

平成29年度第3回京都市民健康づくり推進会議 口腔保健部会

次第

日時) 平成30年3月14日(水) 午前10時～正午
場所) アーバネックス御池ビル西館4階 研修室

【司会】 健康長寿企画課長 塩山 晃弘

開会あいさつ

健康長寿のまち・京都推進室長 原田 孝始

議 事

【議事進行】 部会長 山本 隆 氏

- 1 京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」について
 - (1) 京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」(仮称) 骨子案に係る市民意見募集の結果について
 - (2) 京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」の策定について
- 2 歯科口腔保健の取組について(平成29年度の取組及び平成30年度予定)

部会長あいさつ

部会長 山本 隆 氏

閉会あいさつ

健康長寿のまち・京都推進室 保健担当部長 吉山 真紀子

<配布資料>

資料1	構成団体及び出席者名簿
資料2	座席表
資料3	「京都市民健康づくり推進会議」開催要綱
資料4	京都市民健康づくり推進会議口腔保健部会について
資料5	京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」(仮称)に対する市民意見募集の結果について
資料6	京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」(未定稿)について ※別添
資料7	歯科口腔保健の取組について
資料8	平成30年度京都市予算案事業概要(後期高齢者歯科健康診査)
資料9	京都市民健康づくり推進会議構成団体における取組(口腔)

<参考資料> ※別添

参考1	健康長寿のまち・京都いきいきポイント手帳に関する取組紹介
参考2	各区の取組例
参考3	「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」(未定稿)について

平成29年度 第3回 京都市民健康づくり推進会議 口腔保健部会
構成団体及び出席者名簿

(敬称略)

	機関・団体等	出席者役職	氏 名
学識経験者	畿央大学健康科学部健康栄養学科	教 授	やまもと たかし 山本 隆
個 人	市民公募委員	—	ふくい としえ 福井 登志江
地 域	京都市PTA連絡協議会	—	(欠席)
	(一社)京都市老人クラブ連合会	—	(欠席)
保育・教育 機関等	(公社)京都市保育園連盟	副理事長	しまもと こうぶん 嶋本 弘文
	(公社)京都市私立幼稚園協会	副会長	すえひろ ひろくに 末廣 敬邦
	京都市小学校長会	—	(欠席)
	京都市立中学校長会	—	(欠席)
	京都府私立中学高等学校連合会	事務局長	むろ やすじ 室 保次
保健医療機関等	(一社)京都府医師会	—	(欠席)
	(一社)京都府歯科医師会	理 事	きしもと としひろ 岸本 知弘
	(一社)京都府薬剤師会	専務理事	も る きたし 茂龍 哲
	(公社)京都府看護協会	専務理事	なかじま すまこ 中島 すま子
	(公社)京都府栄養士会	副会長	くまがい さちえ 熊谷 幸江
	(公社)京都府歯科衛生士会	副会長	はしもと みかげ 橋本 美影
	(一社)京都府歯科技工士会	会 長	お が わ ひろかず 小川 博和
京 都 市	保健所	健康長寿のまち・京都推進室 担当部長（公衆衛生医師）	むらかみ よしお 村上 宜男
	教育委員会事務局体育健康教育室	—	(欠席)
	保健福祉局生活福祉部保険年金課	特定健診担当係長	も る と のぶき 諸頭 伸行
		特定保健指導第一係長	たけなか ゆきこ 竹中 由布子
	保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室介護ケア推進課	介護ケア推進課長	はやし なおひさ 林 直久
	子ども若者はぐくみ局子ども若者未来部育成推進課	子ども若者未来部担当部長 (母子保健担当課長事務取扱)	ちねいよう けいこ 中条 桂子
	子ども若者はぐくみ局幼保総合支援室	担当係長	やまもと じゅんこ 山本 淳子
	(オブザーバー) 保健福祉局障害保健福祉推進室	—	(欠席)
団体数（学識経験者・個人・オブザーバーを除く） 20団体			

座 席 表

平成30年 3月14日(水)
午前10時～正午
アーバネックス御池ビル西館
4階 研修室

- ★ 学識経験者
○ 地域
◇ 保育・教育機関等
◎ 保健医療機関等
● 京都市

岸本 知弘
一般社団法人
京都府歯科医師会
理事
◎

山本 隆
【口腔保健部会長】
畿央大学健康科学部
教授
★

嶋本 弘文
公益社団法人
京都市保育園連盟
副理事長
◇

一般社団法人 京都府薬剤師会
茂籠 哲 専務理事 ◎

公益社団法人 京都府看護協会
中島 すま子 専務理事 ◎

公益社団法人 京都府栄養士会
熊谷 幸江 副会長 ◎

公益社団法人 京都府歯科衛生士会
橋本 美影 副会長 ◎

一般社団法人 京都府歯科技工士会
小川 博和 会長 ◎

子ども若者はぐくみ局子ども若者未来部
中条 桂子 担当部長 ●
(育成推進課母子保健担当課長事務取扱)

子ども若者はぐくみ局幼保総合支援室
山本 淳子 担当係長 ●

左京区役所保健福祉センター
中村 雅子 担当係長 ●
(健康長寿企画課兼務)

◇ 公益社団法人 京都市私立幼稚園協会
末廣 敬邦 副会長

◇ 京都府私立中学高等学校連合会
室 保次 事務局長

□ 福井 登志江 市民公募委員

保健所(健康長寿のまち・京都推進室)
村上 宜男 担当部長 ●

保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室
介護ケア推進課
林 直久 介護ケア推進課長 ●

保健福祉局生活福祉部保険年金課
諸頭 伸行 特定健診担当係長 ●

保健福祉局生活福祉部保険年金課
竹中 由布子 特定保健指導第一係長 ●

健康長寿企画課
橋野 恵衣 健康長寿推進第三係長 ●

事務局：保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室

事務局 事務局

● 吉山 真紀子 保健担当部長
● 原田 孝始 室長
● 塩山 晃弘 健康長寿企画課長
● 小西 直人 健康長寿企画推進担当課長

事務局 事務局

● ● ● ●

事務局 事務局

● ● ● ●

記者席 傍聴席

○ ○ ○ ○

「京都市民健康づくり推進会議」開催要綱

(目的)

第1条 この要綱は、「すべての市民が心身ともに健やかにくらすまち京都」の実現を理念として策定した「京都市民健康づくりプラン」を推進する組織として、「京都市民健康づくり推進会議」（以下「会議」という。）を開催し、その運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(会議の役割)

第2条 会議は、次に掲げる事項を所掌する。

- (1) 「京都市民健康づくりプラン」の推進に関すること。
- (2) その他市民の健康の保持増進に関すること。

(構成)

第3条 会議は、第1条の目的に賛同し、そのための活動を積極的に行う別表の団体、学識経験者等及び公募により参加した市民委員等（以下「構成団体等」という。）で構成する。

(議長及び副議長)

第4条 会議に議長及び副議長を置く。

- 2 議長及び副議長は、構成団体等の中から市長が指名する。
- 3 議長は、会議を代表し、会務を総理する。
- 4 副議長は、議長を補佐し、議長に事故がある時は、その職務を代理する。

(会議)

第5条 会議は、市長が招集する。

- 2 議長は、必要がある時は、会議に関係者の出席を求め、その意見又は説明を聞くことができる。

(部会)

第6条 市長は、「京都市民健康づくりプラン」に基づく分野別行動指針の推進を図るため、次に掲げる部会を開催することができる。なお、「休養・こころの健康」に係る分野別行動指針については、市長が別に定める推進組織と連携し、取組を推進する。

- (1) 食育推進部会
- (2) 身体活動・運動に関する行動指針推進部会
- (3) 口腔保健部会
- (4) たばこ対策推進部会
- (5) 飲酒に関する行動指針推進部会

2 部会は、部会長及び構成団体等で構成する。

3 部会長は、市長が指名する。

(事務局)

第7条 会議の事務を処理するため、事務局を置く。

2 事務局は、保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課で所掌する。

(補則)

第8条 この要綱に定めるもののほか、会議の運営に関して必要な事項は、市長が別に定める。

附 則

この要綱は、平成15年1月28日から施行する。

附 則

この要綱は、平成20年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成26年3月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成27年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成28年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成29年4月1日から施行する。

京都市民健康づくり推進会議口腔保健部会について

1 設置経過

京都市では、「京都市民健康づくりプラン」健康づくりの目標10分野の1つに「歯の健康」を定め、平成14年より歯と口の健康づくりの取組を推進してきた。平成19年度に行った中間評価及び見直しでは、歯と口の健康づくりについてのこれまでの取組み効果は一定程度認められた。今後、生涯を通じた歯科口腔保健対策の一層の充実強化を図ることを目的とし、重点取組方針を定めた。

重点取組方針の具体化に向け、「京都市民健康づくり推進会議 生涯を通じた健康づくり検討部会（平成20年2月）」において生涯を通じた歯の健康についての単独部会の設立が検討され、平成19年度第2回京都市民健康づくり推進会議を経て「口腔保健部会」が設立された。

2 目的

平成21年3月に策定した京都市口腔保健推進行動指針「歯ッピー・スマイル京都」（以下、指針という）にもとづき、「8020運動」をさらに推進し、各関係機関と継続的に協議を行い、「むし歯予防」「歯周病予防」「口腔機能の維持・向上」を3つの基本目標とし、ライフステージごとに歯科口腔保健の計画的な推進を図るとともに、生涯にわたる歯と口の健康づくりのための環境づくりに努めることとしている。

3 部会の役割

市民の「歯の健康」に関する行動目標の達成のためには、市民一人ひとりが健康づくりの意欲をもち、日々の歯と口の健康づくりに取り組むことが重要である。「口腔保健部会」に参画している機関、団体は市民生活における口腔保健推進活動への多様な側面からの働きかけが可能であり、部会において共通の認識のもと指針の普及・啓発及び推進の役割を担う。

- ・指針に基づく本市口腔保健推進についての具体的な対策の検討
- ・指針に基づく本市口腔保健推進のための情報交換と連携
- ・京都市口腔保健支援センター（本市健康長寿企画課内に設置）の協議・検討組織として、口腔保健推進への助言

京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」（仮称）骨子案
に対する市民意見募集の結果について

1 実施期間

平成30年1月10日（水）～平成30年2月9日（金）

2 応募方法

郵送，FAX又は電子メールなど

3 応募結果の概要

応募者数 274人

御意見・御提言数 652件

(1) 性別人数

	男性	女性	無回答	合計
応募者数（人）	47	196	31	274
構成比（％）	17.2	71.5	11.3	100.0

(2) 年代別人数

	20歳未満	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	無回答	合計
応募者数（人）	46	75	44	41	26	22	7	0	13	274
構成比（％）	16.8	27.4	16.1	15.0	9.5	8.0	2.6	0	4.7	100.0

(3) 京都市在住・在勤別人数

	京都市在住	その他	無回答	合計
応募者数（人）	188	70	16	274
構成比（％）	68.6	25.5	5.8	100.0

(4) 項目別御意見・御提言数

項 目		御意見・御提言数
1	基本理念について	2 2 2
2	取組方針について	1 5 6
3	市民の歯と口の健康づくりを支える取組（各ライフステージ等に応じた具体的取組）について	8 3
	①全体又は各ライフステージでの取組について	6 1
	②個別の具体的取組について	1 3
	③記載について	6
	④その他	3
4	そのほか全体について	1 7 4
	①全体について	1 2 3
	②計画内容について	8
	③取組の提案・意見について	4 3
5	その他	1 7

4 主な意見の内容と本市の考え方
別紙のとおり

京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」(仮称)骨子案に関する
市民の皆様の主な御意見と御提言に係る本市の考え方

