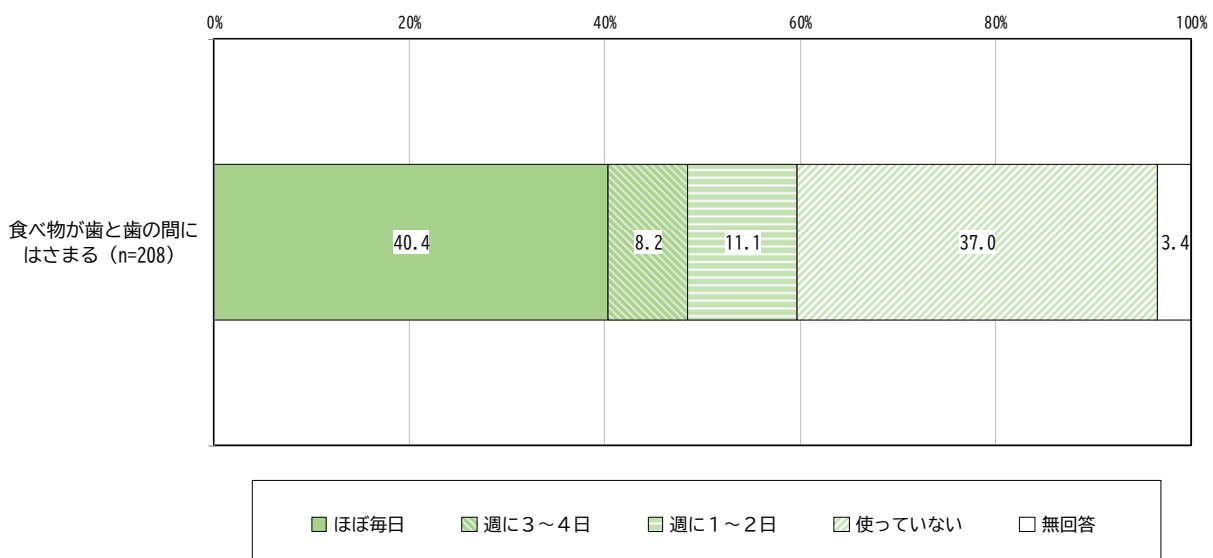
問9 あなたは、歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシを1週間のうちどのくらい使っていますか。（✓は1つ）

- ・デンタルフロス（糸ようじなど）の使用頻度は、「ほぼ毎日」が42.5%で最も高く、次いで「使っていない」が35.4%、「週に1～2日」が11.8%となっています。
- ・問4で「食べ物が歯と歯の間にはさまる」と回答した人では、全体と比べ、顕著な差は見られませんでした。

図表9 デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシの使用頻度



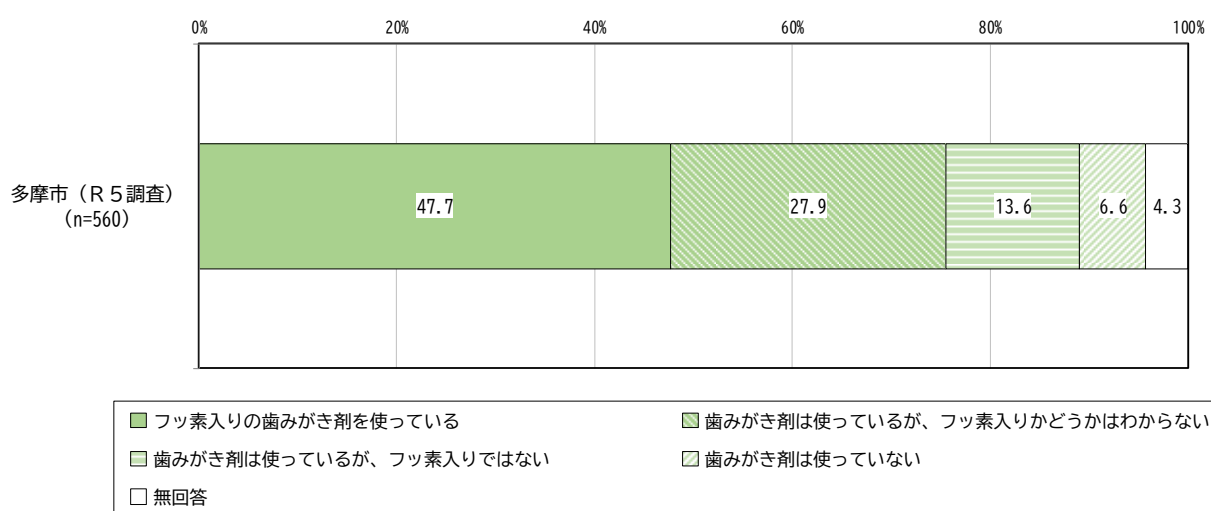
図表9—① デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシの使用頻度
（食べ物が歯と歯の間にはさまると回答した人）



問 10 あなたは、歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。
(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用状況は、「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」が47.7%で最も高く、次いで「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない」が27.9%、「歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない」が13.6%となっています。

図表 10 フッ素入りの歯みがき剤の使用状況

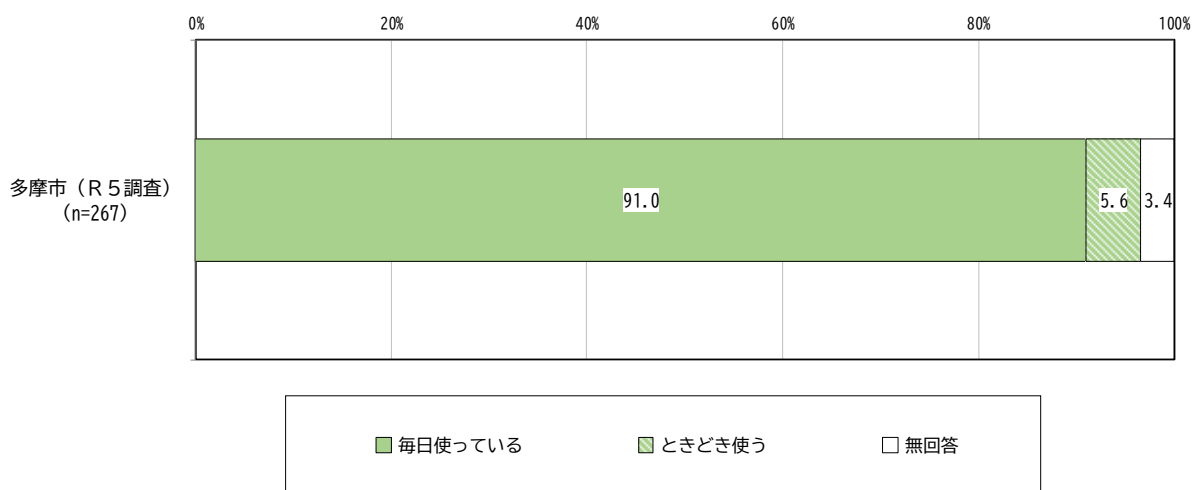


【問 10 で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問 11 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(✓は1つ)

・フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度は、「毎日使っている」が91.0%に対し、「ときどき使う」は5.6%となっています。

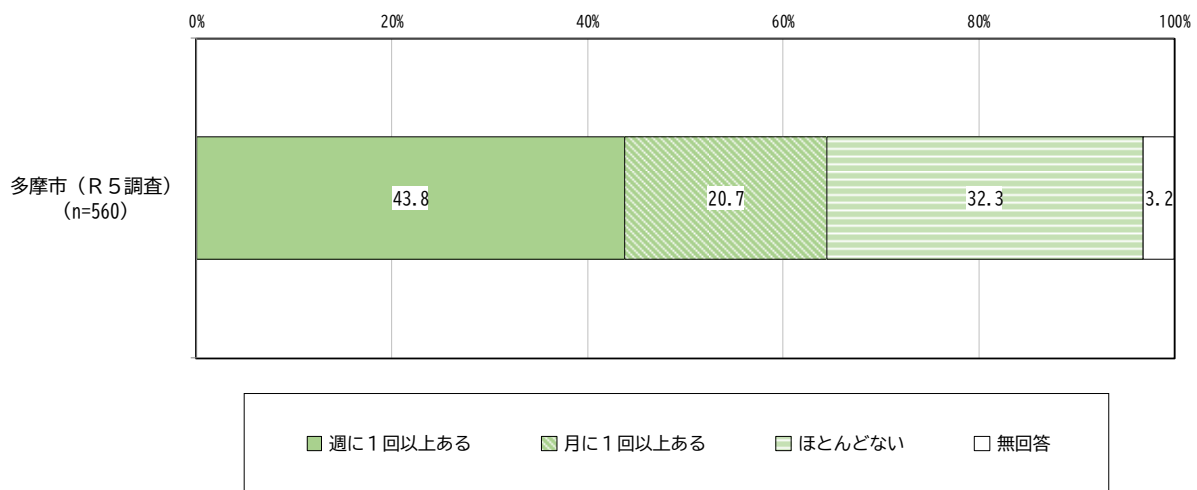
図表 11 フッ素入りの歯みがき剤の使用頻度



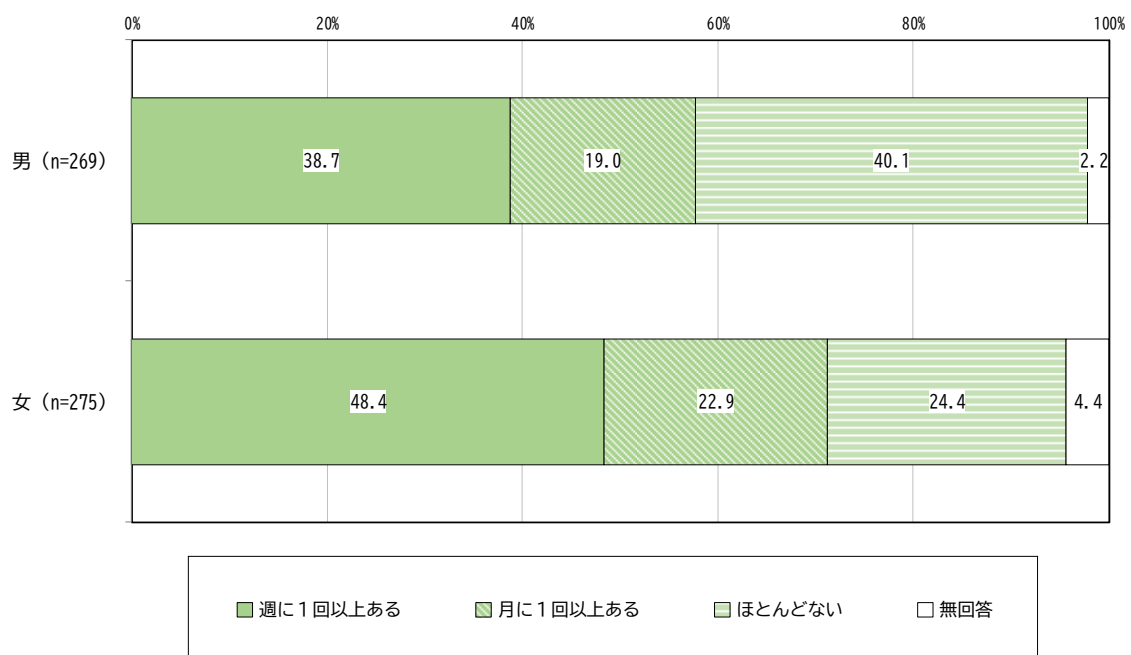
問 12 あなたは、鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。(✓は1つ)

- ・歯や歯ぐきの様子を観察することがあるかは、「週に1回以上ある」が43.8%で最も高く、次いで「ほとんどない」が32.3%、「月に1回以上ある」が20.7%となっています。
- ・性別では、男性は「ほとんどない」の割合が高く、女性は「週に1回以上ある」の割合が高くなっています。

図表12 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか



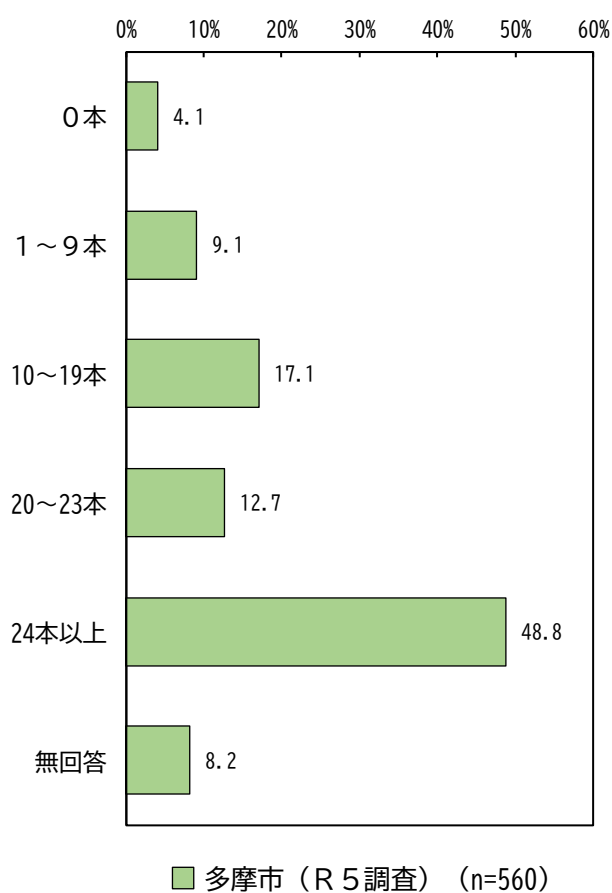
図表12—① 歯や歯ぐきの様子を観察することがあるか (性別ごと)



問 13 永久歯は、「親知らず」が4本すべて生えると全部で32本です。あなたの歯の数は、現在、何本ですか。

・歯の本数は、「24本以上」が48.8%で最も高く、次いで「10～19本」が17.1%、「20～23本」が12.7%となっています。

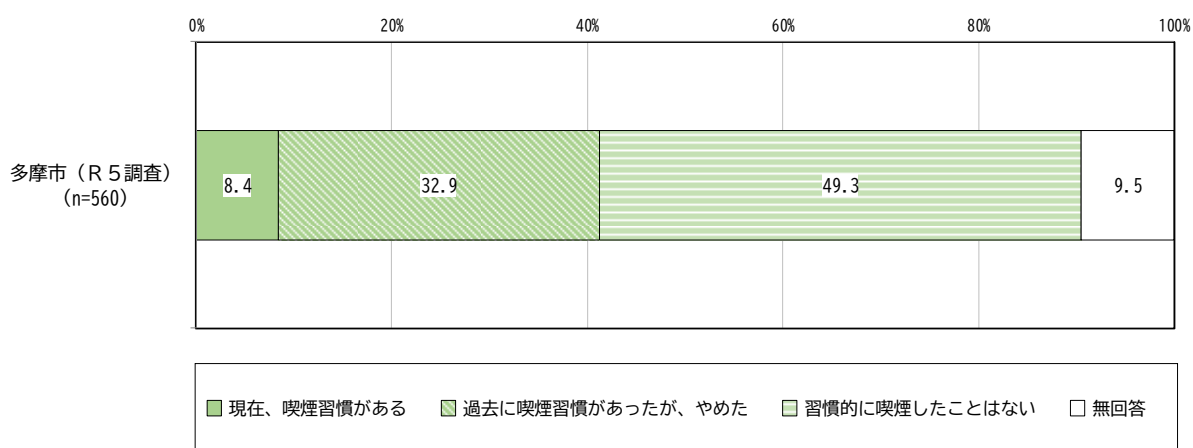
図表 13 歯の本数



問 14－1 あなたは、喫煙習慣がありますか。（加熱式たばこを含む。）（✓は1つ）

・喫煙習慣の有無は、「習慣的に喫煙したことはない」が49.3%で最も高く、次いで「過去に喫煙習慣があったが、やめた」が32.9%、「現在、喫煙習慣がある」が8.4%となっています。

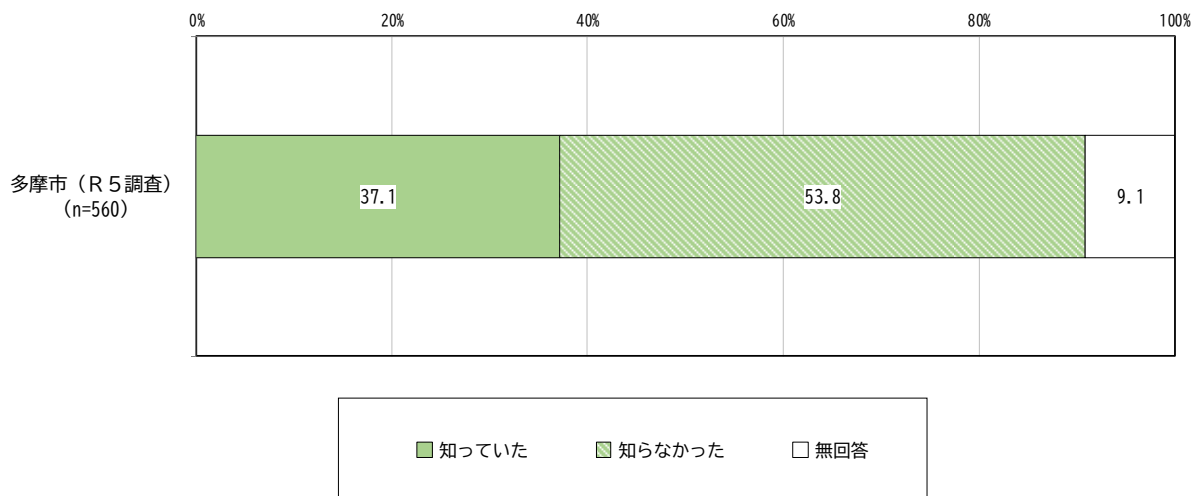
図表 14－1 喫煙習慣の有無



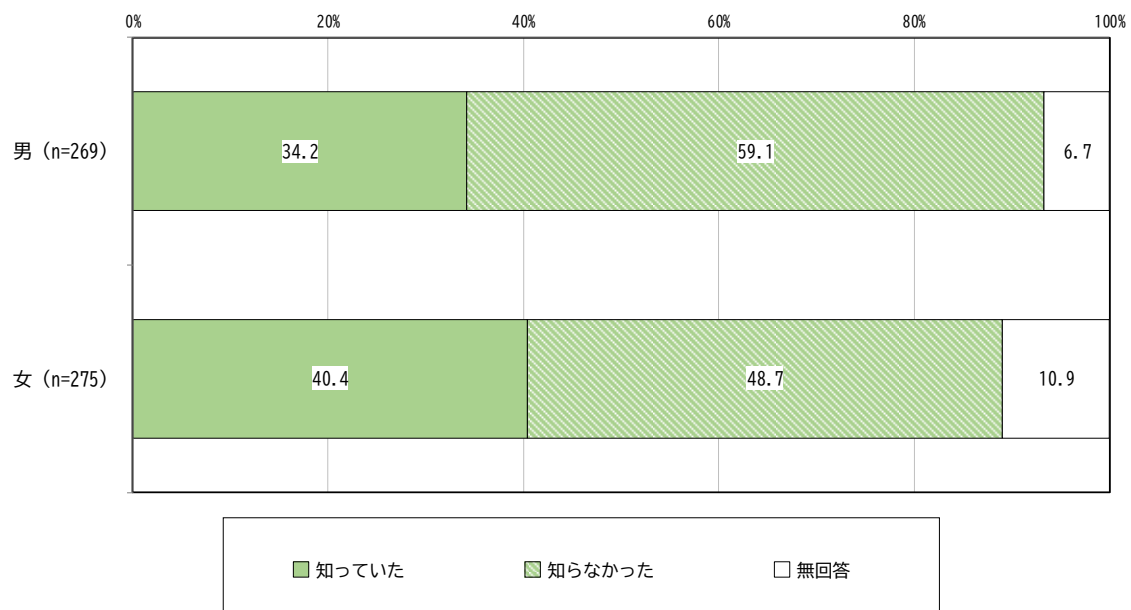
問 14－ 2 喫煙は歯ぐきの病気（歯周病）を進行させる要因の1つですが、あなたはこ
のをご存じでしたか。（✓は1つ）

- ・喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを知っていたかは、「知っていた」が37.1%に
対し、「知らなかった」は53.8%となっています。
- ・性別では、喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを知っている割合は、女性の方が高
くなっています。

図表 14－ 2 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか

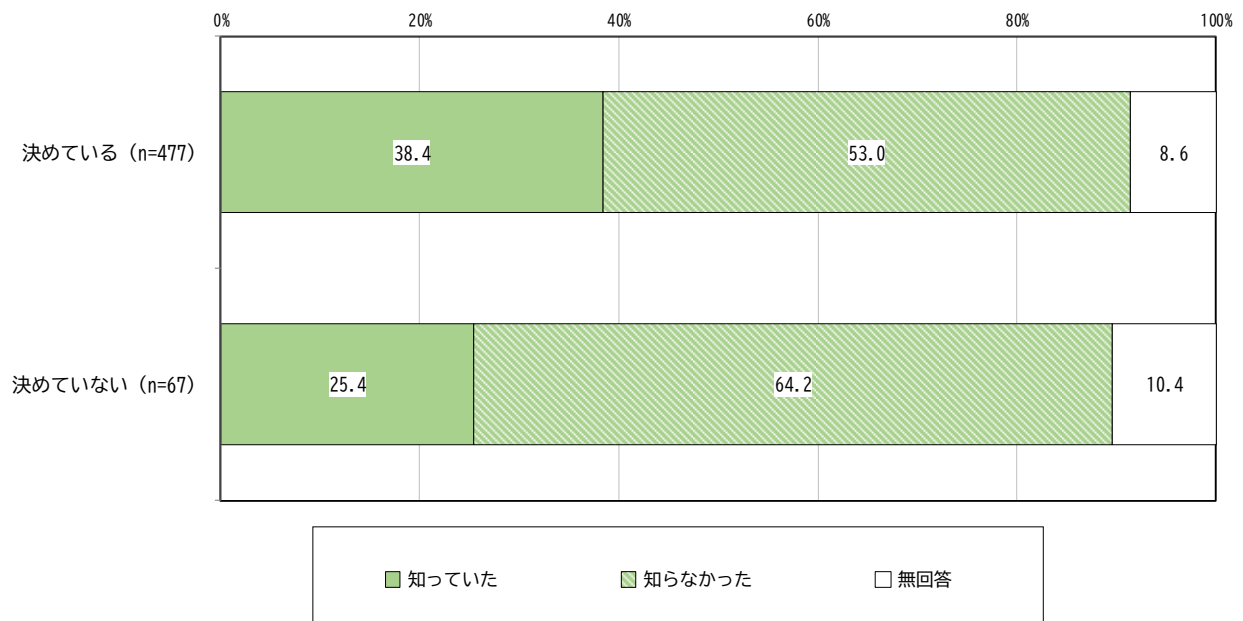


図表 14－ 2－① 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか（性別ごと）



・かかりつけ歯科医の有無別では、喫煙が歯周病を進行させる要因の1つであることを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

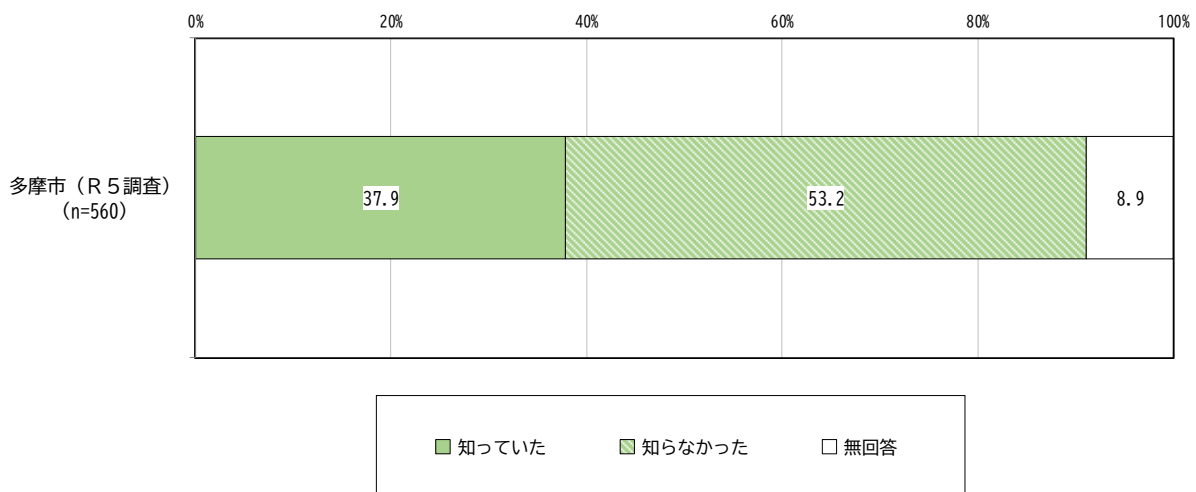
図表 14—2—② 喫煙が歯周病を進行させる要因の
1つであることを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



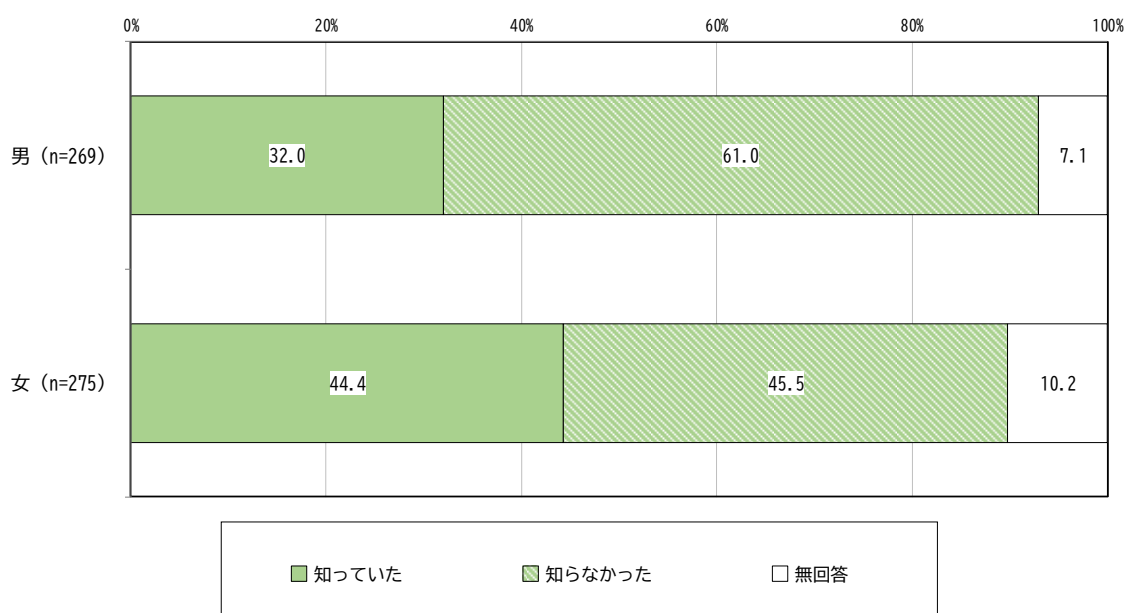
問 15 あなたは、糖尿病だと歯周病にもかかりやすく、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことをご存じでしたか。(✓は1つ)

- ・歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたかは、「知っていた」が37.9%に対し、「知らなかった」は53.2%となっています。
- ・性別では、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っている割合は、女性の方が高くなっています。