1 基本理念について(222件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	基本理念として賛成, 良いと思う。	156	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し, 基本理念に基づいた歯と口の健康に関する取組を推進してまいります。
2	市民への啓発・働きかけなどをはじめ, しっかりと取組を推進してほしい。	16	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し, 関係機関・団体と連携し, 各ライフステージや特性に応じた取組を進めてまいります。
3	歯と口の健康の重要性を知った(再認識した)。	10	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し, 関係機関・団体と連携し, 歯と口の健康に関する適切な情報発信をはじめ, 各ライフステージや特性に応じた取組を進めてまいります。
4	生涯にわたる歯と口の健康のためには, 小さい頃, 若い頃からの取組が重要。乳幼児期, 少年期, 青年期などの早い時期の啓発に取り組むべき。	7	生涯にわたる歯と口の健康のためには, 生まれる前から生涯にわたって取組が重要と考え, 胎児期から高齢期まで各ライフステージに応じた歯と口の健康に関する取組を推進してまいります。特に, 乳幼児期や少年期, 青年期には, 歯と口の健康を保つための生活習慣などの習得・確立に関わる重要な時期として取り組んでまいります。(P18~23)
5	基本理念としてはよいが, 具体的な取組が大切。知りたい。どのようにして取り組むのか。	6	「第5章 市民の歯と口の健康づくりを支える取組(ライフステージ等に応じた具体的な取組)」のなかで, すべてのライフステージ等の具体的な取組の記載を大幅に増やしました。各事業等のより詳細な内容については, 関係機関・団体と連携し, 健康教室や啓発冊子の配布等をはじめとした具体的な取組を進めていくなかでお示ししてまいります。(P16~28)
6	全身の健康や心の健康に効果的につながるように, 運動や栄養など歯科以外の分野の健康づくりと一体的に取り組むべき。	5	本計画は, 「歯と口の健康」の切り口からお示ししていますが, 歯と口の健康を含む健康増進計画である「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」に基づき, 栄養や運動を含めた様々な分野と一体的に取り組んでまいります。
7	歯と口の健康が全身の健康につながることや口腔機能などについて, まだまだ知られていないのでは。	4	今後, 本計画に基づき, 具体的な取組を進めていくなかで, 歯と口の健康と全身の健康の関係や口腔機能の重要性などについて普及啓発を図ってまいります。
8	基本理念として長い。もっとシンプルにしてはどうか。	4	歯と口の健康づくりから心身の健康や健康寿命の延伸につながる概念と本市の方向性をお示しするため, 「市民一人ひとりが取り組む」「生涯にわたって」「しっかりと噛んで」「健やかで」「心豊かに」「笑顔」のいずれも重要なキーワードと考え, 盛り込んでおります。
9	基本理念でも, 一歯一歯の重要性や歯そのものの健康長寿も啓発してほしい。	3	「しっかりと噛んで」「健やかで心豊かに」「笑顔で」という表現でお示した口腔機能の重要性のなかには, 歯自体の重要性も内包されております。

10	噛むことの重要性、食べることの幸せなどについても広めてほしい。	3	基本理念では、しっかりと噛んで食べることが心身の健康につながることをイメージして表現しております。噛むことの重要性や食べることの幸せなどについては、健康教室等の具体的な取組のなかでもしっかりとお伝えしてまいります。また、計画では、「口腔機能」についてのコラムで食べることの幸せについて記載しておりますが、さらに「歯と口の健康増進が健康寿命の延伸につながる概念イメージ」において、「意欲の保持・心の充足」について追記しました(P3, P11)。
11	歯と口の健康が全身の健康につながることを表してほしい。	2	基本理念においては、歯と口の健康づくりの取組が、健やかで心豊かに笑顔の暮らしにつながることを表現することで、歯と口の健康が全身の健康につながることを表しております。また、「歯と口の疾患が全身の健康に与える影響」や「歯周病」についてのコラムを追記しました(P11, P14)。
12	歯を失っている場合はどうすればよいのか。歯を失っている場合の対応も重要だ。	2	基本理念でお示した「しっかりと噛んで食べる」ことには、例えば、入れ歯等を使用して噛む機能を維持することなども内包されています。市民の皆様の歯と口の状況は様々ですが、歯の数に限らず、その方に応じた歯と口の健康づくりに取り組んでいただくことを目指して、取組を進めてまいります。なお、その点を明確にするため、入れ歯等を使用して口腔機能を維持することの重要性を追記しました。(P3)
13	健康長寿と聞くと高齢者向けの理念に感じるが、「生涯にわたって」というところが重要と思う。すべての年代に向けた理念として取り組んでほしい。	1	胎児期から高齢期まで、すべてのライフステージに応じた取組が健康寿命の延伸につながるという考えに基づき、基本理念を定めました。生涯にわたって、市民の皆様がの歯と口の健康づくりを実践していただけるように、取組を進めてまいります。
14	取組はよいが、市民の実践につながるか。	1	市民の方の実践につながるように、関係機関・団体と連携し、「第5章 市民の歯と口の健康づくりを支える取組」にお示したような各ライフステージ等に応じた具体的な取組を進めてまいります(P16~28)。
15	健康長寿笑顔のプランの中で文化・地域力をうたっているがその観点はいらないのか。	1	本計画は、健康長寿・笑顔のまち・京都推進プランにおける「歯と口の健康」の取組の一層の推進を図るために策定しており、健康長寿・笑顔のまち・京都推進プランの基本理念は、本計画も含めた健康づくり全体で目指すものとなります。取組方針に、「地域力・文化力」についての記載を追記しました。(P10)
16	歯と口の健康増進が健康寿命の延伸につながることを各医療機関が市民に伝えていくことが大切だと思う。	1	歯科医療機関・歯科関係団体をはじめ、京都市民健康づくり推進会議や健康長寿のまち・京都市民会議の参画団体など、関係機関・団体と連携しながら、本計画の推進に取り組んでまいります。

2 取組方針について(156件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	取組方針として賛成, 良いと思う。	57	本計画に基づき, ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた, 市民の皆様の歯と口の健康づくりを支える取組を推進してまいります。
2	ライフステージや特性に応じた取組の記載がわかりやすい。良い。	25	本計画に基づき, ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた, 市民の皆様の歯と口の健康づくりを支える取組を推進してまいります。
3	歯と口の健康に関わる知識(全身の健康との関わり, 誤嚥性肺炎予防, 口腔機能・・・)について, もっと啓発すべき。広く知られるとよい。	16	保健福祉センターや地域での健康教室, 啓発冊子, 啓発イベントをはじめとした取組を通じ, 歯周病と全身の健康との関わりや誤嚥性肺炎予防をはじめとした啓発に取り組んでおりますが, ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じて, 市民の皆様の歯と口の健康づくりにつながるような情報発信や普及啓発の充実にさらに一層努めてまいります。
4	歯の数, 8020運動も重要である。	8	口腔機能の維持には, 歯の数の維持も重要な要素であり, 内包され则认为しており, 口腔機能の重要性とともに8020運動を引き続き推進してまいります。これらの点について, 明確にするため, 8020運動の推進や歯の数の重要性について追記いたしました(P2, P11)。
5	オーラルフレイル・口腔機能の概念を取り入れたのがよい。まだまだ知られておらず, 広めていくべき。	8	御指摘のとおり, オーラルフレイルについては, まだまだ広まっておらず, その言葉の意味や内容とともに早期対応の重要性の啓発から取り組みは始める必要があると認識しております。保健福祉センターや地域における健康づくり事業をはじめ, 後期高齢者歯科健診事業等の様々な事業・機会を通じて, オーラルフレイルとその対策について, 普及啓発に取り組んでまいります。
6	効果的な啓発に向けて工夫すべき。	7	歯科医療機関や健康長寿のまち・京都市民会議の参画団体をはじめとした関係団体・機関と連携し, ライフステージ等に応じた周知に取り組んでまいります。
7	学校, 大学, 企業, 家庭, 地域, 歯科医院などと連携して取り組むべき。各機関・団体も主体的に取り組むべき。	6	本計画に基づき, 歯科医療機関や健康長寿のまち・京都市民会議の参画団体をはじめ, 関係団体・機関と連携しながら, 具体的取組を推進に努めてまいります。「歯と口の健康づくりの取組を推進する社会イメージ」において, 各関係機関・団体の具体的な取組内容について追記いたしました。(P15)
8	積極的に推進してほしい。	5	本計画に基づき, 「健康長寿のまち・京都」の実現に向け, ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた「歯と口の健康」に関する取組を推進してまいります。
9	むし歯予防, 歯周病予防の取組も必要である。	4	むし歯予防や歯周病予防については, 本計画の「取組方針」のなかで, 「歯と口の健康づくりの基本的な取組」のひとつとして位置づけています(P10)。また, 「ライフステージ等に応じた歯と口の健康づくりの基本的な取組の推進イメージ」でお示ししているように, 生涯にわたり, 各ライフステージに合わせたむし歯予防や歯周病予防に取り組んでまいります(P12)。
10	生涯を通じて関心をもてるのがよい。生涯を通じての取組であることが伝わればよい。	3	健康寿命の延伸には, 胎児期からの生涯を通じた健康づくりの取組が重要として, 本計画を策定しております。胎児期から高齢期の各ライフステージ, また配慮が必要な方や全市民に対する取組を推進してまいります。

11	子どもの頃から取り組むことが重要である。子どもの頃から関心をもつように啓発・教育すべき。	3	健康寿命の延伸には、胎児期からの生涯を通じた健康づくりの取組が重要であると認識しております。とりわけ、乳幼児期や少年期では、生涯にわたる歯と口の機能の基盤や健康づくりに関わる生活習慣を身につける時期として、保健福祉センターでの健康教室や保健指導、学校での歯科保健教育等を通じた啓発をはじめとした取組を進めてまいります。(P18～21)
12	歯と口の健康増進や予防は重要である。	3	本計画に基づき、生涯にわたる各ライフステージ等での歯と口の健康増進や各疾患予防などの重要性をお伝えしてまいります。
13	かかりつけ歯科での定期健診の推進及び啓発が重要である。	2	本計画の「取組方針」のなかで、「歯と口の健康づくりの基本的な取組」のひとつとして「かかりつけ歯科での定期的な歯科健診」を位置づけ、その重要性などの啓発に取り組んでまいります。(P10)
14	大まかな案としては分かりやすいが、推進や啓発など各取組の具体的な内容が分からない。	2	すべてのライフステージ等において、取組内容の記載を大幅に増やしました(P16～28)。また保健福祉センターや地域における健康教室や保健指導をはじめとする各取組のなかで、啓発冊子等を用いるなどして、市民の方への情報発信・啓発などを行ってまいります。
15	個人に応じた取り組みが必要。	1	本計画では、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた取組を中心にお示ししておりますが、さらに個人に応じた取組を行っていただくことを推進するために、個人に合わせた定期的なケアや管理などを行う「かかりつけ歯科」の重要性の啓発に取り組んでまいります。また、かかりつけ歯科のコラムを掲載しました(P12)。
16	歯科といえば、むし歯治療のイメージだったが、食べることに関わる大事な分野ということがわかった。	1	食べることをはじめとした口腔機能とその重要性の普及啓発に取り組んでまいります。
17	食べ物が口から食べられることが大切であるだけでなく、「口から食べる楽しさや幸せ」という視点も伝えてほしい。	1	健康な歯を含めた口腔機能がおいしく味わって食べることなどの生活の基本や楽しみ、幸せを支えていることについて記載しております(P3)。さらに、「歯と口の健康増進が健康寿命の延伸につながる概念イメージ」において、「意欲の保持・心の充足(意欲、満足感、幸福感等)」などの心理面への影響についても追記しました(P11)。
18	社会参加や人とのつながりと口腔機能などの結びつきがよくわからない。	1	口腔は、会話する、一緒に食事をする、笑うなど、社会参加や人とのつながりのうえで欠かせない機能を担っています。その健康を損なうことは、社会参加や人とのつながりへの意欲や機会の減少につながるため、口腔の健康はその点からも重要と考え、オーラルフレイルやフレイルという概念を本計画に盛り込んでおります。フレイル・オーラルフレイルについては、コラムとして説明を記載しております(P4)。
19	歯の本数の維持が口腔機能の維持に直結すると思うが、何か異なるのか。	1	歯の数は口腔機能の維持に関わる大きな要素ではありますが、それ以外に、舌や頬などの筋肉や唾液、失った歯を補う入れ歯等の状態など、様々な要素が口腔機能の状態に影響します。本計画では、歯の数の維持の重要性はもちろんながら、歯の数によらず、その方の状況に応じた口腔機能の維持・向上を目指して、取り組んでまいりたいと考えております。
20	毎日の予防や運動・食事などとの取組が大事。	1	運動や食事に関する取組が盛り込まれている「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」と連携しながら、本計画に基づき、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた歯と口の健康に関する取組を推進してまいります。