図表 15 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか

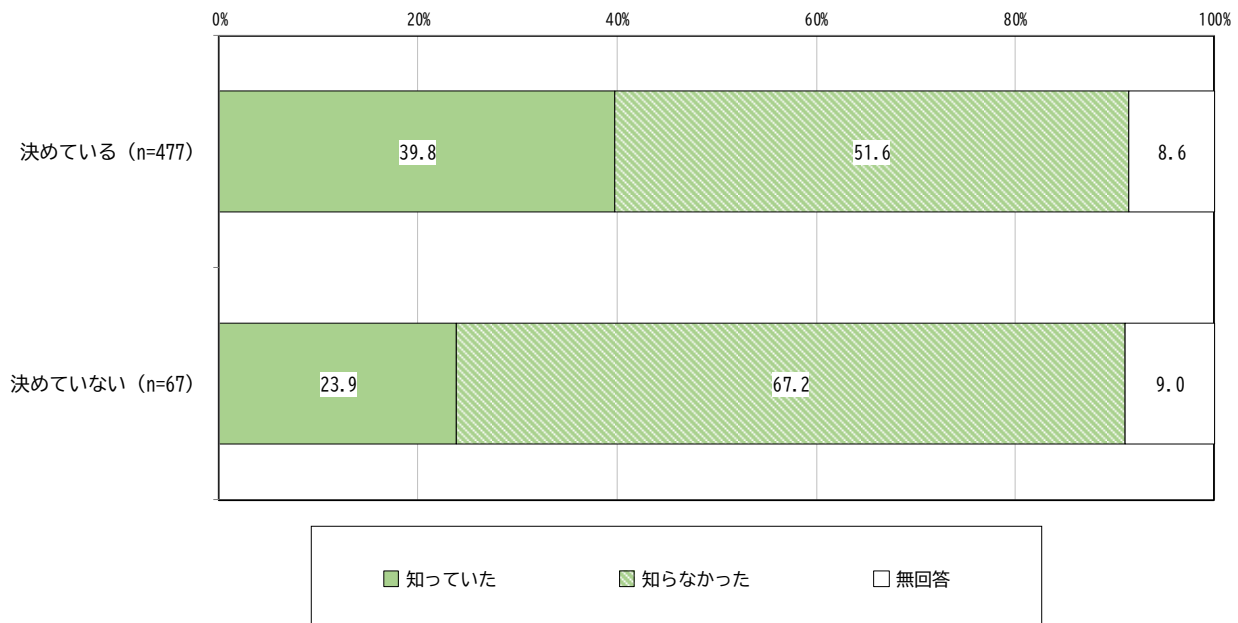


図表 15—① 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか (性別ごと)



・かかりつけ歯科医の有無別では、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

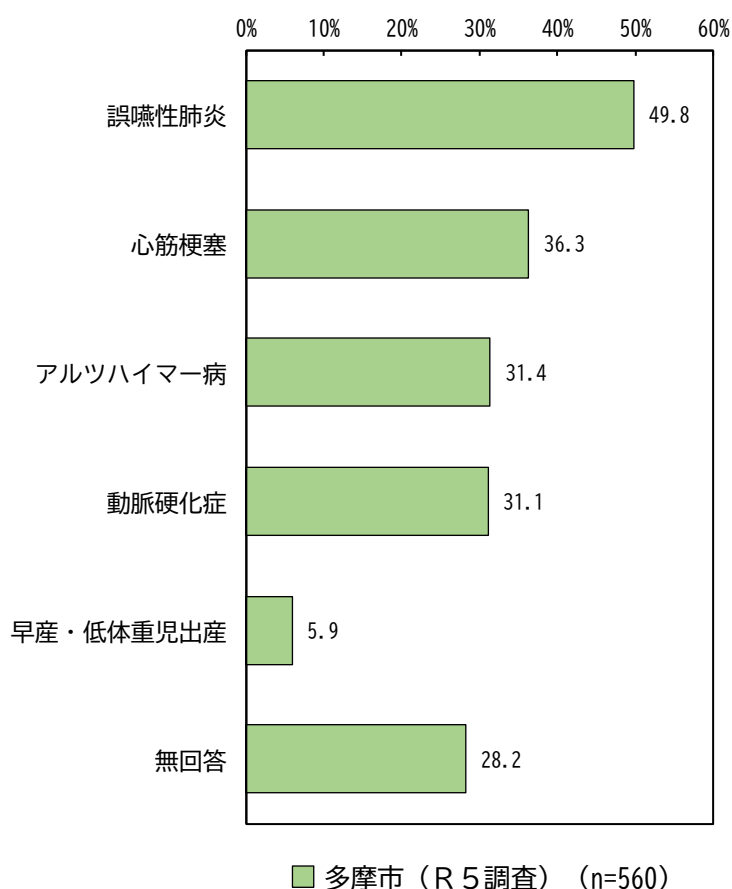
図表 15—② 歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



問 16 あなたが、歯周病と関係のあると思うものを選んでください。
(あてはまるものすべてに✓)

・歯周病と関係のあると思うものは、「誤嚥性肺炎」が49.8%で最も高く、次いで「心筋梗塞」が36.3%、「アルツハイマー病」が31.4%となっています。

図表 16 歯周病と関係のあると思うもの



- ・性別では、男性、女性ともに「誤嚥性肺炎」の割合が高くなっています。
- ・年齢では、すべての年齢で「誤嚥性肺炎」の割合が高くなっています。

図表 16—① 歯周病と関係のあると思うもの（性別ごと）

	全体	誤嚥性肺炎	心筋梗塞	動脈硬化症	早産・低体重児出産	アルツハイマー病	無回答
全体	560	279	203	174	33	176	158
	100.0	49.8	36.3	31.1	5.9	31.4	28.2
男	269	121	93	78	9	73	89
	100.0	45.0	34.6	29.0	3.3	27.1	33.1
女	275	151	108	91	24	102	61
	100.0	54.9	39.3	33.1	8.7	37.1	22.2

上段：回答数
下段：％

図表 16—② 歯周病と関係のあると思うもの（年齢ごと）

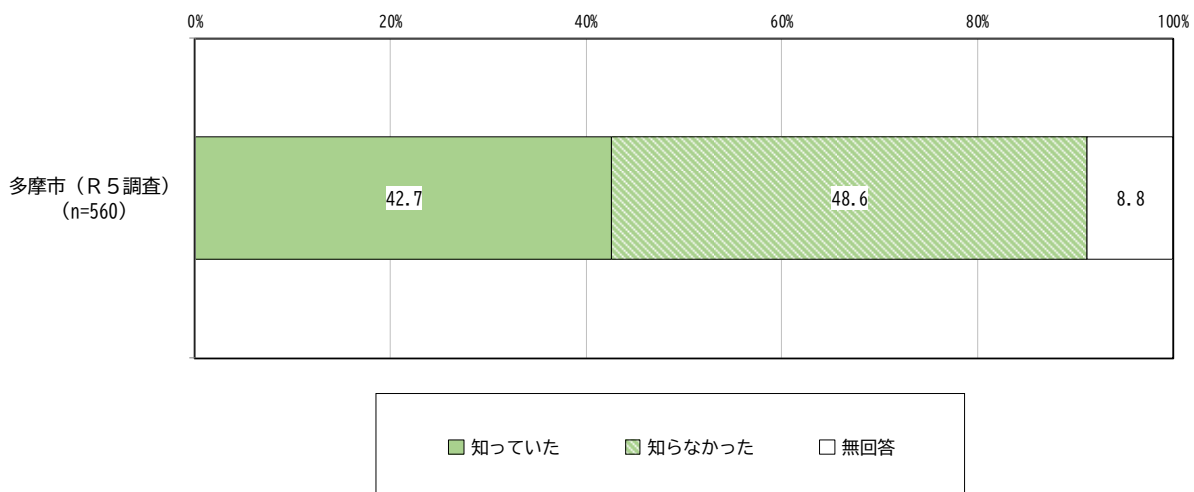
	全体	誤嚥性肺炎	心筋梗塞	動脈硬化症	早産・低体重児出産	アルツハイマー病	無回答
全体	560	279	203	174	33	176	158
	100.0	49.8	36.3	31.1	5.9	31.4	28.2
65～74歳	248	129	111	89	24	98	52
	100.0	52.0	44.8	35.9	9.7	39.5	21.0
75～84歳	216	103	75	69	9	58	70
	100.0	47.7	34.7	31.9	4.2	26.9	32.4
85歳以上	74	36	14	12	0	16	28
	100.0	48.6	18.9	16.2	0.0	21.6	37.8

上段：回答数
下段：％

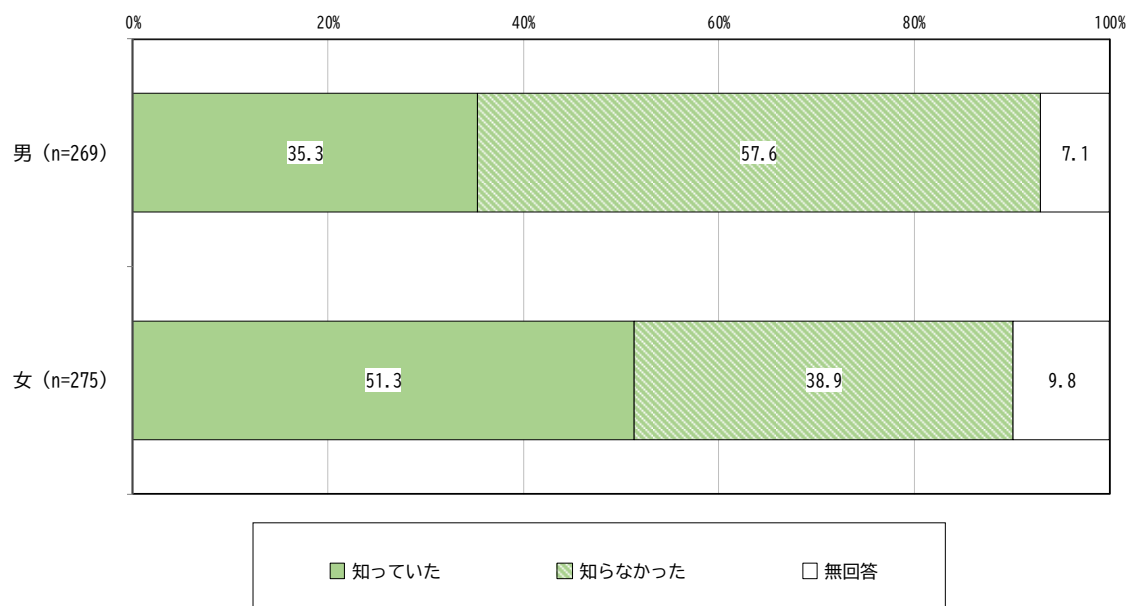
問 17 あなたは、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎を予防することをご存じでしたか。(✓は1つ)

- ・ 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが、誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたかは、「知っていた」が42.7%に対し、「知らなかった」は48.6%となっています。
- ・ 性別では、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎の予防につながることを知っている割合は、女性の方が高くなっています。

図表 17 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが、
誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたか

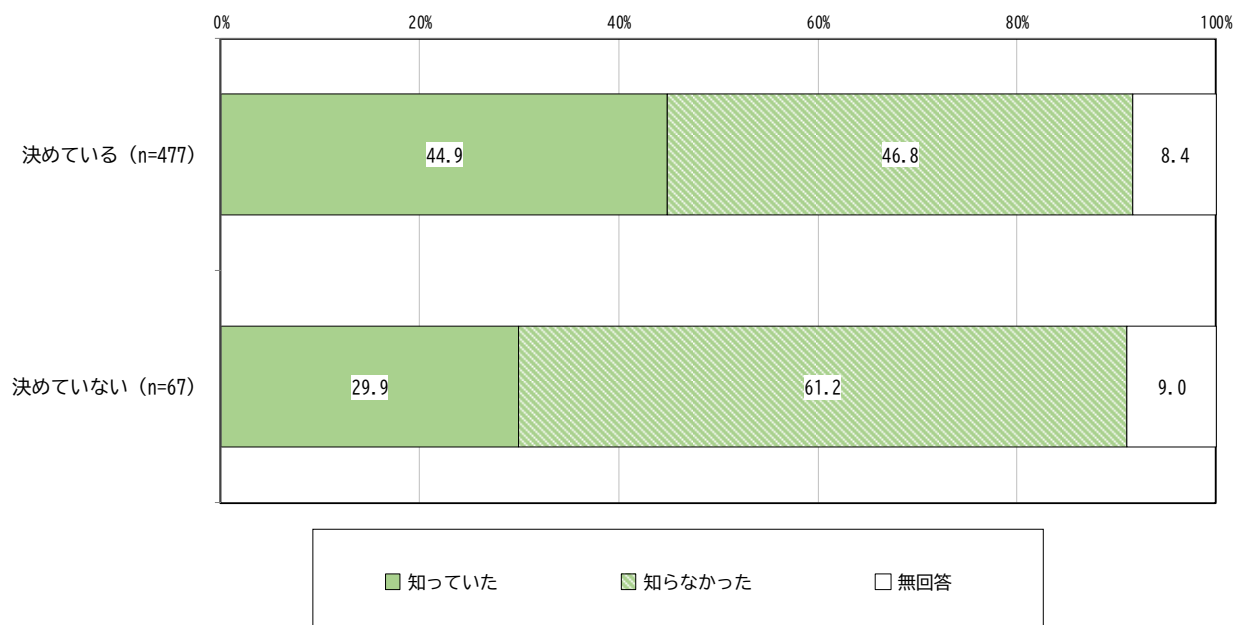


図表 17—① 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが
誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたか (性別ごと)



・かかりつけ歯科医の有無別では、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎の予防につながることを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

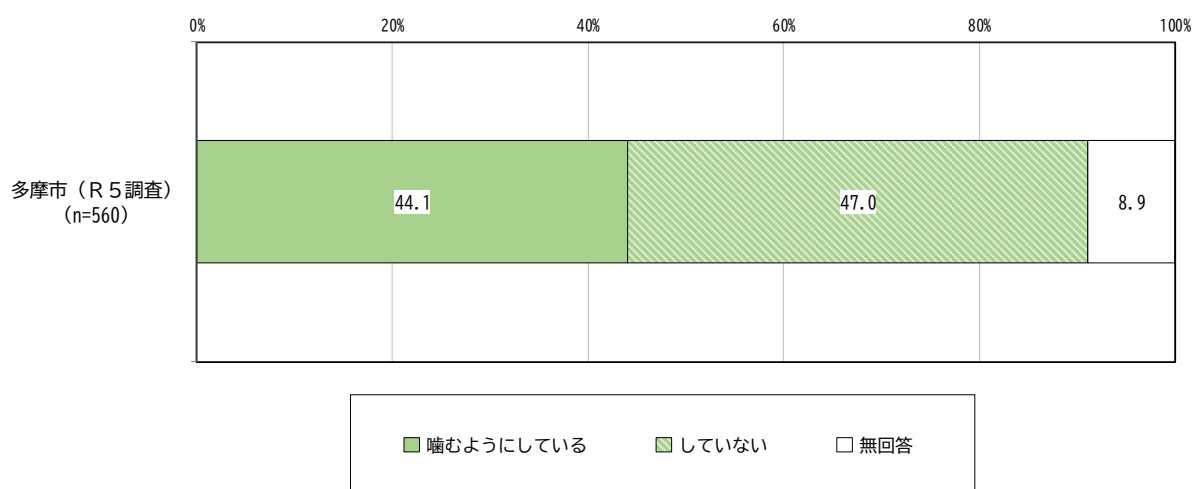
図表 17—② 歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが
誤嚥性肺炎の予防につながることを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



問 18 あなたは、食べるときに、よく噛む（1口30回程度）ようにしていますか。
（✓は1つ）

・よく噛む（1口30回程度）ようにしているかは、「噛むようにしている」が44.1%に対し、「していない」は47.0%となっています。

図表 18 よく噛む（1口30回程度）ようにしているか

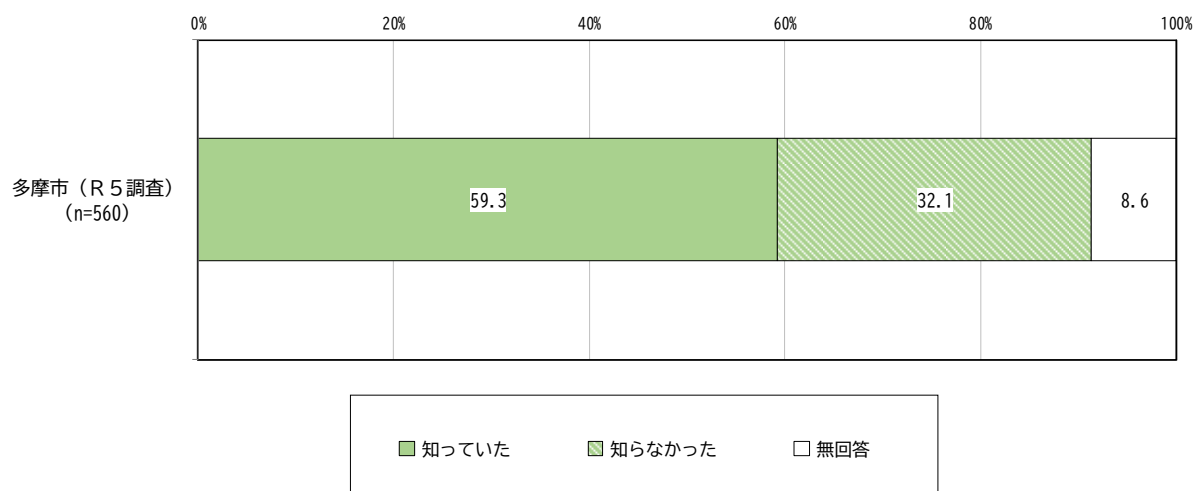


問 19 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（嚙ミング30）を知っていましたか。
（✓は1つ）

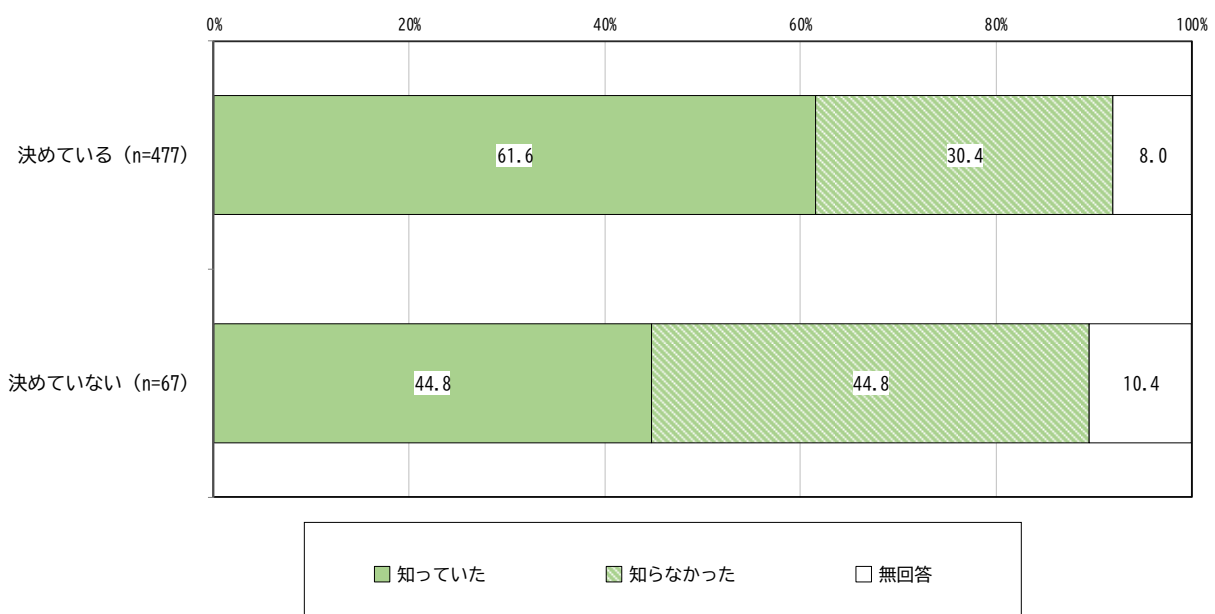
・嚙ミング30の認知状況は、「知っていた」が59.3%に対し、「知らなかった」は32.1%となっています。

・かかりつけ歯科医の有無別では、嚙ミング30を知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 19 嚙ミング30の認知状況



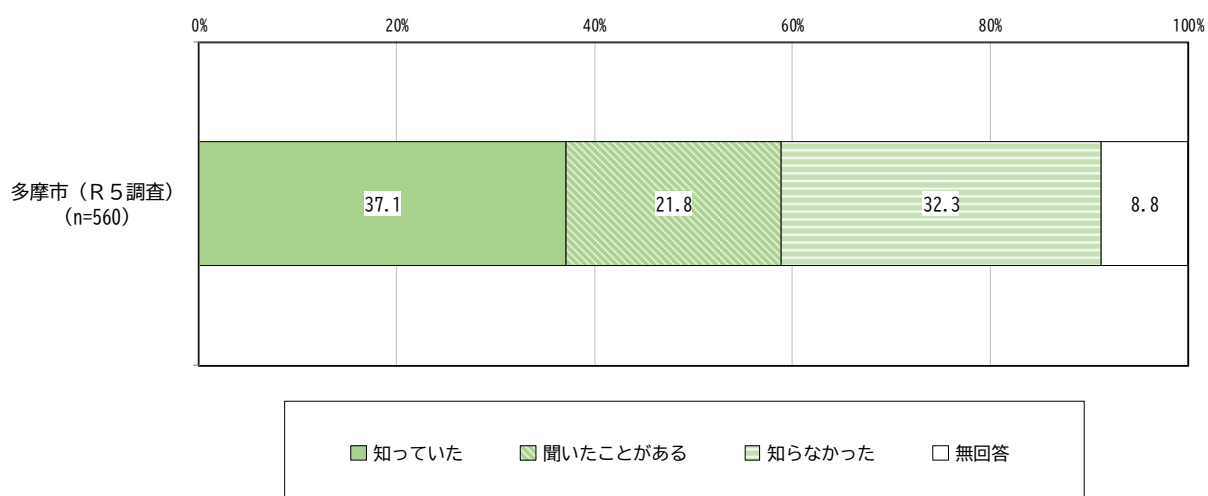
図表 19—① 嚙ミング30の認知状況（かかりつけ歯科医の有無別）



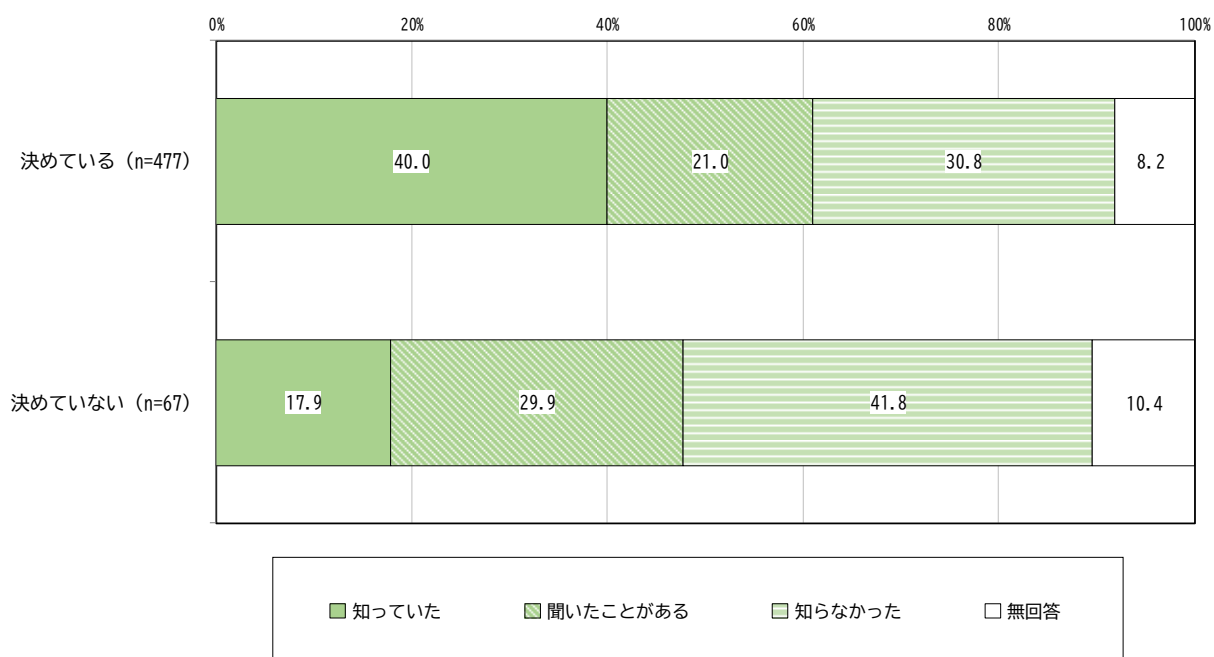
問 20 あなたは「8020運動」という言葉を知っていましたか。(✓は1つ)

- ・8020運動の認知状況は、「知っていた」が37.1%で最も高く、次いで「知らなかった」が32.3%、「聞いたことがある」が21.8%となっています。
- ・かかりつけ歯科医の有無別では、かかりつけ歯科医を決めている人は「知っていた」の割合が高く、かかりつけ歯科医を決めていない人は「知らなかった」の割合が高くなっています。

図表 20 8020運動の認知状況



図表 20—① 8020運動の認知状況 (かかりつけ歯科医の有無別)

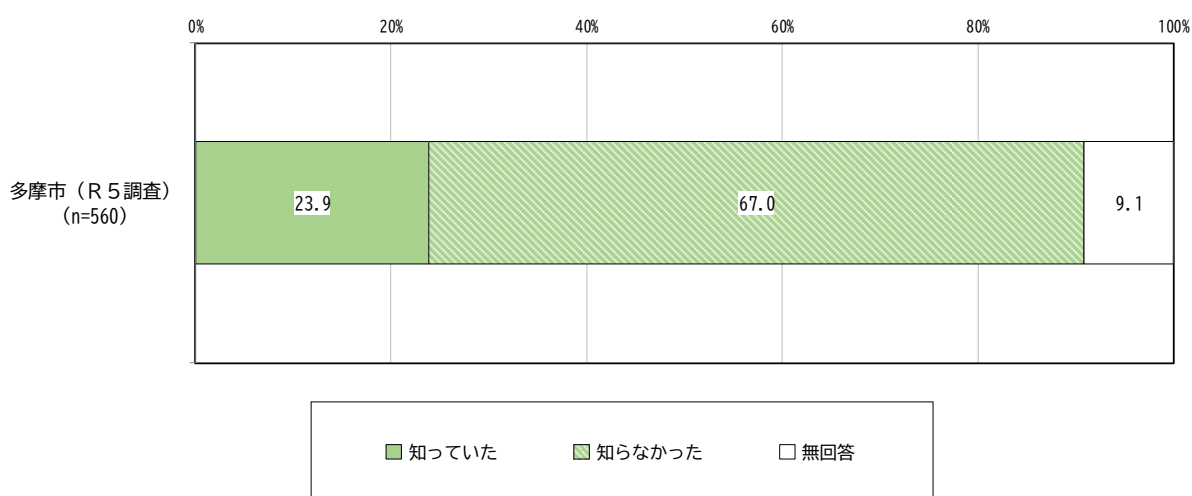


問 21 あなたは、オーラルフレイルという言葉を知っていましたか。(✓は1つ)

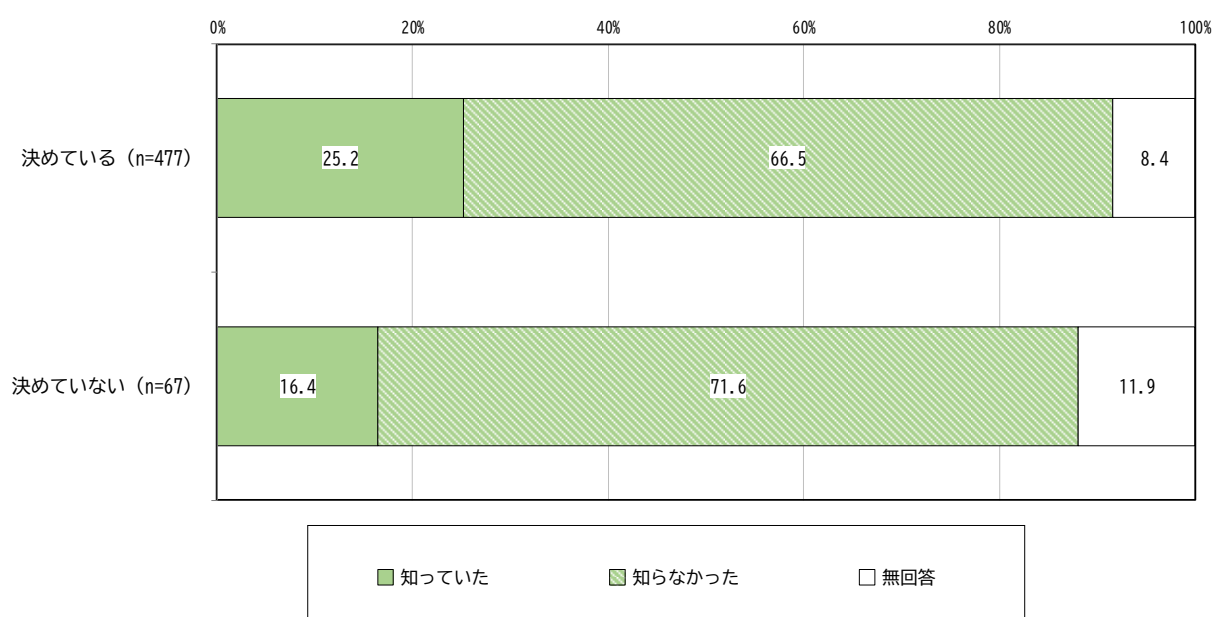
・オーラルフレイルの認知状況は、「知っていた」が23.9%に対し、「知らなかった」は67.0%となっています。