21	カミング30をもっと推進してほしい。	1	各ライフステージの具体的な取組、とくに「口腔機能の育成・低下予防」に関する取組のなかで、「よく噛むこと」の重要性の普及啓発に取り組んでまいります。
----	--------------------	---	---

3 市民の歯と口の健康づくりを支える取組(各ライフステージ等に応じた具体的取組)について(83件)

① 全体または各ライフステージでの取組について(61件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	少年期の歯と口の健康に関する意識づけが重要であり、歯みがき指導を含め、啓発・教育を充実させてほしい。家庭への啓発も重要である。	9	本計画に基づき、保健福祉センター、児童館、学校等の関係機関・団体と連携し、お子さん自身や御家庭での実践につながるように取り組んでまいります。少年期の取組内容の記載を大幅に増やしました。(P20～21)
2	青年期・壮年期・中年期では、働き世代、大学生へのアプローチに取り組むべき。(歯科健診の重要性、青年期では審美的な面、中年期・壮年期では生活習慣病との関わりなど。)	7	本計画に基づき、大学・企業との連携による若年層への歯科口腔保健の普及啓発をはじめ、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた取組を推進してまいります。青年期・壮年期・中年期の取組内容の記載を大幅に増やしました。(P22～23)。
3	乳幼児期に噛むことや口を育てること、むし歯予防などを啓発すべき。家庭への啓発が重要。また家庭だけでなく、保育園・幼稚園などでも取り組んでほしい。	7	本計画に基づき、保健福祉センター、保育所(園)・幼稚園等の関係機関・団体と連携し、御家庭での実践につながるように取り組んでまいります。乳幼児期の取組内容の記載を大幅に増やしました。(P18～19)。
4	高齢期では、口腔ケアの方法、口腔機能の向上、食事の工夫などについての啓発や健康教室などを充実すべき。	5	本計画に基づき、保健福祉センター、歯科医院、地域介護予防センター等の関係機関・団体と連携し、健康教室や保健指導などの実施や啓発冊子の配布等による普及啓発に取り組んでまいります。高齢期の取組内容の記載を大幅に増やしました。(P24～25)。
5	妊娠期(胎児期)や産婦期に歯と口の健康(子どもの歯と口の健康を含む)に関する啓発に取り組んでほしい。	5	胎児期(妊娠期)や乳幼児期において、保健福祉センターでの健康教室や保健指導をはじめとした具体的な取組のなかで、妊産婦や周囲の方への御自身とお子さんの歯と口の健康に関する啓発に努めてまいります。胎児期(妊娠期)及び乳幼児期の取組内容の記載を大幅に増やしました。(P16～19)。
6	歯間ブラシやデンタルフロスなどの使用の重要性を啓発すべき。	5	本計画のライフステージ別の取組において、「個人・家庭での歯と口の健康づくり」に歯間ブラシやデンタルフロスの使用について推奨しております。市民の皆様の実践につながるように、健康教室や保健指導等を通じた普及啓発に取り組んでまいります(P16, 18, 20, 22, 24)。
7	喫煙の口腔内への影響を啓発すべき。(加熱式たばこ、口腔がん含む)	4	歯科医院と連携した禁煙や受動喫煙対策に取り組んでまいります。また、とりわけ、健康教室や啓発冊子の配布等の具体的な取組のなかで、歯周病や口腔がんを含む喫煙による口腔内への影響について、啓発を行ってまいります。計画では、歯周病の発症・進行に関わるリスク因子としての記載を追加しました(P14)。また、本計画と連携する「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において、加熱式たばこを従来からのたばこに準じた扱いとするとしており、保健福祉センターにおける健康教室等において同様に普及啓発を実施してまいります。
8	口腔ケアの体制の充実・普及啓発を図ってほしい。	4	障害者(児)・要介護高齢者をはじめとした配慮の必要な方への口腔ケアの推進のため、施設職員等への口腔ケアなどに関する知識や技術の普及啓発などに取り組んでおり、内容や対象の拡大など充実に努めてまいります(P27)。
9	口腔がん対策に取り組むべき。	3	平成27年度から冊子等による口腔がん啓発を行っていましたが、さらに平成29年度からイベントにおける口腔がん簡易健診の実施による普及啓発等に取り組み始めました。引き続き、取組内容の充実に努めてまいります(P23, 25)。

10	配慮が必要な方の取組を充実してほしい。 もっと記載しては。	2	配慮が必要な方に対し、ライフステージごとの取組に加えて、各特性に応じて必要な取組を進めてまいります。取組内容の記載を大幅に増やしました。(P27)
11	子育て世代は自分自身の歯と口の健康づくりが手薄になりがち。	2	胎児期(妊娠期)や青年期・壮年期・中年期等の取組、またお子さんに対する乳幼児期や少年期の取組のなかで、子育て世代に対する情報発信や普及啓発に努めてまいります。
12	高齢者に対する訪問歯科診療も必要である。	1	アプリを活用した在宅歯科診療に関する情報発信など、要介護高齢者を含め配慮が必要な方に対する取組を推進してまいります(P27)。
13	20代以降のライフステージで顎関節症の内容について触れられないか。	1	御意見を踏まえまして、青年期・壮年期・中年期への普及啓発内容として追記いたしました(P23)。
14	高齢期などターゲットの年齢層を絞るなどしてより効果的な方策を検討すべき。歯科の目標で日本一になるなどの意欲を示してほしい。	1	すべての市民の方が生涯にわたり歯と口の健康づくりに取り組めるよう、ライフステージ等に応じた取組を進めてまいります。具体的に取組を進めていくなかでは、状況やニーズに応じて重点施策を行うなど、より効果的な方法を模索してまいります。
15	介護施設への訪問歯科健診などの取組を実施すべき。	1	要介護高齢者や障害者(児)の方の入所・通所施設等への出張歯科健診等の実施に取り組んでおります(P27)。
16	年少期からフロスの使用の普及に努めるべき。	1	御意見を踏まえまして、乳幼児期・少年期の「個人・家庭での歯と口の健康づくり」にデンタルフロスの使用について追記しました(P18, 20)。
17	口腔内の健康のためにも禁煙対策に重点的に取り組んでほしい。	1	歯周病予防をはじめとした歯の健康づくりのために、保健福祉センター等での健康教室や啓発冊子等での喫煙による口腔内の健康への影響の普及啓発のほか、歯科医院と連携した禁煙対策や受動喫煙対策の推進などに取り組んでまいります(P23, P28)。また、「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において、禁煙対策の推進に取り組んでいくことをお示ししております。
18	歯石除去の重要性を示してほしい。	1	すべての市民の方に対する共通の取組において、「個人・家庭での歯と口の健康づくり」として、定期的な歯石除去を受けることについて記載しています(P28)。
19	誤嚥性肺炎の予防が重要。	1	とりわけ、高齢期や配慮が必要な方の具体的取組において、誤嚥性肺炎予防を課題として捉え、誤嚥性肺炎に関する一般啓発や、在宅介護に関わるご家族や入所施設の職員等に対する知識の普及啓発や口腔ケアの推進などに取り組んでおり、引き続き、内容の充実等に取り組んでまいります(P24～27)。

② 個別の具体的取組について(13件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	個々の年代や状況に応じた歯みがき方法やケアの方法を啓発してほしい(妊婦、70歳以上など)。	3	保健福祉センターにおける歯科相談や歯科健診における歯科保健指導、地域における健康教室等をはじめ、年代に応じた歯みがき方法などの普及啓発に取り組んでおります。引き続き、いただいた御意見も踏まえながら、内容の充実に取り組んでまいります。
2	大学生のボランティアが栄養や歯(口腔)などについて話をすることができれば、大学生にも聞く側にも勉強になる。	1	大学等との連携による若年層に対する歯科口腔保健の普及啓発に取り組んでまいることとしており、具体的に進めていくなかで効果的な実施方法等について検討してまいります。(P23)
3	小学生・中学生で、フッ化物洗口とともに食後の歯みがきなどを推進するために、歯みがきしやすい環境をつくってもよいのでは。	1	学校における歯科保健教育や歯みがき指導などの取組を通じて、引き続き、小学生や中学生の歯と口の健康づくりの推進に努めてまいります。
4	呼びかけよりもさらに積極的な働きかけが必要。特定健診のオプションで歯科健診の項目を設けるのはどうか。	1	京都市国保の特定健診の集団健診会場で歯周病症状に関するセルフチェックシートを配布し、歯周病の早期発見と歯科受診勧奨につながるように啓発を行っているところです。また、平成30年度から特定健診の質問票に「噛んで食べる時の状況」に関する項目を追加し、実施いたします。
5	フッ化物歯面塗布事業の回数を1回ではなく複数回にしてほしい。	1	フッ化物歯面塗布事業は、むし歯予防とともにかかりつけ歯科をもつことのきっかけとしていただくことを目的としています。本事業を通じ、子どもの頃からかかりつけ歯科をおもちゃいただき、継続的にフッ化物歯面塗布を受けていただけるよう、引き続き、普及啓発に取り組んでまいります。
6	今後、力を入れるべきなのは30代以降の歯周病対策であり、歯周疾患予防健診でも健診と同時に歯石除去等が無料あるいは低額の自己負担で受けられるようにしてはどうか。	1	本計画に基づいて、壮年期・中年期の歯周病の発症・重症化予防の取組を推進してまいります(P22～23)。歯周疾患予防健診につきましても、多くの方に受けていただけるよう、歯周病の発症・重症化予防の啓発とともに、事業周知に努めてまいります。
7	大学生が自ら歯科医院に行きやすいような働きかけがあるとよい。	1	大学等の関係機関・団体と連携しながら、若年層への歯科口腔保健に関する普及啓発に取り組んでまいります(P23)。
8	小学生にはポスター、高齢者には川柳などのコンテストなどを開催して、興味をもってもらうとよいのではないか。	1	京都府歯科医師会及び京都市教育委員会、京都府教育委員会が主催し、小学生・中学生の歯・口の健康に関するポスター等の表彰が毎年実施されております。また、京都市・京都府が補助を行っている京都府歯科医師会の「いい歯の日週間」記念行事において「歯やお口などを題材とした川柳コンテスト」が毎年開催されているところです。
9	社会的取組のひとつとして、会社などで食後に歯ブラスタイムを設けるなどの歯磨き習慣運動はどうか。	1	企業や保険者等と連携し、若年層や生活習慣病予防に関する歯科口腔保健の普及啓発に取り組んでまいります(P23)。
10	各区保健福祉センターの歯科衛生士による健康教室や歯のひろばなどでの歯科医師・歯科衛生士による指導など、各区や公共施設での催しを継続・充実してほしい。	1	引き続き、地域における健康づくり事業などを推進し、保健福祉センターや地域における啓発イベントや歯科専門職による歯科相談や健康教室等に取り組んでまいります(P28)。

11	各ライフステージで歯科相談を受ける機会があるのはありがたい。	1	保健福祉センターでは、妊産婦の方や18歳以上の方に対する歯科相談、就学前までのお子さんに対する歯科相談のほか、対象年齢に対する歯周疾患予防健診、イベントにおける無料歯科相談、などを実施しております(P28)。
----	--------------------------------	---	--