・かかりつけ歯科医の有無別では、オーラルフレイルを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 21 オーラルフレイルの認知状況



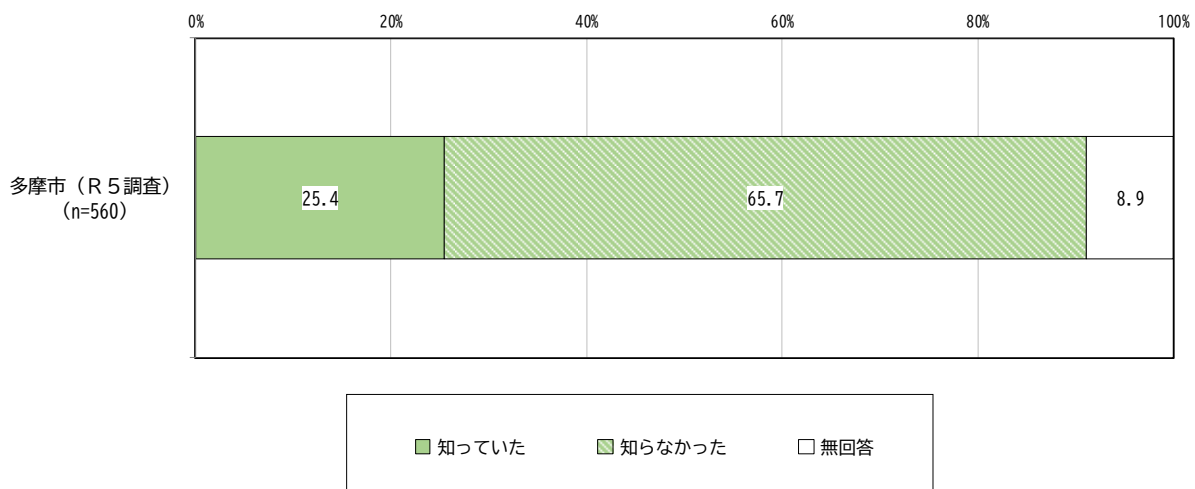
図表 21—① オーラルフレイルの認知状況（かかりつけ歯科医の有無別）



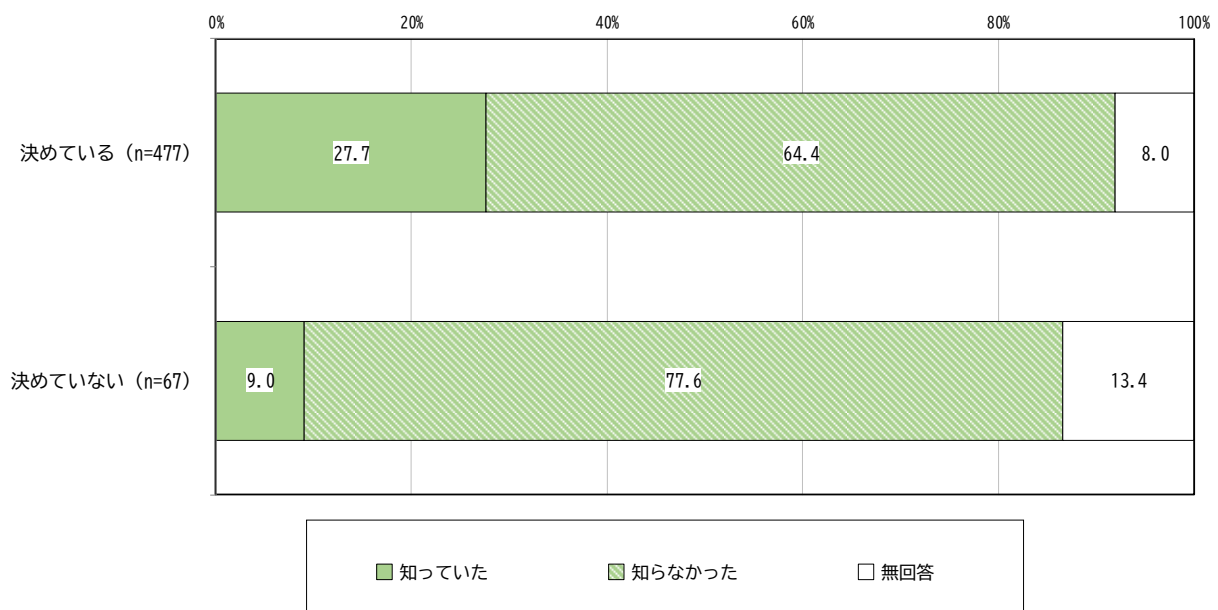
問 22 あなたは、歯科医院で、飲み込みにくい・食べにくいなどの相談ができることを
ご存じでしたか。(✓は1つ)

- ・ 歯科医院で嚥下に関する相談ができることを知っていたかは、「知っていた」が 25.4%に対し、「知らなかった」は 65.7%となっています。
- ・ かかりつけ歯科医の有無別では、歯科医院で嚥下に関する相談ができることを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

図表 22 歯科医院で嚥下に関する相談ができることを知っていたか



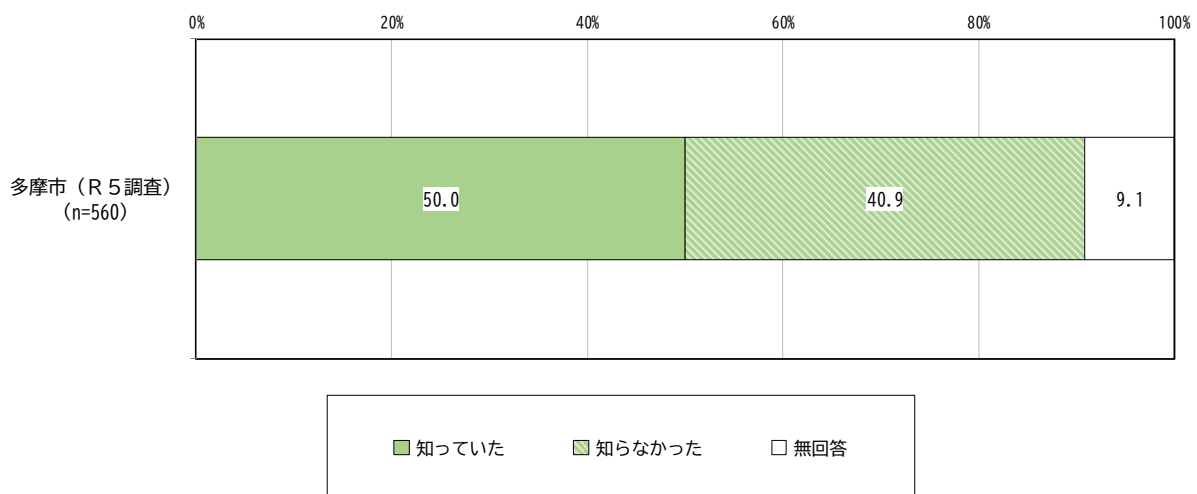
図表 22—① 歯科医院で嚥下に関する相談ができることを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



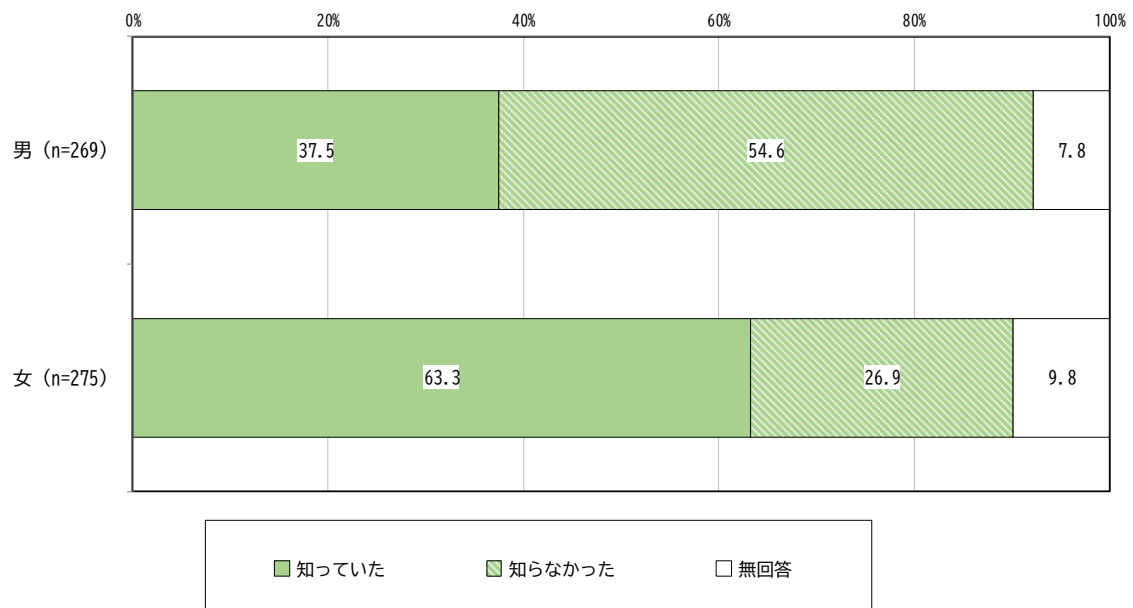
問 23 あなたは、寝たきりなどで歯科医院への通院が困難な場合に、歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることをご存じでしたか。(✓は1つ)

- ・ 歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることを知っていたかは、「知っていた」が 50.0%に対し、「知らなかった」は 40.9%となっています。
- ・ 性別では、歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることを知っている割合は、女性の方が高くなっています。

図表 23 歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることを知っていたか

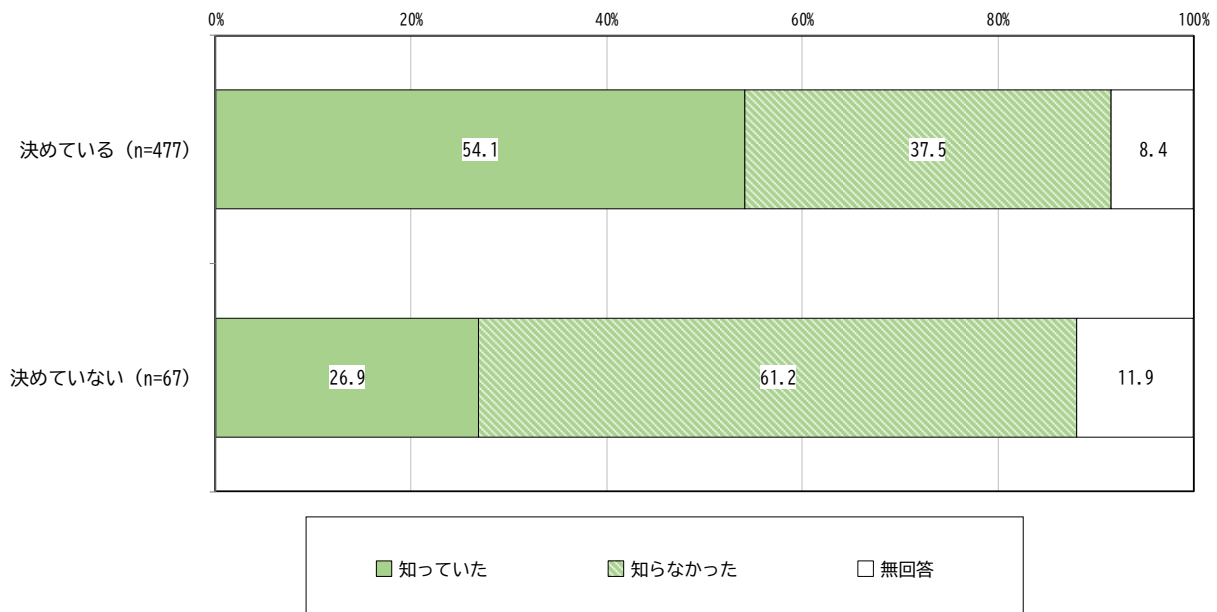


図表 23—① 歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることを知っていたか (性別ごと)



・かかりつけ歯科医の有無別では、歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることを知っている割合は、かかりつけ歯科医を決めている人の方が高くなっています。

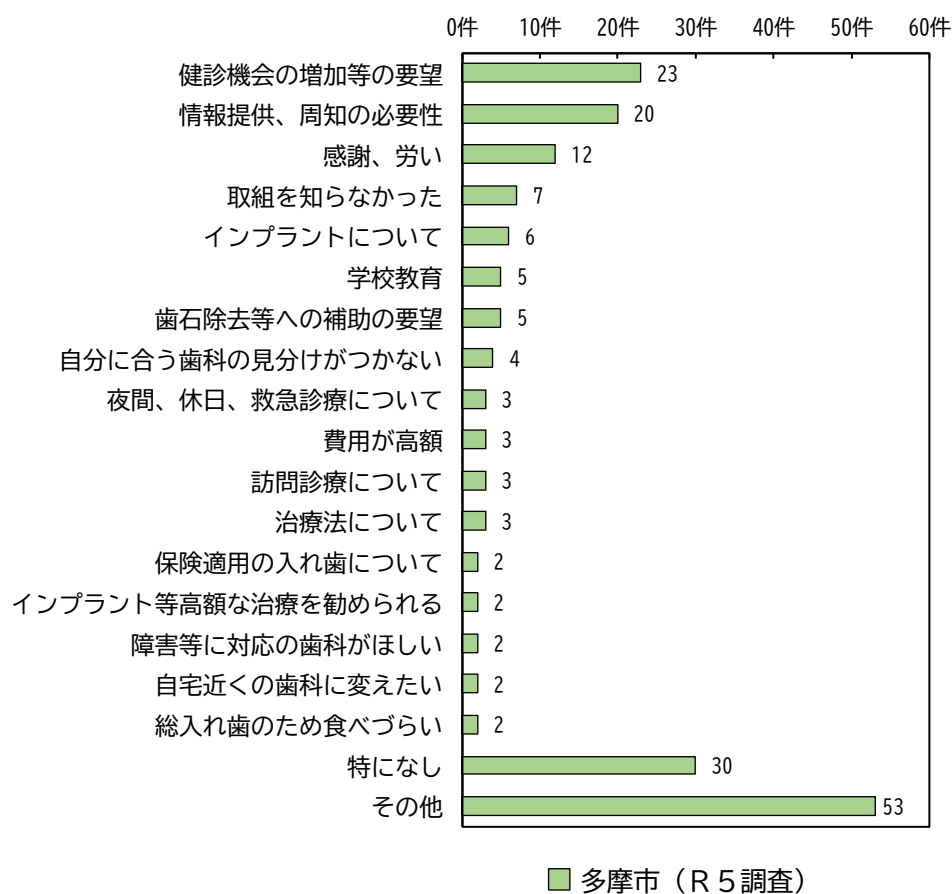
図表 23—② 歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることを知っていたか
(かかりつけ歯科医の有無別)