③ 記載について(6件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	大学・企業等や保険者・企業等による普及啓発の具体的内容を教えて欲しい。	1	健康長寿のまち・京都市民会議の参画団体をはじめ、関係機関・団体と連携して、各ライフステージに応じ、歯科健診の重要性や歯周病の発症予防・重症化予防、生活習慣病予防等の普及啓発などに努めてまいります。具体的な内容については今後検討を進めてまいります。
2	糖尿病重症化予防に関する多職種連携の具体的内容はどんなものか。	1	歯科専門職を含む多職種が参画する京都市糖尿病重症化予防戦略会議の設置による連携の推進を検討しており、その点を追記しました。(P23)
3	障害者歯科診療はすべての市民ではなく、障害者の取組のところではないのか。	1	御指摘を受け、配慮が必要な方の「本市の具体的取組」として、修正いたします(P27)。
4	青年期・壮年期・中年期がひとつのライフステージにまとめられているが広すぎないか。高齢期も一括りにできるか。	1	青年期・壮年期・中年期については、歯周病予防の重要性が非常に高いことなど、共通する特徴が多いと考えているため、一括りとして記載しています。一方で、発症予防と重症化予防などの違いがあるため、具体的な取組では、それぞれの特徴を踏まえたアプローチを実施してまいります。また高齢期も同様に、各年代の状況に応じて、特徴を踏まえた効果的なアプローチに努めてまいります。
5	歯と口の健康づくりへの働きかけ、連携・普及啓発など、具体的に何をやるのか。	1	ライフステージ等に応じた具体的な取組において、取組内容の記載を増やしました(P16～28)。また保健福祉センターや地域における健康教室や保健指導をはじめとする各取組のなかで、啓発冊子等を用いるなどして、市民の方への情報発信・啓発などを行ってまいります。
6	充実と記載されている取組はどのように充実させるのか。	1	充実という記載は、すでに既存の取組があるもので、その内容の充実に取り組んでいくものに付記しております。その充実内容については、実施回数、対象の拡大、提供内容の拡充など、各事業の状況とニーズに合わせて、進めてまいります。

④ その他(3件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	要介護認定者が多いのは、青年期～高齢期の歯科健診や歯の数の状況が全国的に下回っているからなのか。	1	両者の関係を分析できるようなデータを保有しておらず、いただいた疑問については明確にお答えできませんが、口腔機能の低下と要介護状態との間に関係があるという知見などを踏まえて、本市では、フレイル予防や介護予防の観点からオーラルフレイル対策等の取組を進めてまいります。
2	フッ化物歯面塗布の受診率が低いので驚いた。	1	乳幼児健診時にフッ化物歯面塗布の重要性の啓発等の働きかけを含め、引き続き、フッ化物歯面塗布事業の利用率の向上に努めてまいります。

3	かかりつけ歯科をどのように見つけばよいのか。	1	かかりつけ歯科を見つける機会としても、本市の歯周疾患予防健診・フッ化物歯面塗布事業等を御利用ください。
---	------------------------	---	---

4 そのほか全体について(174件)

① 全体について(123件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	専門用語の解説、イラスト・図などわかりやすくする工夫がほしい。	29	図やグラフ、イラスト等を追加しました。また、概要をまとめたリーフレットの作成など、計画内容をわかりやすくお伝えするように努めてまいります。
2	全体的に良い内容になっていると思う。	23	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し、本計画に基づいた歯と口の健康に関する取組を推進してまいります。
3	市民にもっと広まればよい。	12	本計画に基づき、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じ、普及啓発をはじめとした取組を推進してまいります。
4	取組を推進し、着実に実行してほしい。	10	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し、本計画に基づいた歯と口の健康に関する取組を推進してまいります。
5	もっと市民に広く知ってもらうためには、ポスター・リーフレットを活用するなど、周知の工夫が必要。	8	計画の内容等につきましては、概要をまとめたリーフレットを作成し、関係機関・団体と連携し、健康教室やイベント等での配布などによる周知を行ってまいります。
6	ライフステージ別の具体的取組など、わかりやすい。	7	本計画に記載した具体的取組を通じ、市民の皆様の歯と口の健康づくりの実践につながるよう取り組んでまいります。
7	歯と口の健康に関する理解が深まった(全身の健康との関わりなど)。	5	本計画に記載した具体的取組を通じ、市民の皆様の歯と口の健康づくりの実践につながるよう取り組んでまいります。
8	歯と口の健康づくりを実践していきたい。	4	本計画に記載した具体的取組を通じ、市民の皆様の歯と口の健康づくりの実践につながるよう取り組んでまいります。
9	具体的な取組や具体的に何をすればよいかがわかりにくい。	3	ライフステージ等に応じた具体的取組において、取組内容を大幅に増やしました(P16～28)。また、具体的に取組を実施していくなかでわかりやすくお伝えできるように努めてまいります。
10	歯と口の健康の大切さを認識・再認識した。	3	本計画に記載した具体的取組を通じ、市民の皆様の歯と口の健康づくりの実践につながるよう取り組んでまいります。

11	歯科関係者をはじめ、医療機関関係者、メディアなど関係機関・団体と連携して進めてほしい。	3	健康長寿のまち・京都市民会議の参画団体をはじめとした関係機関・団体と連携しながら、各ライフステージ等に応じた具体的な取組を推進してまいります。なお、「歯と口の健康づくりの取組を推進する社会イメージ」において、各関係機関・団体の具体的な取組内容について追記いたしました。(P15)
12	歯科健診は自主的に受ける必要があるもので、後回しになりがち。	2	本計画に基づき、かかりつけ歯科での定期的な歯科健診の推進につながるよう、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じ、歯科健診の重要性の普及啓発等を推進してまいります。
13	動機付けとなる理由や統計データなどを記載した方が行動変容につながるのではないかな。	1	計画に市民の歯科保健状況等のデータを追加いたしました(P5～9)。また、健康教室や啓発冊子等の具体的な取組のなかでは、市民の皆様の歯と口の健康づくりの動機付けなどにつながるような理由やデータなどをお伝えできるように努めてまいります。
14	専門的な用語にもわかりやすい説明が記載されていてよい。	1	引き続き、計画内容をわかりやすくお伝えするように努めてまいります。
15	具体的な数値目標は設定しないのか。	1	市民の皆様の歯科口腔保健の状況を確認する数値を追記します(P30)。
16	自分が何を目標にすればよいのかはどう知ればよいのか。	1	本計画では、広く市民の方に知っていただくため、一般的なライフステージの特徴を踏まえて、内容を作成しており、各ライフステージでのおおまかな目標として捉えていただければと考えております。一方で、歯と口の状況は個人に応じて異なるため、ご自身に応じた、より効果的な目標設定のためには、定期的に歯科健診を受けられることと、かかりつけ歯科をもつことが重要であり、本計画においても推進してまいります。
17	歯科健診を受けることの意識付け、習慣が広がるように取り組んでほしい。	1	本計画に基づき、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた取組を推進するなかで、定期的な歯科健診の重要性の啓発にも取り組んでまいります。
18	健康長寿の根底に歯と口の健康があることをもっと広く市民に啓発することが必要	1	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し、本計画に基づき、歯と口の健康と全身の健康の関係をはじめ、歯と口の健康に関する情報発信・啓発に取り組んでまいります。
19	個人のかかりつけ歯科の定期健診に期待するのは限界ではないか。	1	かかりつけ歯科での定期的な歯科健診の推進とともに、口腔機能の育成・低下予防やむし歯予防・歯周病予防につながるライフステージ等に応じた具体的な取組を展開してまいります。
20	わかりやすい提案をしていると思うが、痛みなどが無いと歯科を受診する気持ちにならない。	1	定期的な歯科健診の重要性についての啓発に取り組んでまいります。
21	興味のない方にどれだけアプローチできるかが課題。	1	健康教室等の参加型のアプローチを合わせて、関係機関・団体と連携しながら、歯と口の健康に興味のない方を含めたできるだけ多くの方に対する周知・啓発等に取り組んでまいります。

22	予防について伝えられると良い。	1	本計画に基づき、ライフステージや配慮の必要な方の特性に応じた取組を推進していくなかで、予防的な観点からも適切な情報発信に努めてまいります。
23	歯や口の健康や体や心の健康へつながることが具体的に示されると浸透しやすいと思う。	1	健康教室や啓発冊子等による啓発などの具体的取組を進めていくなかで、歯と口の健康が心身の健康につながることにしても、より具体的にお示しするように努めてまいります。
24	実施には各区の保健福祉センターでの対応が重要。	1	計画に基づき、保健福祉センターでの健康教室や歯科相談をはじめとし、区の状況に応じた歯科口腔保健の推進に取り組んでまいります。
25	健康長寿のプランとどう違うのか。	1	「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」は、歯と口の健康づくりを内包する健康づくり全体を推進するためのプランとして策定します。本計画は、「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」の歯と口の健康に関わる取組をより具体的に掲載し、推進を図るための計画として策定します。
26	近くに歯科医院がない場合はどうしたらよいのか。	1	遠方であっても、可能な頻度で歯科医院でのケアを受けていただくことと、併せて、より丁寧にご自身でのケアを実践いただくことをお勧めします。ご自身でのケア方法や歯科医療機関に関する情報などの発信に努めてまいります。

② 計画内容について(8件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	骨子案P6のライフステージのイメージ図「ライフステージ等に応じた歯と口の健康づくりの基本的な取組の推進イメージ」はわかりやすい。	1	わかりやすい表現や読みやすい工夫に努めてまいります。
2	全体的に予防の話に終始しているので、むし歯や歯周病などになった後のことに重点を置いた内容がほしい。	1	むし歯の再発、歯周病の重症化予防、入れ歯等の使用の必要性、早期治療の推進等に関係する記載を追記しました(P13, P14, P24, P25, P28)。
3	歯周病に関わる生活習慣病は糖尿病以外にもあるのではないかな。	1	歯周病の発症・重症化に関わる生活習慣病等の記載を追記しました(P11, P14)。
4	もっと入れ歯などの補綴物の重要性を加えてはどうか。	1	入れ歯等の使用の重要性について、追記しました(P24, P25)
5	関係職種の記載も加えてはどうか	1	「歯と口の健康づくりの取組を推進する社会イメージ」において、「歯科専門職の連携(歯科医師・歯科衛生士・歯科技工士)」を追記しました。(P15)
6	感染症予防対策の観点から、歯みがきだけではなくうがいも取り入れてはどうか。	1	計画においては、歯みがきや歯間ブラシの使用等の主要なものを掲載しております。具体的な啓発や情報発信を行っていくなかでは、清潔保持や感染症予防としてのうがいの意義や重要性についても併せてお伝えしてまいります。

7	スポーツと噛むこととの関係などを盛り込んでどうか。	1	よく噛むことの重要性をお伝えしていくなかで、より関心を高めるため、スポーツ活動の盛んな世代などのターゲットに対する啓発内容として、参考にさせていただきます。
8	歯科は通院回数が多いイメージがあり、行きにくい。症状を放置するとういリスクがあるということなどをわかりやすく書いてほしい。	1	保健福祉センターや地域での健康教室や啓発冊子等の具体的な普及啓発の取組において、関心を高めるための啓発内容として、参考にさせていただきます。