問 24 あなたが、多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

・自由記載の内容は、「健診機会の増加等の要望」が23件で最も多く、次いで「情報提供、周知の必要性」が20件、「感謝、労い」が12件となっています。

図表 24 多摩市の取組について感じていること（主な自由記載項目）



III. 資料編

多摩市 歯科口腔保健についてのアンケート調査

【5歳児保護者用】 ※実際には回答フォームなので、質問は自動で分岐します。

★問1 あなたのお子さんが住んでいるのはどの地区ですか。(○は1つ)

- ① 関戸1～5丁目
- ② 一ノ宮1～4丁目
- ③ 蓮光寺1～6丁目
- ④ 聖ヶ丘1～5丁目
- ⑤ 桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貝取（番地）
- ⑥ 東寺方（番地）、東寺方1丁目、百草（番地）、落川（番地）
- ⑦ 和田（番地）、和田1261番地（百草団地）
- ⑧ 愛宕1～4丁目、和田3丁目、東寺方3丁目
- ⑨ 乞田（番地）、永山1丁目、貝取1丁目、豊ヶ丘1丁目
- ⑩ 馬引沢1～2丁目
- ⑪ 緑蔭1～6丁目
- ⑫ 永山2～7丁目
- ⑬ 貝取2～5丁目
- ⑭ 豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
- ⑮ 鶴牧3～5丁目
- ⑯ 落合2～6丁目、南野2～3丁目
- ⑰ 唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目

問2 あなたのお子さんの性別を教えてください。(○は1つ)

※お子さんの通帳管理の際に適用される性別をご記入ください。答えたくない場合は、回答不要です。

- ① 男
- ② 女
- ③ その他

★問3 あなたのお子さんは、現在むし歯がありますか。または、いままでもむし歯の治療をしたことがありますか。(○は1つ)

- ① ある
- ② ない

問4 保護者の方は、お子さんの かかりつけの歯科医院を決めていますか。(○は1つ)

- ① 決めている ⇒ 問5へ
- ② 決めていない ⇒ 問6へ

★問5-1 その歯科医院はどこにありますか。(○は1つ)

- ① 多摩市内（歯科医院の名称（OOクリニックなど）：)
- ② 東京都内の多摩市以外
- ③ 東京都以外

問5-2 その歯科医院では、むし歯などの治療を受けているほかに、次のような予防処置や指導を受けていますか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 定期健診（年1回以上）
- ② フッ化物歯面塗布 かぶつちふぶ ※1
- ③ フッ化物洗口の指導 かぶつちふぶ ※2
- ④ 歯みがき指導
- ⑤ シーラント処置 シーラント ※3
- ⑥ その他 ()

※1 フッ化物歯面塗布：歯にフッ素を塗り、むし歯になるのを予防する処置のことです。

※2 フッ化物洗口の指導：むし歯予防のために、フッ素入りのうがい薬の使い方を習うことです。

※3 シーラント処置：むし歯になりにくいお歯のみにプラスチックなどをつめて、むし歯になるのを予防する処置のことです。

★問5-3 保護者の方は、お子さんのかかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。(あてはまるものすべてに○) ⇒ 問7へ

- ① 自宅から近いから
- ② 幼稚園や保育園から近いから
- ③ 家族が通っているから
- ④ 評判が良いから
- ⑤ その他 ()

★問6 かかりつけ歯科医を決めていないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 歯や口トラブルがないから
- ② 忙しくて受診する時間がないから
- ③ 費用が負担に感じるから
- ④ どこに受診すれば良いかわからないから
- ⑤ 幼稚園や保育園で健診の機会があるから
- ⑥ 行きたい歯科医院が見つからないから
- ⑦ お子さんが歯科医院を嫌がるから
- ⑧ かかりつけ歯科医を必要と感わないから
- ⑨ その他 ()

問7 あなたのお子さんは、あめ・チョコレート・ガム・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日
- ② 週に3～4回
- ③ 週に1～2回
- ④ ほとんど食べない

問8 あなたのお子さんは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1週間のうちにどのくらい飲みますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日
- ② 週に3～4回
- ③ 週に1～2回
- ④ ほとんど飲まない

★問9 あなたのお子さんは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(○は1つ)

- ① 1日3回以上
- ② 1日2回
- ③ 1日1回
- ④ とくどきしない日がある
- ⑤ しない

★問10 あなたのお子さんは、歯みがきをどのようにしていますか。(○は1つ)

- ① 自分でみがいたあとに家族がみがく ⇒ 問11へ
- ② 自分ではみがかず家族がみがく ⇒ 問11へ
- ③ 自分ひとりでみがく ⇒ 問12へ
- ④ ほとんどみがかない ⇒ 問12へ

★問11 家族がみがくことは、1週間のうちのどのくらいありますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3~4回 ③ 週に1~2回 ④ ほとんどない

問12 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(○は1つ)

- ① フッ素入りの詰めがき剤を使っている ⇒ 問13へ
 ② 詰めがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない ⇒ 問14へ
 ③ 詰めがき剤は使っているが、フッ素入りではない ⇒ 問14へ
 ④ 詰めがき剤は使っていない ⇒ 問14へ

問13 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(○は1つ)

- ① 毎日使っている

問 14 保護者の方は、お子さんの口の中（歯や歯ぐきの様子）を観察することがありますか。（
は1つ）

- ①週に1回以上ある ②月に1回以上ある ③ほとんどない

問15 保護者の方は、お子さんにゆっくりより噛んで食べる習慣をつけるようにしていますか。
(〇は1つ)

- ① 習慣をつけるようにしている ↑ 問16
② 習慣をつけるようにはしていない ↑ 問17

問16 習慣をつけるようにするために、どんなことをしていますか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 適度に噛み応えのある食品をとり入れるようにしている
② ゆっくりよりく噛むように声をかけている
③ その他（ ）

★問17 あなたのお子さんは、1日で30回かむことの大切さ（噛ミ^{かみ}ン^みグ 30）を知っていますか。（○は1つ）

- ① 知っている

★問18 多摩市の歯や口の健康づくりの取組について感じていることや、これから期待することがあれば教えてください。

自由に意見を記入してください

[illegible]

お忙しいところ、アンケートにご協力いただき、ありがとうございます。

多摩市 歯科口腔保健についてのアンケート調査

【小学校第4学年児童用】 ※実際には回答フォームなので、質問は自動で分岐します。

問1 あなたはどの学校に通っていますか。(○は1つ)

- ① 多摩第一小学校 ② 多摩第二小学校 ③ 多摩第三小学校 ④ 蓮光寺小学校
⑤ 北諏訪小学校 ⑥ 東寺方小学校 ⑦ 南鶴牧小学校 ⑧ 聖ヶ丘小学校
⑨ 西落合小学校 ⑩ 大松台小学校 ⑪ 諏訪小学校 ⑫ 永山小学校
⑬ 瓜生小学校 ⑭ 東落合小学校 ⑮ 貞取小学校 ⑯ 豊ヶ丘小学校
⑰ 愛和小学校

問2 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(○は1つ)

- ① 関戸1～5丁目 ② 二ノ宮1～4丁目 ③ 蓮光寺1～6丁目 ④ 聖ヶ丘1～5丁目
⑤ 桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貞取(番地) ⑥ 東寺方(番地)、東寺方1丁目、百草(番地)、落川(番地)
⑦ 和田(番地)、和田1261番地(百草団地) ⑧ 愛宕1～4丁目、和田3丁目、東寺方3丁目
⑨ 乙田(番地)、永山1丁目、貞取1丁目、豊ヶ丘1丁目 ⑩ 馬引沢1～2丁目
⑪ 諏訪1～6丁目 ⑫ 永山2～7丁目 ⑬ 貞取2～5丁目 ⑭ 豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
⑮ 鶴牧3～5丁目 ⑯ 落合2～6丁目、南野2～3丁目 ⑰ 唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目

問3 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

- ① 男 ② 女 ③ その他(答えたくない場合は、○をしなくて大丈夫です。)

問4 あなたは、現在むし歯がありますか。または、いままでもむし歯の治療をしたことがありますか。(○は1つ)

- ① ある ② ない

問5 あなたは、いつも行く歯医者さんがありますか。(○は1つ)

- ① ある ⇒ 問6へ ② ない ⇒ 問7へ

問6-1 その歯医者さんはどこにありますか。(○は1つ)

- ① 多摩市内(歯医者さんのなまえ(○○クリニックなど))
② 東京都内の多摩市以外 ③ 東京都以外

問6-2 その歯医者さんではむし歯をおしてもらうほかに、次のようなことをしてもらっていますか。(あてはまるものすべてに○) ⇒ 問8へ

- ① 定期的に歯をけんさんする(年1回以上) ② 歯にフッ素をぬる
③ フッ素入りうがい薬の使い方を習う ④ 歯みがきのしかたを習う
⑤ シーラント処置※ ⑥ その他()

※ シーラント処置: むし歯になりやすいお歯のみにプラスチックなどをつめて、むし歯になるのを予防する処置のことです。

★問7 いつも行く歯医者さんがいないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 歯や口のことで困っていないから ② 忙しから
③ お金がかかるから ④ どこが良かわからないから
⑤ 学校で歯科健診があるから ⑥ 歯医者さんが苦手だから
⑦ 歯医者さんは必要ないと思うから ⑧ その他()

問8 あなたは、あめ・チョコレート・ガム・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4回 ③ 週に1～2回 ④ ほとんど食べない

問9 あなたは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1週間のうちにどのくらい飲みますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4回 ③ 週に1～2回 ④ ほとんど飲まない

問10 あなたは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(○は1つ)

- ① 1日3回以上 ② 1日2回 ③ 1日1回 ④ ときどきしない日がある ⑤ しない

問 1 9 多摩市の歯や口の健康づくりのとりくみについて感じていることや、これから期待することがあれば教えてください。

自由に意見を記入してください

お忙しいところ、アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

問 1 1 あなたは、歯みがきをどのようにしていますか。(○は1つ)

- ① じぶんのみがいたいあとに家族がみがく ⇒ 問1 2へ
- ② じぶんではみがかず家族がみがく ⇒ 問1 2へ
- ③ じぶんひとりのみがく ⇒ 問1 3へ
- ④ ほとんどみがかない ⇒ 問1 3へ

問 1 2 家族がみがくことは、1 週間のうちのどのくらいありますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4回 ③ 週に1～2回 ④ ほとんどない

問 1 3 歯をみがくときに1本ずついいねい時間をかけている日は、1 週間のうちのどのくらいありますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4回 ③ 週に1～2回 ④ ほとんどない

問 1 4 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(○は1つ)

- ① フッ素入りの歯みがき剤を使っている ⇒ 問1 5へ
- ② 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない ⇒ 問1 6へ
- ③ 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない ⇒ 問1 6へ
- ④ 歯みがき剤は使っていない ⇒ 問1 6へ

問 1 5 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(○は1つ)

- ① 毎日使っている ② ときどき使う

問 1 6 鏡などを使って、じぶんで歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。(○は1つ)

- ① 週に1回以上ある ② 月に1回以上ある ③ ほとんどない

問 1 7 あなたは、食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(○は1つ)

- ① いつもゆっくりよくかむようにしている
- ② だいたいゆっくりよくかむようにしている
- ③ ときどきゆっくりよくかむようにしている
- ④ ゆっくりよくかむことはない

問 1 8 あなたは、1口で3 0回かむことの大切さ(噛ミング3 0)を知っていますか。(○は1つ)

- ① 知っている ② 知らない

多摩市 歯科口腔保健についてのアンケート調査

【中学校第1学年生徒用】 ※実際には回答フォームなので、質問は自動で分岐します。

★問1 あなたはどの学校に通っていますか。(○は1つ)

- ① 多摩中学校
- ② 東愛宕中学校
- ③ 和田中学校
- ④ 諏訪中学校
- ⑤ 聖ヶ丘中学校
- ⑥ 鶴牧中学校
- ⑦ 多摩永山中学校
- ⑧ 落合中学校
- ⑨ 青陵中学校

★問2 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(○は1つ)

- ① 関戸1～5丁目
- ② 一ノ宮1～4丁目
- ③ 連光寺1～6丁目
- ④ 聖ヶ丘1～5丁目
- ⑤ 桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貝取(番地)
- ⑥ 東寺方(番地)、東寺方1丁目、百草(番地)、落川(番地)
- ⑦ 和田(番地)、和田1261番地(百草団地)
- ⑧ 愛宕1～4丁目、和田3丁目、東寺方3丁目
- ⑨ 乙田(番地)、永山1丁目、貝取1丁目、豊ヶ丘1丁目
- ⑩ 馬3沢1～2丁目
- ⑪ 諏訪1～6丁目
- ⑫ 永山2～7丁目
- ⑬ 貝取2～5丁目
- ⑭ 豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
- ⑮ 鶴牧3～5丁目
- ⑯ 落合2～6丁目、南野2～3丁目
- ⑰ 唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目

問3 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

※ 答えたくない場合は、回答不要です。

- ① 男
- ② 女

★問4 あなたは、現在むし歯がありますか。または、今までむし歯の治療をしたことがありますか。(○は1つ)