③ 取組の提案・意見等について(43件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	職場での歯科健診を義務付ける、健康診断に組み込むなど、無料歯科健診など歯科健診を受けることやかかりつけ歯科をもつことが広まる工夫や仕組みができないか。	16	本市では、区役所・支所保健福祉センターで18歳以上の方や妊産婦の方、就学前までのお子さんに対する歯科相談や対象年齢の方への歯周疾患予防健診などの歯科健診の機会を提供しておりますので、御活用いただければと思います。また、保険者や企業等の連携を図り、職場等での歯科保健の推進に努めてまいります。
2	休日急病歯科診療所や区役所・支所での歯科相談など、市の取組の情報発信をしてほしい。	4	休日急病歯科診療の情報をはじめ、市の事業や取組について、引き続き情報発信に取り組んでまいります。
3	お口の体操などを保健福祉センターのつどいの場などの始まりや終わりにしてはどうか。	1	各区役所・支所保健福祉センターでは独自のお口の体操などを作成しているところもあり、健康教室やイベント等で実施しています。市全体としても、お口の体操の作成及び普及啓発に取り組んでまいります。
4	様々な施設に歯科衛生士を派遣して、講座などを開いてほしい。	1	地域における健康づくり事業等において、区役所・支所の歯科衛生士が地域のニーズに応じて、健康教室等を行っているところですが、取組の周知や充実等に取り組んでまいります。
5	健診などで歯科医院を受診した際にポイント制度があるなど目に見える特典があれば、楽しみながら受診できるのでは。	1	「健康長寿のまち・京都 いきいきポイント」事業において、歯科健診についてもポイントの対象とし、ポイントをためていただくとプレゼント抽選に応募いただける取組を実施しております。
6	子どもが歯みがき習慣を身につけるのに役立つような歯みがきカレンダーをもらえる所がもっとあればよい。	1	保健福祉センターや地域等での健康教室や保健指導等の具体的な取組のなかで、乳幼児期での啓発の効果的な方法について、検討してまいります。
7	対象年齢の方が集まってもらえる機会を増やし、取組を広げていければよい。	1	地域における健康づくり事業等において、区役所・支所の歯科衛生士が地域のニーズに応じて、児童館やすこやかクラブ等の対象年齢層の方の集まる場所での健康教室等に取り組んでいるところです。
8	かかりつけ歯科で定期健診を受けるとメリットがあるような取組があるとよい。	1	「健康長寿のまち・京都 いきいきポイント」事業において、定期的な健診などの健康づくりの促進を図るため、歯科健診についてもポイントの対象とし、ポイントをためていただくとプレゼント抽選に応募いただけるような取組を実施しております。
9	手軽に参加でき、参加してよかったと思うような教室を開催してほしい。	1	具体的に健康教室等を行っていくなかで、市民の方のニーズや満足度につながるような内容や開催にあたっての工夫を検討してまいります。

10	なかなか自分で購入しようと思わないので、ティッシュ配りのように糸ようじ配りがあると良い。	1	糸ようじ等の使用の重要性の啓発に引き続き努めてまいります。いただきました御意見につきましては、市民の方への効果的な普及啓発方法として参考にさせていただきます。
11	かかりつけ歯科をもつことは大事だが、引っ越しなどもあるので、次の歯科医院で同じ検査をしなくてもよいように、治療状況を引き継ぎできるような手帳のようなものがあればよい。	1	歯科診療上の検査については保険診療などの制度又は医師（歯科医師）の判断において必要性の有無が判断されることとなります。また、必要に応じて、医療機関から医療機関への情報提供が行われることがあります。
12	保健福祉センターの歯科相談の回数や時間が増えればよい。会社などでも歯科健診があるとよい。	1	区役所・支所保健福祉センターの歯科相談の回数につきましては、利用状況等のニーズを踏まえて決定しているところです。企業等との連携による歯科口腔保健の普及啓発に取り組んでまいります。
13	人との対話や声を出すことの重要性なども加えて歯と口の健康に関する講習などをしていきたい。	1	本計画においては、人とのつながりや地域をはじめとした関係団体・機関との連携を重要と考えております。市民の方にも歯と口の健康づくり情報を発信していただけるよう、普及啓発に取り組んでまいります。
14	歯の健康が健康寿命の延伸につながることを伝える無料の市民公開講座等の開催を推進してはどうか。	1	京都府歯科医師会と連携し、歯と口の健康に関わるイベントや市民・府民公開講座なども実施しております。また各区役所・支所保健福祉センターでは、歯科専門職等による健康寿命の延伸につながる歯と口の健康に関する健康教室や地域団体と連携したイベントなどを実施しているところです。
15	もっと歯の重要性を広く周知してほしい。	1	健康教室や啓発冊子等を活用し、歯の重要性の啓発を行っているところですが、本計画に基づく具体的な取組を進めていくなかで、歯の健康の重要性が一層広く普及するように努めてまいります。
16	歯科医院に行くタイミングなどがわからないので、行政に相談窓口があるとよい。	1	保健福祉センターで18歳以上の方や妊産婦の方、就学前までのお子さんに対する歯科相談を定例開催しておりますので、御活用ください。
17	実際に口の中の状況がわかるように気軽に診てもらえる場を提供してほしい。	1	保健福祉センターで18歳以上の方や妊産婦の方、就学前までのお子さんに対する歯科相談を定例開催しております。また指定医療機関で歯周疾患予防健診を実施しておりますので、御活用ください。
18	正しい歯みがき方法など根本的なことを教えて欲しい。	1	保健福祉センターや地域での健康教室や啓発冊子等で具体的な普及啓発に取り組んでおりますが、ニーズに合わせた内容の充実に一層取り組んでまいります。
19	よく噛んで食べないとどういう影響があるのかということを教えてほしい。	1	保健福祉センターや地域での健康教室や啓発冊子等で具体的な普及啓発に取り組んでおりますが、よく噛むことの効果、よく噛まないことの影響などの啓発にも一層取り組んでまいります。
20	区役所での歯科相談の回数を増やしてほしい。	1	区役所・支所の保健福祉センターの歯科相談の回数につきましては、利用状況等を踏まえて決定しているところです。いただきました御意見を踏まえ、今後の参考とさせていただきます。
21	地域の学校などを利用して体育館で歯と口の啓発イベントを開催してはどうか。	1	市及び各区で、関係団体等と連携しながら、区役所や商業施設等で歯と口の啓発イベントや健康づくりイベント等での歯と口の健康に関するブースなどを設置し、啓発に取り組んでおります。引き続き、市民の方が参加しやすい場所等の工夫に努めてまいります。

22	中心部だけでなく、地域でも歯と口の健康に関するイベントを増やしてほしい。	1	市及び全区で区役所や商業施設等で歯と口の啓発イベントや健康づくりイベント等での歯と口の健康に関するブースなどを設置し、啓発に取り組んでおります。引き続き、市民の方が参加しやすい場所等の工夫に努めてまいります。
23	かかりつけ歯科を見つける助けとして、地域の歯科医院マップなどがあればよい。	1	本市のフッ化物歯面塗布事業や歯周疾患予防健診事業における指定医療機関のリストについては、市のホームページへの掲載や乳幼児健診等で配布を行っているところです。気軽に御利用いただき、かかりつけ歯科を見つけるきっかけとしても御活用いただければと考えております。また、今後、アプリの活用など、歯科医院の情報提供の充実等について検討してまいります。(P19, 23, 27)
24	歯と口の健康づくりが健康長寿につながるようなイベントや研修などをしてほしい。	1	「健康長寿のまち・京都」の実現を目指し、基本理念に基づき、イベントや健康教室等を通じた普及啓発など、歯と口の健康に関する取組を推進してまいります。
25	口腔機能やオーラルフレイルがわかりやすく説明されていた。こういうことが相談できる場が増えるとよい。	1	市の事業としては、保健福祉センターで定例開催している歯科相談や個別医療機関での歯周疾患予防健診、また保健福祉センターでの健康教室や地域介護予防推進センターでの口腔機能向上教室などを御活用いただければと思います。また、今後、75歳の市民の方を対象として、口腔機能のチェックを含む後期高齢者歯科健康診査を実施いたします。(P25)

5 その他(17件)

No.	御意見・御提言要旨	件数	本市の考え方
1	歯科治療費に関する支援・補助等について(歯科の自由診療費が高い。高齢者の歯科治療費を無料にできないか。歯科治療費を安くしてほしい。小学生のむし歯治療の無料化を継続してほしい。歯列矯正に係る治療費の補助があればよい。保険診療の適用範囲を広げてほしい。)	10	歯科治療に係る費用につきましては、保険診療については国が、保険外診療については各医療機関が定めるものとなっております。また、対象が限られますが、支援が必要な方につきましては、学童歯対策事業や各福祉施策等による支援を行っているところです。なお、保険診療の適用範囲については、国の定めるところです。
2	喫煙対策に取り組むべき(歩きタバコ対策、防煙教室の実施対象の拡大)	2	本計画と連携する「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」において、受動喫煙防止や未成年者の喫煙防止をはじめとした喫煙対策に取り組んでまいります。
3	市の歯科専門職の体制を充実させてほしい。	2	本市の厳しい人員・財政事情の中、正職員の増員は厳しい状況ですが、今後、健康寿命の延伸における口腔保健の重要性が増々高まるなかで、さらに地域との連携を推進し、地域に根差した取組を進めることができるよう必要な体制の確保や工夫に努めてまいります。
4	歯科診療所を夜遅くまで開けてほしい。	1	歯科医院の診療時間については、各診療所の定めるところです。
5	子育て支援の取組に協力的な歯科医院がもっと増えるとよい。	1	いただきました御意見については、今後の参考とさせていただきます。
6	歯科医院の数は多いのに、人手不足に感じる。市民が安心して診てもらうには、歯科医院の数が多くないのでは。	1	医療安全相談窓口の設置等や関係機関・団体等との連携により、安心安全な歯科医療の提供に努めてまいります。

歯科口腔保健の取組について

1 平成29年度の取組状況について

(1) 母子口腔保健の主な取組

子どもの歯と口の成長の変化に合わせて、フッ化物を応用したむし歯予防を中心に取組を進めている。

ア 歯科健診・相談、歯科保健指導 等

区役所・支所保健福祉センターにおいて、成人・妊婦歯科相談（産婦含む）、1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査をはじめとする歯科健診・相談や各種健康教室などを実施した。

実績 成人・妊婦歯科相談 H28 1,502人（932人）、H29〔H30.1時点〕 765人（614人）

※（ ）内は妊産婦

1歳6か月児健康診査 H28 10,810人、H29〔H30.1時点〕 8,854人

3歳児健康診査 H28 10,591人、H29〔H30.1時点〕 8,488人

乳幼児歯科相談 H28 586人、H29〔H30.1時点〕 419人

イ 市内保育所（園）・幼稚園・認定こども園における集団フッ化物洗口の実施状況（4・5歳児対象）

就学前の時期の集団フッ化物洗口の実施を促進するため、施設に対し、学術的・技術的支援や初期必要物品の支援を実施した。

実績 H30年1月末時点 市内36施設（保育園（所）29、幼稚園1、認定こども園6）

ウ 京都市フッ化物歯面塗布事業の受診状況（2・3歳児対象）

むし歯予防及びかかりつけ歯科医をもつきっかけ作りとして、フッ化物歯面塗布受診票（1回）を配布し、指定医療機関でフッ化物歯面塗布を受ける機会を提供している（京都府歯科医師会委託事業）。京都府歯科医師会の御協力により、自己負担金無料化を実施している。

実績 H28 5,155人（利用率46.8%）、H29〔H30.1時点〕 4,247人

エ 歯ッピーパスポート

就学前までの子どものお口の成長やむし歯予防等の情報が掲載された啓発冊子。本年度から、「乳幼児のための災害時の備え」のページを追加した。8か月児健診の集団歯科保健指導時に配布。

(2) 成人口腔保健の取組（成人期，高齢期）

8020運動を推進するとともに、歯の喪失防止や生活習慣病予防等につながるように歯周病予防を中心とした取組を進めている。

ア 歯科相談・歯科保健指導等の取組

区役所・支所保健福祉センターにおいて、成人・妊婦歯科相談（18歳以上64歳以下の方，妊産婦の方）や口腔機能相談（65歳以上）を実施した。また、個別指定医療機関にて歯周疾患予防健診を実施した（京都府歯科医師会委託事業）。

実績 成人・妊婦歯科相談 H28 1,502人(932人)，H29[H30.1時点] 765人(161人)
※（ ）内は妊産婦を除く18歳以上64歳以下の方
口腔機能相談 H28 109人，H29[H30.1時点] 86人 ※65歳以上の方
歯周疾患予防健診 H28 37人，H29[H30.1時点] 50人

イ お口からはじめる生活習慣病予防教室

地域における健康づくり事業のひとつとして、歯と口の健康の切り口から生活習慣病予防等の全身の健康づくりや生活習慣の改善につながるきっかけとして各区役所・支所保健福祉センターが地域で開催した。

実績 H28 232人(16回)，H29[H30.1時点] 411人(15回)

ウ 口腔がん啓発事業

市民への口腔がんに関する知識の普及啓発のひとつとして、新たにイベント時に口腔がん簡易健診を実施した（京都府歯科医師会委託事業）。

実績 H29 76人(1回)

エ 歯ッピーNote，歯周病セルフチェックシート

・歯ッピーNote

歯周病予防を中心とした歯と口の健康づくりの啓発冊子（お口の体操や口腔がん等の啓発情報も掲載）。本年度から「災害時のお口のお手入れ」のページを追加した。区役所・区役所・支所保健福祉センターでの健康相談や健康教室等で活用。

・歯周病セルフチェックシート

歯周病に関する症状等をチェックし、歯科受診を勧奨することを目的とした啓発チラシ。区役所・支所保健福祉センターでの健康相談や健康教室，京都市国保の特定健診の集団健診会場や成人式会場等で配布。

(3) セルフケアが困難な方への口腔ケアの推進

お口のセルフケアが難しい障害者（児）や要介護高齢者の口腔保健状態を向上させるために、口腔ケアを推進している。また、歯科健診や歯科治療の提供体制の確保に努めている。

ア 歯科保健医療サービス提供困難者普及啓発等推進事業

施設入所中の障害者や要介護高齢者の口腔保健の向上を図るため、①関係機関との連絡調整会議、②歯科専門職への技術指導研修、③施設の実態調査や施設職員への技術サポート（2年間）、④出張歯科健診事業、等を実施した（京都府歯科医師会委託事業）。

実績 H28 ① 2回、② 1回、③ 新規 10 施設及び継続 10 施設、④ 29 施設

イ 家族介護者向け医療的ケア・口腔ケア実践講習会

在宅介護を支える家族等に対し、医療的ケア及び口腔ケアに係る専門家の講義や実践講習を実施した（京都府医師会及び京都府歯科医師会委託事業）。口腔ケア実践講習会では京都府歯科医師会、京都府歯科衛生士会、京都府栄養士会に御協力をいただき、誤嚥性肺炎予防、安全に食べる工夫、歯周病と全身疾患の関係などの講義や口腔ケア等の実習を実施した。

実績 H28 10回（4回）、H29 10回（3回） ※（ ）内は口腔ケア

ウ 出張歯科健診

通院の困難な障害者等の口腔疾患の早期発見や口腔保健の向上のため、施設へ出張し歯科健診や相談・教育等を実施する京都府歯科医師会の事業に補助を行った。

実績 H28 82 施設

エ 障害者歯科診療

歯科治療や歯科保健指導等に特別な配慮の必要な障害者等の方に対する歯科治療の提供体制を確保するため、京都歯科サービスセンターに補助を実施した。

実績 H28 のべ来診者数 7,457 人

(4) その他

ア 地域の歯科医院と連携した取組

- ・健康長寿のまち・京都いきいきポイント手帳 参考 1

京都府歯科医師会及び市内の地区歯科医師会の御協力を得て、地域の歯科医院でのポイント手帳の配布や活用にご協力をいただいた（約9000部）。

- ・受動喫煙ポスターの配布

京都府歯科医師会の御協力を得て、市内歯科医院へのポスター配布・掲示への御協力依頼の実施（約900機関）。

イ 各区での取組例 参考 2

各区役所・支所保健福祉センターでは、全市的取組のほか、各区の状況に応じた口腔保健の推進に取り組んでいる。

2 平成30年度の方向性

平成30年3月策定の京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」に基づき、むし歯予防や歯周病予防の取組を引き続き実施するとともに、新たにオーラルフレイルの観点を盛り込み、口腔機能に着目した取組を重点的に進めていく。

<主な取組予定>

- 後期高齢者歯科健康診査 資料 8

- 京都市版お口の体操リーフレットの作成と普及

京都市版お口の体操リーフレットを作成し、保健福祉センターや地域での健康教室やイベントで活用するなど、オーラルフレイルの知識とその対策としてのお口の体操の普及を図る。

- 乳幼児期の口腔機能の健全な育成に関する啓発

歯ッピーパスポートに口腔機能の健全な育成に関する家庭での歯と口の健康づくりについて新たに盛り込み、保健福祉センターや地域での保健指導時や健康教室等を通じて、普及啓発を行う。

- 口腔がん啓発事業の充実

平成29年度に新たに取組みはじめた口腔がん簡易健診について、取組内容の充実を図る。

平成30年度 京都市予算案 事業概要

保健福祉局

事務事業名	後期高齢者歯科健康診査(「75歳お口の健診事業」(仮称))		
予 算 額	6, 500千円	新規・継続の別	新規
		政策的新規充実予算・局配分枠等の別	政策的新規充実予算
担 当 課	生活福祉部 保険年金課 (213-5862)		
[事業実施に至る経過・背景など]			
京都市では、平成30年3月に、京都ならではの「生活文化」や「地域のつながり」を通じて市民が主役の健康づくりを推進する「健康長寿笑顔のまち・京都推進プラン(仮称)」を策定する予定である。			
また同時に「歯と口の健康」に関する取組を重点的に推進する「京都市口腔保健推進実施計画「歯ッピー・スマイル京都」(仮称)」を策定し、歯科口腔保健を含む「健康長寿のまち・京都」の実現に向けた取組を一層推進することとしている。			
[事業概要]			
要介護状態に至るまでの体や心が弱った状態(フレイル・オーラルフレイル)への対策として、市内在住の75歳の方を対象に、以下の取組を行うことにより、健康増進や介護予防を促進し、「健康長寿のまち・京都」の実現を目指す。			
＜実施内容＞			
対 象	市内在住の75歳の方		
実 施 方 法	指定医療機関で実施		
実 施 内 容	① 口腔機能評価を含む歯科健康診査 ② フレイル対策を含む保健指導 ③ 地域介護予防推進センター事業や地域包括支援センター等との連携		
自己負担額	無料		
＜事業の流れ＞			
【本市独自】地域介護予防推進センター、地域包括支援センター等との連携			
【指定医療機関】			
健診受診	お口の状態などの評価 (例) 健康、フレイル傾向、フレイル など	保健指導 (例) 知識の普及啓発、口腔機能の向上に係る指導、食事指導 など	【介護予防事業等】
			健診結果等を基に、その人に合った介護予防事業(口腔機能向上教室等)へ
[参 考(他都市の状況・事業効果など)]			
本事業は、誤嚥性肺炎等の疾病予防や口腔機能の維持・向上等、さらに低栄養状態などのフレイル対策としての効果が期待され、歯と口の健康だけでなく全身の健康、さらに健康寿命の延伸を目指すうえで重要な意義をもつものである。			

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成29年度の口腔に関する取組実績 (※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋)

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野						内容	実施団体
				食育運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒	健診		
1	健康ガイド掲載	毎月		○	○	○	○	○	○	毎月女性新聞に健康ガイド掲載	京都市地域女性連合会
2	公衆衛生の向上に関する普及啓発	通年		○	○	○	○	○	○	健康づくり等の公衆衛生の向上に関する啓発物の地域における配布	京都市保健協議会連合会
3	Life long personal health record (PHR) 研究・事業	通年	学生・教職員	○	○	○	○	○	○	健康診断を起点に、健康に関わる情報を安全に保管し、活用するシステム（パイロット版）を構築し、50人規模での実証実験を行った。	京都大学 環境安全保健機構 健康管理部門／健康科学センター
4	パソコン等設置	通年	会員及び会館利用者	○	○	○	○	○	○	健康づくりに関するパソコン等を会館内窓口に設置	京都商工会議所
5	健康づくりフェスティバル	1/20	府民・市民	○	○	○	○	○	○	「食と運動と健康」をテーマに、日頃の食生活を振り返り、将来へ向けた健康づくりを提供。生稲見子氏（女優）の講演、健康チェック、運動教室、食育、企業展示等	（一財）京都工場保健会
6	研修・セミナー	通年		○	○	○	○	○	○	産業保健に関する専門的かつ実践的な研修・セミナーを実施。テーマは「過重労働対策」「職場におけるメンタルヘルス対策」他	
7	窓口相談	開所日	産業保健関係者（産業医・産業看護職・衛生管理者等）	○	○	○	○	○	○	各分野の専門スタッフが健康管理・健康教育等の産業保健活動全般に関する相談に応じる。	京都産業保健 総合支援センター
8	情報提供	開所日		○	○	○	○	○	○	産業保健に関する図書・ビデオの閲覧を行う。また、メールマガジン（月1回）を発行し、産業保健の啓発に努める。	
9	第41回くらしと健康展	10/29	府民・市民	○	○	○	○	○	○	28年度と同様に、「健康相談コーナー」「食べること・排泄のこと相談・体験コーナー」をはじめ、「骨密度測定」「糖尿尿病」「タバコ」「検査」「看護」「食生活」「放射線」「AED救急」「乗相談」「市民啓発パネル」等のブースを設置。医療福祉についての対話型・体験型の啓発イベントとして実施。台風接近の雨にも関わらず542名の市民が参加された。	（一社）京都府医師会

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成29年度の口腔に関する取組実績 (※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋)

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野						内容	実施団体
				食育運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒	健診		
10	第23回京都府医師会「健康講座」	5/27	府民・市民	○	○	○	○	○	○	例年同様に、一般府・市民を対象に、分かりやすい内容で健康に関する啓発的な講演を5月27日に行った。講師には、ロコモティブシンドロームの学識経験者（専門医）で金井病院整形外科部長の劉和輝先生を迎えた。昨年度同様、京都府医師会館で開催し京都市民264名の方が参加された。	(一社) 京都府医師会
11	「歯のひろば」(本会主催)	6月4日	府・市民	○		○	○		○	歯科健康相談、歯磨き指導、歯の健康度テスト他	(一社) 京都府 歯科医師会
12	「いい歯の日週間」記念行事	11月4日			○	○	○			公開講座、各種表彰式、展示他	
13	「歯のひろば」(郡市区歯科医師会主催)	5月～11月	郡市区歯科医師会所属の行政区住民	○		○	○		○	歯科健康相談、歯磨き指導、歯の健康度テスト他	
14	家族介護者向け医療的ケア口腔ケア実践講習会	6月～11月 (口腔ケアは4回開催)	府・市民	○		○				医科歯科連携の家族介護者向け講習会	
15	公衆衛生啓発冊子の作成			○		○	○		○	歯周病予防、フッ化物歯面塗布、事業所歯科健診、禁煙に係る普及啓発冊子の作成	
16	口腔サポーターセンター事業	通年		○		○	○			在宅や施設で通院困難な方のお口のことに関する相談、訪問診療、口腔ケアの窓口開設	
17	お薬相談	9月16日 (土)～17日 (日)	府・市民	○	○	○	○	○	○	SKYふれあいフェスティバル2015でのお薬相談(ハルスプラザ)	(一社) 京都府 薬剤師会
18		10月1日 (日)		○	○	○	○	○	○	京都府医療推進協議会イベントでのお薬相談(みやこめっせ)	
19		10月29日 (日)		○	○	○	○	○	○	くらしと健康展でのお薬相談(京都府医師会館)	
20		11月25日 (土)		○	○	○	○	○	○	市民すこやかフェア2016等でのお薬相談(みやこめっせ)	

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成29年度の口腔に関する取組実績 (※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋)