- ① ある
- ② ない

★問5 あなたは、自分の歯・口の状態について、どのように感じていますか。(○は1つ)

- ① ほぼ満足している ⇒ 問7へ
- ② やや不満だが日常生活には困らない ⇒ 問6へ
- ③ 不満があり、日常生活に困っている ⇒ 問6へ

★問6 どのようなことに不満を感じていますか。(○は1つ)

- ① 歯が痛んだりしみたりする
- ② 歯ぐきから血がでる
- ③ 歯ぐきが腫れる
- ④ 口臭がある
- ⑤ 歯や歯並びなどの見た目が気になる
- ⑥ その他()

問7 あなたは、かかりつけの歯科医院がありますか。(○は1つ)

- ① ある ⇒ 問8へ
- ② ない ⇒ 問9へ

★問8-1 その歯科医院はどこにありますか。(○は1つ)

- ① 多摩市内(歯科医院の名称:)
- ② 東京都内の多摩市以外
- ③ 東京都以外

問8-2 その歯科医院でむし歯などの治療を受けるほかに、次のような予防処置や指導をうけていますか。(あてはまるものすべてに○) ⇒ 問10へ

- ① 定期健診(年1回以上)
- ② フッ化物歯面塗布※1
- ③ フッ化物洗口の指導
- ④ 歯みがき指導
- ⑤ シーラント処置※
- ⑥ その他()

※1 フッ化物歯面塗布: 歯にフッ素を塗り、むし歯になるのを予防する処置のことです。

※2 フッ化物洗口の指導: むし歯予防のために、フッ素入りのうがい薬の使い方を習うことです。

※3 シーラント処置: むし歯になりやすいおく歯のみにプラスチックなどをつめて、むし歯になるのを予防する処置のことです。

★問9 かかりつけの歯科医院がないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 歯や口にトラブルがないから
- ② 忙しくて受診する時間がないから
- ③ お金がかかるから
- ④ どこに受診すればいいかわからないから
- ⑤ 学校で健診の機会があるから
- ⑥ 行きたい歯科医院が見つからないから
- ⑦ 歯科医院が苦手だから
- ⑧ かかりつけ歯科医を必要と思わないから
- ⑨ よくわからない
- ⑩ その他()

問10 あなたは、あめ・チョコレート・アイスクリームなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3~4回 ③ 週に1~2回 ④ ほとんど食べない

問 1 1 あなたは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1週間のうちどのくらい飲みますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3~4回 ③ 週に1~2回 ④ ほとんど飲まない

★問12 あなたは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(○は1つ)

- ① 1日3回以上 ② 1日2回 ③ 1日1回 ④ ときどきしない日がある
⑤ しない ⇒ 問16へ

問 13 歯をみがくときに1本ずついいねに時間をかけている日は、1週間のうちのどれくらいありますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3~4日 ③ 週に1~2日 ④ ほとんどない

問14 歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。(○は1つ)

- ① フッ素入りの缶みがき剤を使っている ⇒ 問15へ
 ② 缶みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない ⇒ 問16へ
 ③ 缶みがき剤は使っているが、フッ素入りではない ⇒ 問16へ
 ④ 缶みがき剤は使っていない ⇒ 問16へ

問15 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(○は1つ)

- ① 毎日使っている

問 16 歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）を1週間のうちのどのくらい使っていますか。（○は1つ）

- ① ほぼ毎日 ② 週に3~4日 ③ 週に1~2日 ④ 使っていない

問17 鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。(○は1つ)

- ①週に1回以上ある ②月に1回以上ある ③ほとんどない

問18 あなたは、食べるときに、ゆっくりよりかむようにしていますか。(○は1つ)

- ① いちもゆっくりよりかちようにしている
② だいたいゆっくりよりかちようにしている
③ とぎとぎゆっくりよりかちようにしている
④ ゆっくりよりかちことではない

★問 19 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（噛ミ^かミ^んグ30）を知っていますか。（○は1つ）

- ① 知っている ② 知らない

問20 20本以上の自分の歯があると、ほとんどの食物を自分で食べることができます。
 「8020」とは、80歳になっても20本以上の自分の歯を保つ、歯の健康の目標です。

あなたは「8020」を知っていますか（〇は1つ）

- ① 知っている ② 知らない

★問2 1 多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

自由に意見を記入してください

自由に意見を記入してください

お忙しいところ、アンケートにご協力いただき、ありがとうございます。

多摩市 歯科口腔保健についてのアンケート調査

【高等学校第3学年生徒用】 ※実際は回答フォームなので、質問は自動で分岐します。

★問1 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。(○は1つ)

- ① 関戸1～5丁目
- ② 一ノ宮1～4丁目
- ③ 通光寺1～6丁目
- ④ 聖ヶ丘1～5丁目
- ⑤ 桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貝取(番地)
- ⑥ 東寺方(番地)、東寺方1丁目、百草(番地)、落川(番地)
- ⑦ 和田(番地)、和田1261番地(百草町地)
- ⑧ 愛宕1～4丁目、和田3丁目、東寺方3丁目
- ⑨ 乞田(番地)、永山1丁目、貝取1丁目、豊ヶ丘1丁目
- ⑩ 馬引沢1～2丁目
- ⑪ 諏訪1～6丁目
- ⑫ 永山2～7丁目
- ⑬ 貝取2～5丁目
- ⑭ 豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
- ⑮ 観牧3～5丁目
- ⑯ 落合2～6丁目、南野2～3丁目
- ⑰ 唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、観牧1・2・6丁目
- ⑱ 多摩市外

問2 あなたの性別を教えてください。(○は1つ)

※ご自身の健康管理の際に適用される性別をご記入ください。答えたくない場合は、回答不要です。

- ① 男
- ② 女
- ③ その他

★問3 あなたは、現在むし歯がありますか。または、今までむし歯の治療をしたことがありますか。(○は1つ)

- ① ある
- ② ない

★問4 あなたは、自分の歯・口の状態について、どのように感じていますか。(○は1つ)

- ① ほぼ満足している ⇒ 問6へ
- ② やや不満だが日常生活には困らない ⇒ 問5へ
- ③ 不自由や苦痛を感じている ⇒ 問5へ

★問5 どのようなことについて不満や苦痛を感じていますか。(○は1つ)

- ① 歯が痛んだりしみたりする
- ② 歯ぐきから血がでる
- ③ 歯ぐきが腫れる
- ④ 口臭がある
- ⑤ 歯や歯並びなどの見た目が気になる
- ⑥ その他()

問6 あなたは、かかりつけの歯科医院がありますか。(○は1つ)

- ① ある ⇒ 問7へ
- ② ない ⇒ 問8へ

★問7-1 その歯科医院はどこにありますか。(○は1つ)

- ① 多摩市内(歯科医院の名称:)
- ② 東京都内の多摩市以外
- ③ 東京都以外

問7-2 その歯科医院でむし歯などの治療を受けるほかに、次のような予防処置や指導をうけていますか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 定期健診(年1回以上)
- ② フッ化物歯面塗布※1
- ③ フッ化物洗口の指導
- ④ 歯みがき指導
- ⑤ シーラント処置※
- ⑥ その他()

※1 フッ化物歯面塗布: 歯にフッ素を塗り、むし歯になるのを予防する処置のことです。

※2 フッ化物洗口の指導: むし歯予防のために、フッ素入りのうがい薬の使い方を習うことです。

※3 シーラント処置: むし歯になりやすい歯の溝のみにプラスチックなどを詰めて、むし歯になるのを予防する処置のことです。

★問7-3 あなたは、かかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。(あてはまるものすべてに○) ⇒ 問9へ

- ① 自宅から近いから
- ② 学校から近いから
- ③ 通学途中にあるから
- ④ 子どもの頃から通っているから
- ⑤ 家族が通っているから
- ⑥ 評判が良いから
- ⑦ その他()

★問8 かかりつけの歯科医院がないのはなぜですか。(あてはまるものすべてに○)

- ① 歯や口トラブルがないから
- ② 忙しくて受診する時間がないから
- ③ 費用が負担に感じるから
- ④ どこに受診すれば良いかわからないから
- ⑤ 学校で健診の機会があるから
- ⑥ 行きたい歯科医院が見つからないから
- ⑦ 歯科医院が苦手だから
- ⑧ かかりつけ歯科医を必要と思わないから
- ⑨ その他()

問9 あなたは、あめ・チョコレート・アイスクリューなどの甘いお菓子を、1週間のうちにどのくらい食べますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日
- ② 週に3～4回
- ③ 週に1～2回
- ④ ほとんど食べない

問10 あなたは、ジュース・乳酸飲料・スポーツドリンクなどの甘い飲み物を、1週間のうちどのくらい飲みますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4回 ③ 週に1～2回 ④ ほとんど飲まない

★問11 あなたは、歯みがきを1日に何回くらいしていますか。(○は1つ)

- ① 1日3回以上 ② 1日2回 ③ 1日1回 ④ ときどきしない日がある
⑤ しない ⇒ 問16へ

問12 歯をみがくときに1本ずついねいに時間をかけている日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4日 ③ 週に1～2日 ④ ほとんどない

問13 歯をみがくときフッ素入り歯みがき剤を使っていますか。(○は1つ)

- ① フッ素入りの歯みがき剤を使っている ⇒ 問14へ
② 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない ⇒ 問15へ
③ 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない ⇒ 問15へ
④ 歯みがき剤は使っていない ⇒ 問15へ

問14 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。(○は1つ)

- ① 毎日使っている ② ときどき使う

問15 歯をみがくとき、デンタルフロス(糸ようじなど)を1週間のうちのどのくらい使っていますか。(○は1つ)

- ① ほぼ毎日 ② 週に3～4日 ③ 週に1～2日 ④ 使っていない

問16 鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。(○は1つ)

- ① 週に1回以上ある ② 月に1回以上ある ③ ほとんどない

問17 あなたは、食べるときに、ゆっくりよくかむようにしていますか。(○は1つ)

- ① いつもゆっくりよくかむようにしている
② だいたいゆっくりよくかむようにしている
③ ときどきゆっくりよくかむようにしている
④ ゆっくりよくかむことはない

★問18 あなたは、1口で30回かむことの大切さ(噛ミ^{さん}グ30)を知っていますか。(○は1つ)

- ① 知っている ② 知らない

問19 20本以上の自分の歯があると、ほとんどの食物をかんで食べることができます。「8020」とは、80歳になっても20本以上の自分の歯を保つ、歯の健康の目標です。

あなたは「8020」を知っていますか (○は1つ)

- ① 知っている ② 知らない

★問20 多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

自由に意見を記入してください

お忙しいところ、アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

歯科口腔保健に関するアンケート調査についてのお願い

日頃より、多摩市の保健事業等にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

多摩市では、現在、歯と口の健康を推進するための条例の制定に向け、検討を進めているところです。

この条例の策定に当たっての基礎資料とするため、歯科口腔保健に関するアンケート調査を実施いたしますので、ご回答くださいますようお願いいたします。

なお、ご回答いただいた内容は、統計的に処理しますので、個人が特定される形の公表や、他の目的での使用はいたしません。お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

令和5年5月 多摩市

ご記入に際してのお願い

1. アンケートの回答は、この調査票に直接ご記入ください。筆記用具は、鉛筆またはボールペンなどをお使いください。
2. ご回答に当たっては質問をよくお読みいただき、該当する選択肢に☑を、または必要な数字などをご記入ください。
3. 「あなたの～」と尋ねている質問項目がいくつかあります。
この場合「あなた」とは、宛名のご本人を指しますので、ご本人以外のご家族が記入された場合でも、宛名のご本人に関して記入してください。
4. 住所や氏名などの個人情報記載しないでください。
5. 調査票記入後は、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、
2023年6月12日（月）までにご返送ください。
6. 郵送での回答をした方は、インターネットでの回答をしないようご注意ください。
7. この調査についてのお問合せは以下までお願いいたします。

【 お問合せ先 】 多摩市 健康福祉部 健康推進課
電 話 042-376-9111（直通）

問1 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。（✓は1つ）

- ☐ 関戸1～5丁目
- ☐ 一ノ宮1～4丁目
- ☐ 連光寺1～6丁目
- ☐ 聖ヶ丘1～5丁目
- ☐ 桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貝取（番地）
- ☐ 東寺方（番地）、東寺方1丁目、百草（番地）、落川（番地）
- ☐ 和田（番地）、和田1261番地（百草団地）
- ☐ 愛宕1～4丁目、和田3丁目、東寺方3丁目
- ☐ 乞田（番地）、永山1丁目、貝取1丁目、豊ヶ丘1丁目
- ☐ 馬引沢1～2丁目
- ☐ 諏訪1～6丁目
- ☐ 永山2～7丁目
- ☐ 貝取2～5丁目
- ☐ 豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
- ☐ 鶴牧3～5丁目
- ☐ 落合2～6丁目、南野2～3丁目
- ☐ 唐木田1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目

問2 あなたの性別と年齢を教えてください。（✓は1つ）

※ご自身の健康管理の際に適用される性別をご記入ください。答えたくない場合、性別は回答不要です。

- ☐ 男 ☐ 女 ☐ その他 年齢 歳

問3 あなたは、ご自身の歯・口の状態について、どのように感じていますか。（✓は1つ）

- ☐ ほぼ満足している 問5へ
- ☐ やや不満だが日常生活には困らない 問4へ
- ☐ 不自由や苦痛を感じている

【問3で「やや不満だが日常生活には困らない」、「不自由や苦痛を感じている」をお選びの方におたずねします。】

問4 どのようなことについて不満や苦痛を感じていますか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 歯が痛んだりしみたりする
☐ 歯ぐきから血がでる
☐ 歯ぐきが腫れる
☐ 口臭がある
☐ 食べ物が歯と歯の間にはさまる
☐ 嘔む、味わう、飲み込むことに不自由がある
☐ 話すことに不自由がある
☐ 歯や歯並びなどの見た目が気になる
☐ その他 ()

【すべての方におたずねします。】

問5 あなたは、かかりつけの歯科医院を決めていますか。(✓は1つ)