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野						内容	実施団体
				食育運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒	健診		
21	府民・市民公開講座	平成30年2月2日(金)	府・市民	○	○	○	○	○	○	京都烏丸コンベンションホール(四条烏丸)にて開催	(一社)京都府薬剤師会
22	電話によるお薬相談	通年		○	○	○	○	○	○	医療用・一般用医薬品、健康食品等の電話相談(飲み合わせや安全性等)	
23	まちの保健室	①5/13 ②その他の通年	府・市民	○	○	○	○	○	○	日常生活チェック、健康なんでも相談、乳がん自己検査法、看護相談、血圧・骨密度・体脂肪・血管年齢測定、子育て支援、禁煙相談	(公社)京都府看護協会
24	家族介護者向け医療ケア・口腔ケア実践講習会	6月～11月(通算10回開催)		○	○	○				医師会、歯科医師会、歯科衛生士会との共催による家族介護者向け講習会	
25	安心在宅療養相談(くらしあんしん療養相談室)	通年	府・市民 医療・介護・福祉従事者	○	○	○	○	○		府内5ヶ所の訪問看護ステーションで地域住民や専門職者対象に、来訪・電話等による相談窓口の開設。	
26	「歯のひろば」(歯科医師会主催)(郡市区歯科医師会主催)	6月上旬 5月～11月	府民・市民			○				歯みがき指導、他	(公社)京都府歯科衛生士会
27	幼稚園小学校歯磨き巡回指導	6月～2月	園児・児童			○				歯の大切さを訴える歯みがき集団指導	
28	保育所歯磨き指導	9月	園児			○				歯の大切さを訴える歯みがき集団指導	
29	家族介護者向け医療的ケア・口腔ケア実践講習会	6月・7月 10月・11月	府民・市民			○				家族介護者向けの口腔ケア実践講習会(口腔ケア講習会の実習と一部の講義を担当)	
30	口腔サポーターセンター事業(歯科医師会)	通年				○				訪問口腔ケアを担当	
31	介護予防事業	通年				○				介護予防事業普及啓発のための講習会及びイベント等に協力、参加	
32	健康チェックコーナー	11/25	市民	○	○	○	○	○	○	「市民すこやかフェア」での各種健康チェックコーナーの設置	京都府国民健康保険団体連合会
33	健康づくり講演会	1/23		○	○	○	○	○	○	京料理人やお寺住職による各種講座	

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成29年度の口腔に関する取組実績（※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋）

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野						内 容	実施団体
				食育	運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒	健診	
34	特定保健指導	通年	約34,000人	○	○	○	○	○	○	○	保健師が事業所を訪問し、健康相談を実施。（実施率6.0%） 事業所が独自の健康増進に向けた取組を実施し、従業員の健康づくりを推進する。（目標300社）
35	京（きょう）から取り組む健康事業所宣言	9月～3月	全事業所	○	○	○	○	○	○	○	
36	フッ化物洗口の推進	通年	児童				○				京都市教育委員会
37	介護予防事業	通年	市民（65歳以上）	○	○		○				京都市健康増進センター

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成30年度の口腔に関する取組予定 (※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋)

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野						内容	実施団体
				食育	運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒	健診	
1	健康ガイド掲載	毎月		○	○	○	○	○	○	○	京都市地域女性連合会
2	地域住民の公衆衛生・健康づくりの向上に関する取組・普及啓発	通年		○	○	○	○	○	○	○	京都市保健協議会連合会
3	ヘルシーキャンペーンの取組	通年	学生・教職員・一般	○	○	○	○			○	京都市保健協議会連合会
4	Life long personal health record (PHR) 研究・事業	通年	学生・教職員	○	○	○	○	○	○	○	
5	パンフレット等の設置	通年	会員及び会館利用者	○	○	○	○	○	○	○	京都商工会議所
6	健康づくりフェアステイバル	1/19	府民・市民	○	○	○	○	○	○	○	(一財) 京都工場保健会
7	研修・セミナー	通年		○	○	○	○	○	○	○	京都産業保健総合支援センター
8	窓口相談	開所日	産業保健関係者(産業医・産業看護職・衛生管理者等)	○	○	○	○	○	○	○	
9	情報提供	開所日		○	○	○	○	○	○	○	
10	「歯のひろば」(本会主催)	6月3日	府・市民	○			○	○		○	(一社) 京都府歯科医師会
11	「いい歯の日週間」記念行事	10月27日(予定)			○		○	○			
12	「歯のひろば」(郡市区歯科医師会主催)	5月～11月	郡市区歯科医師会所属の行政区住民	○	○		○	○		○	

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成30年度の口腔に関する取組予定 (※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋)

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野							内容	実施団体
				食育	運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒	健診		
13	家族介護者向け医療的ケア口腔ケア実践講習会	6月～11月 (口腔ケアは4回開催)	府・市民	○	○		○				医科歯科連携の家族介護者向け講習会	(一社) 京都府 歯科医師会
14	公衆衛生啓発冊子の作成			○	○		○	○		○	歯周病予防、フッ化物歯面塗布、事業所歯科健診、禁煙等に係る普及啓発冊子の作成	
15	口腔サポーターセンター事業	通年		○	○		○	○			在宅や施設で通院困難な方のお口のことに関する相談、訪問診療、口腔ケアの窓口開設	
16	お薬相談	9月頃	府・市民	○	○	○	○	○	○	○	SKYふれあいフェア2015でのお薬相談（ハルスプラザ）	(一社) 京都府 薬剤師会
17		10月～11月頃		○	○	○	○	○	○	○	京都府医療推進協議会イベントでのお薬相談（みやこめっせ）	
18		10月頃		○	○	○	○	○	○	○	くらしと健康展でのお薬相談（京都府医師会館）	
19		11月～12月頃		○	○	○	○	○	○	○	市民すこやかフェア2016等でのお薬相談（みやこめっせ）	
20	府民・市民公開講座	9月～12月頃	府・市民	○	○	○	○	○	○	○	場所：未定	(公社) 京都府 看護協会
21	電話によるお薬相談	通年		○	○	○	○	○	○	○	○	
22	まちの保健室	①5/12 ②その他の未定	府・市民	○	○	○	○	○	○	○	日常生活チェック、健康なんでも相談、乳がん自己検査法、看護相談、血圧・骨密度・体脂肪・血管年齢測定、子育て支援、禁煙相談	(公社) 京都府 看護協会
23	家族介護者向け医療ケア・口腔ケア実践講習会	6月～11月 (通算10回開催)					○					
24	安心在宅療養相談 (くらしあんしん療養相談室)	通年	府・市民 医療・介護・福祉従事者	○	○	○	○	○	○	○	府内5ヶ所の訪問看護ステーションで地域住民や専門職者対象に、来訪・電話等による相談窓口の開設。	(公社) 京都府 歯科衛生士会
25	「歯のひろば」 (歯科医師会主催) (郡市区歯科医師会主催)	5月～11月	府民・市民				○				歯みがき指導、他	

京都市民健康づくり推進会議各構成団体における平成30年度の口腔に関する取組予定（※京都市民健康づくり推進会議資料から抜粋）

番号	事業名	日時	対象	主な該当分野						内容	実施団体	
				食育	運動	こころの健康	口腔	喫煙	飲酒			健診
26	幼稚園小学校歯磨き巡回指導	6月～2月	園児・児童				○				歯の大切さを訴える歯みがき集団指導	(公社)京都市 歯科衛生士会
27	保育所歯磨き指導	9月	園児				○				歯の大切さを訴える歯みがき集団指導	
28	家族介護者向け医療的ケア・口腔ケア実践講習会	未定					○				家族介護者向けの口腔ケア実践講習会（口腔ケア講習会の実習と一部の講義を担当）	
29	口腔サポーターセンター事業（歯科医師会）	通年	府民・市民				○				訪問口腔ケアを担当	
30	介護予防事業	通年					○				介護予防事業普及啓発の為に講習会及びイベント等に協力、参加	
31	健康チェックコーナー	未定	市民	○	○	○	○	○	○	○	「市民すこやかフェア」での各種健康チェックコーナーの設置	京都府国民健康保険 団体連合会
32	健康づくり講演会	1/29		○	○	○	○	○	○	○	医師や学識経験者等による各種講座	
33	特定保健指導	通年	約34,000人	○	○	○	○	○	○	○	保健師が事業所を訪問し、健康相談を実施。（実施率10.0%）	全国健康保険協会 京都支部
34	京（きょう）から取り組む健康事業所宣言	通年	全事業所	○	○	○	○	○	○	○	事業所が独自の健康増進に向けた取組を実践し、従業員の健康づくりを推進する。（目標300社）	
35	フッ化物洗口の推進	通年	児童				○				食生活の変化とともに、歯みがきだけでう蝕を予防することは困難なことから、「フッ化物洗口」の取組を推進し、市立小学校全校で実施するとともにさらなる充実を図る。	京都市教育委員会
36	介護予防事業	通年	市民（65歳以上）	○	○		○				高齢者筋トレ教室、高齢者栄養改善教室、シニア体力向上教室、ロコモテスト教室等を開催し、生活機能低下の早期発見・早期対応により健康寿命の延伸を図る。	京都市健康増進センター

「いきいきポイント手帳」が健康づくりの入り口に

読者モニターが手帳の使い方、取り組み方について歯科医に聞きました



丸野さん(右)と岸本さん。「診療室での会
話から、読者の悩みをキャッチでき
ることもあるんです」(岸本さん)

京都府では、市民が主
体的に健康づくりに取り
組めるよう「健康長寿の
まち・京都」推進プロシ
ェクトを進めています。

昨年、その一環とし
て登場したのが「いき
いきポイント」のプロシ
ェクト。傳診1回で10ポ
イント、自分で決めた目標
達成で1ポイントといっ
たように専用の「いき
いきポイント手帳」に自分
で記録し、ゲーム感覚で
健康づくりに取り組める
仕組み。50ポイント以上
ためるとプレゼントに
応募できます。

「家族一纏に目標設定

今回、リビウ京都の
読者モニター・丸野麻衣
さんが、京都府歯科医師
会公衆衛生担当理事を
務める岸本知弘さんの診
療所を訪ねました。

岸本はプロシェクトを
推進する「健康長寿のま
ち・京都市民会議」の構
成団体。診療所の待合
スペースには「いき
いきポイント手帳」が置か
れています。自由に持ち
帰って活用すること。

丸野さんは「子ども
の乳幼児健診時に手帳を
紹介してもらいました。
歯科医院でも手に入るの
ですね」と驚いた様子。

「歯科は、全身の健康
のための入り口です」と
は岸本さん。「歯が痛
い、折れたといった直接的な
お口の症状だけでなく、全
身健康の端としてお口
の中に症状が出ることも
あります。そこを踏まえ

「いきいきポイント手帳」
を置いてくれる歯科医師も
あるのでぜひ活用



きるのが歯科健診。だか
ら、自覚的な自覚症状が
なくても定期的に歯科健
診を受けることが大切で
す。お口のケアをするこ
とは、加齢とともに心身
が衰える予防予防
にも役立ちます。もち
ろ、歯科健診でもポ
イントがたまるんですよ

また手帳を利用して
ないという丸野さんに
本さんがアドバイスした
のは、家族で取り組める
目標を作ること。「子ど
もと一緒に毎日野菜を食
べる」「子どもと仕掛け
遊びをするなどです。

「振り返りも一纏にす
るというですね。健康に
ついでに会話のきっかけ
にもなるのは、家族と一
纏に取り組むのがルー
ポイントも勉強されるん
ですよ」(岸本さん)

「いきいきポイント手
帳」についてもっと知り
たい人は「健康長寿の
まち・京都本14ルサイ
ト」(<https://kenkoko.jp>)
u.kyoto/と入力する。

●京都府 保健福祉局
健康長寿のまち・京都推
進室 健康長寿企画課
京都府中京区柳馬場通御
堂下ル 京都朝日ビル4
階、075-722-2222
410

本年度の「いきいきポイント手帳」は、A4サイ
ズで文字も大きく見やすくなりました。
ポイントを手帳に記入している「プレゼン
ト応募用紙」を送ると、抽選で自転車、「京都
市立病院」人間ドック受診券、「京都府立総合
医療センター」などさまざまなプレゼントが当た
ります。次回の応募締め切りは3月22日(金)なので
チェックを!