☐ 決めている ☐ 決めていない → 問7へ

【問5で「決めている」をお選びの方におたずねします。】

問6-1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

- ☐ 多摩市内 (歯科医院の名称:)
☐ 東京都内の多摩市以外 ☐ 東京都以外

問6-2 あなたは、かかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 自宅から近いから ☐ 学校・職場から近いから
☐ 通勤・通学途中にあるから ☐ 子どもの頃から通っているから
☐ 家族で通っているから ☐ 評判が良いから
☐ その他 ()

問6-3 その歯科医院では、むし歯・歯周病の治療や入れ歯の作製・修理などのほかに予防処置等を受けていますか。(✓は1つ)

☐ 受けている ☐ 受けていない → 問8へ

【問6-3で「受けている」をお選びの方におたずねします。】

問6-4 どのような予防処置を受けていますか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 定期健診 (年1回以上) ☐ 歯石除去・歯面清掃
☐ 歯みがき指導 ☐ その他 ()

【問5で「決めていない」をお選びの方におたずねします。】

問7 かかりつけの歯科医院を決めていないのはなぜですか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 歯や口にとらブルがないから ☐ 忙しくて受診する時間がないから
☐ 費用が負担に感じるから ☐ どこに受診すれば良いかわからないから
☐ 職場等で健診の機会があるから ☐ 行きたい歯科医院が見つからないから
☐ 歯科医院が苦手だから ☐ かかりつけ歯科医を必要と思わないから
☐ その他 ()

【すべての方におたずねします。】

問8 あなたが、歯をみがくときに1本ずついいねいに時間をかけている日は、1週間のうちのどれくらいありますか。(✓は1つ)

- ☐ ほぼ毎日 ☐ 週に3~4日
☐ 週に1~2日 ☐ ほとんどない

問9 あなたは、歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシを1週間のうちのどれくらい使っていますか。（✓は1つ）

- ☐ ほぼ毎日 ☐ 週に3～4日
- ☐ 週に1～2日 ☐ 使っていない

問10 あなたは、歯をみがくときフッ素入り歯みがき剤を使っていますか。（✓は1つ）

- ☐ フッ素入りの歯みがき剤を使っている
- ☐ 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない
- ☐ 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない
- ☐ 歯みがき剤は使っていない

問12へ

【問10で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問11 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。（✓は1つ）

- ☐ 毎日使っている ☐ ときどき使う

【すべての方におたずねします。】

問12 あなたは、鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。（✓は1つ）

- ☐ 週に1回以上ある ☐ 月に1回以上ある ☐ ほとんどない

問13 永久歯は、「親知らず」が4本すべて生えたと全部で32本です。あなたの歯の数は、現在、何本ですか。

約_____本

わからない場合は数えてみましょう。

問14-1 あなたは、喫煙習慣がありますか。（加熱式たばこを含む。）（✓は1つ）

- ☐ 現在、喫煙習慣がある ☐ 過去に喫煙習慣があったが、やめた
- ☐ 習慣的に喫煙したことはない

問14-2 喫煙は歯ぐきの病気（歯周病）を進行させる要因の1つですが、あなたはこれを ご存じでしたか。（✓は1つ）

- ☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問15 あなたは、糖尿病だと歯周病にもかかりやすく、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことを ご存じでしたか。（✓は1つ）

- ☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問16 あなたが、歯周病と関係のあると思うものを選んでください。（あてはまるものすべてに✓）

- ☐ 誤嚥性肺炎 ☐ 心筋梗塞 ☐ 動脈硬化症
- ☐ 早産・低体重児出産 ☐ アルツハイマー病

問17 あなたは、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎を予防することを ご存じでしたか。（✓は1つ）

※「誤嚥性肺炎」とは、老化や脳血管障害の後遺症などによって、飲み込む力や咳をする力が弱くなると、口の中の細菌や食べかす、逆流した胃液などが間違えて気管に入りやすくなり、その結果起きる肺炎のことです。

- ☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問18 あなたは、食べるときに、よく噛む（1030回程度）ようにしていますか。（✓は1つ）

☐ 嘸むようになっている ☐ していない

問19 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（噛^かミ^んグ³⁰）を知っていますか。（✓は1つ）

☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問20 あなたは「8020運動」という言葉を知っていましたか。(✓は1つ)

※「8020運動」とは、80歳になっても自分の歯を20本以上保つという運動です。

☐ 知っていた ☐ 聞いたことがある ☐ 知らなかった

問21 あなたが、多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

自由に意見を記入してください

お忙しいところ、アンケートにご協力いただき、ありがとうございます。

歯科口腔保健に関するアンケート調査についてのお願い

日頃より、多摩市の保健事業等にご理解とご協力をいただき、厚く御礼申し上げます。

多摩市では、現在、歯と口の健康を推進するための条例の制定に向け、検討を進めているところです。

この条例の策定に当たった基礎資料とするため、歯科口腔保健に関するアンケート調査を実施いたしますので、ご回答くださいますようお願いいたします。

なお、ご回答いただいた内容は、統計的に処理しますので、個人が特定される形での公表や、他の目的での使用はいたしません。お忙しいところ誠に恐縮ですが、調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

令和5年5月 多摩市

ご記入に際してのお願い

1. アンケートの回答は、この調査票に直接ご記入ください。筆記用具は、鉛筆またはボールペンなどをお使いください。
2. ご回答に当たっては質問をよくお読みいただき、該当する選択肢に☑を、または必要な数字などをご記入ください。
3. 「あなたの～」と尋ねている質問項目がいくつかあります。
この場合「あなた」とは、宛名のご本人を指しますので、ご本人以外のご家族が記入された場合でも、宛名のご本人に関して記入してください。
4. 住所や氏名などの個人情報は記載しないでください。
5. 調査票記入後は、同封の返信用封筒（切手不要）に入れて、
2023年6月12日（月）までにご返送ください。
6. 郵送での回答をした方は、インターネットでの回答をしないようご注意ください。
7. この調査についてのお問合せは以下までお願いいたします。

【 お問合せ先 】 多摩市 健康福祉部 健康推進課
電 話 042-376-9111（直通）

問1 あなたが住んでいるのはどの地区ですか。（✓は1つ）

- ☐ 関戸1～5丁目
☐ 一ノ宮1～4丁目
☐ 連光寺1～6丁目
☐ 聖ヶ丘1～5丁目
☐ 桜ヶ丘1～4丁目、関戸6丁目、貝取（番地）
☐ 東寺方（番地）、東寺方1丁目、百草（番地）、落川（番地）
☐ 和田（番地）、和田1261番地（百草団地）
☐ 愛宕1～4丁目、和田3丁目、東寺方3丁目
☐ 乞田（番地）、永山1丁目、貝取1丁目、豊ヶ丘1丁目
☐ 馬引沢1～2丁目
☐ 諏訪1～6丁目
☐ 永山2～7丁目
☐ 貝取2～5丁目
☐ 豊ヶ丘2～6丁目、南野1丁目
☐ 鶴牧3～5丁目
☐ 落合2～6丁目、南野2～3丁目
☐ 唐木1～3丁目、中沢1～2丁目、山王下1～2丁目、落合1丁目、鶴牧1・2・6丁目

問2 あなたの性別と年齢を教えてください。（✓は1つ）

※ご自身の健康管理の際に適用される性別をご記入ください。答えたくない場合、性別は回答不要です。

- ☐ 男 ☐ 女 ☐ その他 年齢 歳

問3 あなたは、ご自身の歯・口の状態について、どのように感じていますか。（✓は1つ）

- ☐ ほぼ満足している ➡ 問5へ
☐ やや不満だが日常生活には困らない } 問4へ
☐ 不自由や苦痛を感じている

【問3で「やや不満だが日常生活には困らない」、「不自由や苦痛を感じている」をお選びの方におたずねします。】

問4 どのようなことについて不満や苦痛を感じていますか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 歯が痛んだりしみたりする
- ☐ 歯ぐきから血がでる
- ☐ 歯ぐきが腫れる
- ☐ 口臭がある
- ☐ 食べ物や歯と歯の間にはさまる
- ☐ 嘔む、味わう、飲み込むことに不自由がある
- ☐ 話すことに不自由がある
- ☐ 歯や歯並びなどの見た目が気になる
- ☐ その他 ()

【すべての方におたずねします。】

問5 あなたは、かかりつけの歯科医院を決めていますか。(✓は1つ)

☐ 決めている ☐ 決めていない 問7へ

【問5で「決めている」をお選びの方におたずねします。】

問6-1 その歯科医院はどこにありますか。(✓は1つ)

- ☐ 多摩市内 (歯科医院の名称:)
- ☐ 東京都内の多摩市以外 ☐ 東京都以外

問6-2 あなたは、かかりつけの歯科医院をどのように決めましたか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 自宅から近いから ☐ 学校・職場から近いから
- ☐ 通勤・通学途中にあるから ☐ 子どもの頃から通っているから
- ☐ 家族で通っているから ☐ 評判が良いから
- ☐ その他 ()

問6-3 その歯科医院では、むし歯・歯周病の治療や入れ歯の作製・修理などのほかに予防処置等を受けていますか。(✓は1つ)

☐ 受けている ☐ 受けていない 問8へ

【問6-3で「受けている」をお選びの方におたずねします。】

問6-4 どのような予防処置等を受けていますか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 定期健診 (年1回以上) ☐ 歯石除去・歯面清掃
- ☐ 歯みがき指導 ☐ その他 ()

【問5で「決めていない」をお選びの方におたずねします。】

問7 かかりつけの歯科医院を決めていないのはなぜですか。
(あてはまるものすべてに✓)

- ☐ 歯や口トラブルがないから ☐ 忙しくて受診する時間がないから
- ☐ 費用が負担に感じるから ☐ どこに受診すれば良いかわからないから
- ☐ 職場等で健診の機会があるから ☐ 行きたい歯科医院が見つからないから
- ☐ 歯科医院が苦手だから ☐ かかりつけ歯科医を必要と思わないから
- ☐ その他 ()

【すべての方におたずねします。】

問8 あなたが、歯をみがくときに1本ずついいねいに時間をかけている日は、1週間のうちのどのくらいありますか。(✓は1つ)

- ☐ ほぼ毎日 ☐ 週に3～4日
- ☐ 週に1～2日 ☐ ほとんどない

問9 あなたは、歯をみがくとき、デンタルフロス（糸ようじなど）や歯間ブラシを1週間のうちのくらい使っていますか。（✓は1つ）

- ☐ ほぼ毎日 ☐ 週に3～4日
☐ 週に1～2日 ☐ 使っていない

問10 あなたは、歯をみがくときフッ素入りの歯みがき剤を使っていますか。（✓は1つ）

- ☐ フッ素入りの歯みがき剤を使っている
☐ 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りかどうかはわからない
☐ 歯みがき剤は使っているが、フッ素入りではない
☐ 歯みがき剤は使っていない

問12へ

【問10で「フッ素入りの歯みがき剤を使っている」をお選びの方におたずねします。】

問11 フッ素入りの歯みがき剤をどの程度使っていますか。（✓は1つ）

- ☐ 毎日使っている ☐ ときどき使う

【すべての方におたずねします。】

問12 あなたは、鏡などを使って、自分で歯や歯ぐきの様子を観察することがありますか。（✓は1つ）

- ☐ 週に1回以上ある ☐ 月に1回以上ある ☐ ほとんどない

問13 永久歯は、「親知らず」が4本すべて生えたと全部で32本です。あなたの歯の数は、現在、何本ですか。

約 _____ 本 わからない場合は数えてみましょう。

問14-1 あなたは、喫煙習慣がありますか。（加熱式たばこを含む。）（✓は1つ）

- ☐ 現在、喫煙習慣がある ☐ 過去に喫煙習慣があったが、やめた
☐ 習慣的に喫煙したことはない

問14-2 喫煙は歯ぐきの病気（歯周病）を進行させる要因の1つですが、あなたはこのことをご存じでしたか。（✓は1つ）

- ☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問15 あなたは、糖尿病だと歯周病にもかかりやすく、歯周病が糖尿病に悪影響を及ぼすことをご存じでしたか。（✓は1つ）

- ☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問16 あなたが、歯周病と関係のあると思うものを選んでください。（あてはまるものすべてに✓）

- ☐ 誤嚥性肺炎 ☐ 心筋梗塞 ☐ 動脈硬化症
☐ 早産・低体重児出産 ☐ アルツハイマー病

問17 あなたは、歯や入れ歯、舌などを清潔にすることが誤嚥性肺炎を予防することをご存じでしたか。（✓は1つ）

※「誤嚥性肺炎」とは、老化や脳血管障害の後遺症などによって、飲み込む力や咳をする力が弱くなると、口の中の細菌や食べかす、逆流した胃液などが間違えて気管に入りやすくなり、その結果起きる肺炎のことです。

- ☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問18 あなたは、食べるときに、よく噛む（1口30回程度）ようにしていますか。（✓は1つ）

☐ 噛むようにしている ☐ していない

問19 あなたは、1口で30回かむことの大切さ（噛ミ^{でんまる}ング30）を知っていましたか。（✓は1つ）

☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問20 あなたは「8020運動^{はちまるにいまる}」という言葉を知っていましたか。（✓は1つ）

※「8020運動」とは、80歳になっても自分の歯を20本以上保とうという運動です。

☐ 知っていた ☐ 聞いたことがある ☐ 知らなかった

問21 あなたは、オーラルフレイルという言葉を知っていましたか。（✓は1つ）

※「オーラルフレイル」とは食事の際のむせや硬いものが噛みづらいなど口に関するささいな衰えのことをいいます。このささいな衰えを放置していると、「フレイル」（加齢とともに心身の活力が低下して虚弱となった状態）に移行してしまいます。

☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問22 あなたは、歯科医院で、飲み込みにくい・食べにくいなどの相談ができることをご存じでしたか。（✓は1つ）

☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問23 あなたは、寝たきりなどで歯科医院への通院が困難な場合に、歯科医師や歯科衛生士が訪問して、歯のケアや治療をすることができることをご存じでしたか。（✓は1つ）

☐ 知っていた ☐ 知らなかった

問24 あなたが、多摩市の歯や口の健康づくりの取組について普段感じていることや、今後の取組に期待することがあれば教えてください。

自由に意見を記入してください

忙しいところ、アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

多摩市歯科口腔保健に関するアンケート調査

— 報告書 —

令和5年8月発行

発行 多摩市

〒206-0011

東京都多摩市関戸四丁目19番地5

TEL 042-376-9111（直通）

編集 多摩市 健康福祉部 健康推進課
多摩市立健康センター