山科健康づくりだより

～より健康になれる習慣を身につけていただくとともに～

歯科健診

歯科健診は定期的に行われていますか？

お口は気づかぬうちに、むし歯や歯周病になっていたり、機能低下していることがあります。心配なこと、困ったことを相談できます。年に1度は歯科健診を受けましょう！

成人・妊産婦は相談 予約不要 無料

対象 18歳以上の方、妊産婦の方、高齢者の方

日時 毎月第4金曜 午前9時～10時30分

場所 山科区役所保健福祉センター

京都府歯科医会 予防健診 要予約 費用 500円 ※免除制度有

対象 市内在住の満40、45、50、55、60、65、70歳の方（誕生日から1年間）

場所 指定医療機関

詳しくは、下記にお問い合わせください。

山科区役所保健福祉センター健康長寿推進課
(健康長寿推進担当)

592-3222

大人の唾液は1日に
どのくらい出るでしょう？

正解は、中面にあります！

健康
クイズ

「いきいきポイント手帳」で 健康習慣を身につけよう！

京都市では、毎日の健康づくりを楽しみながら、ポイントためてプレゼント抽選に
応募できる「健康長寿のまち・京都市 いきいきポイント手帳」を配布しています。

今年から、18歳未満の子どもポイントに応募できるようになりました。自分で決めた
健康習慣を手帳に記録して応募するだけで、抽選で豪華なプレゼ
ントが当たります。親子で、学校で、皆さんそろってご参加ください！

知えば... 朝食を必ず食べる

ジョギングをする

早寝をする

歯をみがく

野菜をたくさん食べる

1日の水分を2リットル以上摂る

1日の歩数を1万歩以上歩く

1日の入浴時間を10分以上にする

1日の排便回数を1回以上にする

1日の睡眠時間を7時間以上にする

1日のストレスを10以下にする

1日の笑顔の回数を10回以上にする

1日の読書の回数を1回以上にする

1日の音楽鑑賞の回数を1回以上にする

1日の散歩の回数を1回以上にする

1日の日光浴の回数を1回以上にする

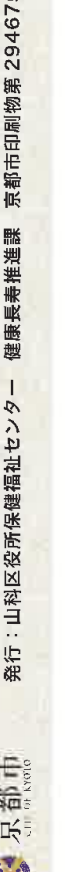
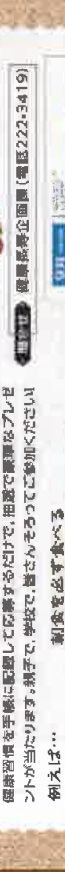
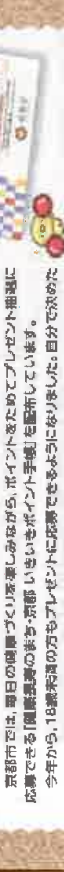
1日の深呼吸の回数を10回以上にする

1日の深呼吸の回数を10回以上にする

1日の深呼吸の回数を10回以上にする

1日の深呼吸の回数を10回以上にする

1日の深呼吸の回数を10回以上にする



がん検診について

がんは日本人の死因第1位となっています。がんは早期発見・早期治療すれば約9割が治ると言われています。早期のうちにがんを発見するためには、定期的にがん検診を受診する以外に有効な方法はありません。大切な命を守るためにぜひ、定期的にがん検診を受けましょう。

山科区役所保健福祉センターで受けられるがん検診

胃がん検診 50歳以上の方 火曜・木曜 予約制 2年に1回受診可能
※胃がん検診受診者は肺がん検診、大腸がん検診をセットで受診できます。保健福祉センターでは上記受診分は胃腸工学的線検査となります。胃内視鏡検査をご希望の方は指定医療機関をご利用ください。

大腸がん検診 40歳以上の方 便の提出受付：火曜・木曜 午前8時30分～11時
※保健福祉センターで検査容器の配布と便の提出を受け付けています。容器の配布は随時行っています。胃がん検診とご一緒にぜひ受けてください。

肺がん検診 40歳以上の方 第2・4金曜 午前9時～10時30分 予約不要
※予約及び料金等については、山科区役所保健福祉センター健康長寿推進課（☎592-3222）までお問い合わせください。

休日がん検診 40歳以上の方 大腸がん
40歳以上の方は肺がん、大腸がん、肺がん、大腸がんをセットで受診できます。
50歳以上の方は胃がん、肺がん、大腸がんをセットで受診できます。

申込先 京都いつでもコール ☎661-3755 11月9日締切
実施日 11/26(日)

指定医療機関で受けられるがん検診

乳がん検診 30歳以上の女性（2年に1回） 子宮頸がん検診 20歳以上の女性（2年に1回）
前立腺がん検診 50歳以上の男性（2年に1回）

胃がんリスク評価検査 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳の方
※ピロリ菌検査とペプシノゲン検査（胃の粘膜の状態を調べる）により胃がんにかかるリスクを判定します。

指定医療機関に申込みが必要で、指定医療機関は京都いつでもコール（☎661-3755）にお問い合わせ、または京都市ホームページでご確認ください。

京都市青年期健康診査（18～39歳までの健診を受ける機会のない方）

若い時期からの健診も大切です！
指定医療機関にて 500円で受診られます！

お問い合わせ 山科区役所保健福祉センター健康長寿推進課 ☎592-3222

11

NOVEMBER

山科健康づくりカレンダー

12

DECEMBER



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

(胸部 X 線撮影) 15 歳以上の方

第 2・第 4 金曜 午前 9 時～10 時 30 分

予約不要 無料

お問い合せ先: 山科区役所健康福祉センター健康長寿推進課まで (☎592-3222)

申込みは 11 / 10 (金) 開始です 先着 50 名様

キャット・ハNZ

とは

山科区健康づくりサポーター (愛称: キャット・ハNZ) です。

「自分のために・地域のみんなのために」をスローガンに山科区役所健康長寿推進課と共に健康づくりに関する活動を行っているボランティア団体です。

このカレンダーに載っている健診を受けていただくと、いきいきポイント 10 ポイントがたまります！

50 ポイント以上貯めると、抽選に応募できます。豪華賞品が当たりますので、ぜひ、いきいきポイント手帳をご利用ください！

※いきいきポイント手帳については裏面をご覧ください



健康クイズの正解

1日1.0～1.5ℓ程度

唾液には様々な役割がありますが、年齢を重ねるとともに分泌量が減少してお口が渇きやすくなります。良く噛み、口の筋肉をしっかりと動かし、お口の機能を維持しましょう。

気をつけよう！冬の感染症！

・・・・・・・・インフルエンザ予防・・・・・・・・

寒くなり、インフルエンザが流行する季節がやってきました。
3つのポイントに注意して、元気を冬を乗り切りましょう！

ポイント① インフルエンザウイルスに負けない身体づくり

しっかり睡眠・適度な運動・たっぷり栄養。部屋の湿度を保って（湿度50～60%）、のに優しく、ウイルスを増やさない環境づくりをしましょう。

ポイント② 手洗い

食事前・外出後など、こまめに手洗いをしましょう。

ポイント③ 症状がある時の咳エチケット

咳・くしゃみは、しぶきを1～2メートル飛ばすと言われています。マスク等の心がけを忘れずに！手で覆ったときは手洗いを！



インフルエンザワクチンの接種

ワクチンは、そのシーズンに流行するウイルスの「型」を予測して作られており、約5ヶ月しか効果が持続しないため、毎年接種する必要があります。また予防効果が現れるまでに接種後約2週間かかりますので早めに接種しましょう。接種回数は生後6ヶ月以上13歳未満で2回接種。13歳以上の接種は、医師が特に必要とする場合を除いては1回でよいとされています。接種の詳細はかかりつけの医療機関で相談ください。（65歳以上の方は一部公費負担制度があります。）

ノロウイルスとは？

冬場を中心に食中毒の原因となるほか、感染性胃腸炎の集団感染の原因となるウイルスです。「食品から人」だけでなく「人から人」にうつり、非常に強い感染力があります。

感染経路は3つあります。

- ① 感染者が調理等をして、ウイルスに汚染された食品を食べることによる感染
- ② ウイルスが箸・付着した食品の加熱不足による感染
- ③ 患者の嘔吐物等に接触した手を介しての感染

感染を防ぐには？対策も3つ！！

- ① 十分な手洗い（食事前・トイレ使用後は念入りに） ＊上記正しい手洗いを参照
- ② 嘔吐物等で汚染された所は次亜塩素酸ナトリウム（台所用塩素漂白剤）で消毒殺菌しましょう。
- ③ 十分な加熱！二枚貝は85度以上で90秒以上の加熱をしましょう。汚染された器具類の煮沸消毒も効果的です。

➡ ウイルスに感染してから、1～2日発症し、多くの方は数日で回復します。少しづつ水分をとり、安静に過ごしましょう。

感染症に関するお問い合わせ 山科 医療衛生センター ☎ 634-8631

山科健康づくりだより

～より健康になれる習慣を身につけていただきたために～

参加してみませんか？

冬の食育セミナー・食クッキング

山科区役所健康長寿推進課では、定期的に食育のお話と調理実習を行う食育セミナーを実施しています。1月・2月の内容は「食事の適量について」のお話と、冬が旬の食材をいろいろ使った献立を作り、試食をします。皆様のご参加をお待ちしています。

日時 平成30年1月24日（水）②平成30年2月9日（金）いずれも午前10時～午後1時
定員・対象 ①②それぞれ21名（先着順） いずれも 山科区内在住の18歳以上の方！！

★料理初心者の方、男性の方もお気軽に御参加ください。

内容 講話「食事の適量を知りましょう」

調理実習「冬の旬野菜で適量バランスクッキング」

費用 500円 持ち物 エプロン・三角巾・手ぶきタオル

受付場所 山科区役所健康長寿推進課（1階1番窓口）

申込み方法 12月20日（水）から下記問い合わせ先に 電話 または 窓口にて

申込み先 山科区役所保健福祉センター健康長寿推進課

（健康長寿推進担当）☎592-3222



『冬』が旬の野菜である“ほうれん草”は、夏に収穫するものと比べて、ビタミンCの含有量は約何倍多くなるでしょうか？

正解は、中にあります！

みんなで歩こう！

キャット・ハンズと歩く健康ウォーキング

山科区健康づくりサポーター（愛称：キャット・ハンズ）とは、「自分のために、地域のみんなのために」をスローガンに保健福祉センターと共に健康づくりに関する活動を行っているボランティアです。
☆コースの見どころ解説あり！ ☆ 私たちと一緒に楽しく多彩なコースを歩きましょう。

日時 平成30年1月31日（水）

午前9時30分集合（2時間程度）

「ラクト山科公園～若西八幡宮～東御坊～西本願寺山科別院～三之宮神社～山科区役所」約5.5キロ

申込み 1月17日（水）午前8時30分～

日時 平成30年3月14日（水）

午前9時30分集合（2時間程度）

「ラクト山科公園～埋蔵跡～（旧家源道を歩む）～開福寺～ラクト山科公園」約6.0キロ

申込み 3月1日（木）午前8時30分～

対象・定員 医師から運動制限を受けていない山科区民の方 各先着50名

申込み方法 電話 または 下記の内容を記載して FAX、メールにてお申込みください。

参加される方全員①氏名（ふりがな）②年齢③住所④連絡先（電話、FAX、メールアドレス等）

⑤医師からの運動制限の有無

申込み先 山科区役所保健福祉センター健康長寿推進課（健康長寿推進担当）☎592-3222

FAX: 502-1677 メール yamashina-kenko@city.kyoto.lg.jp

JANUARY



FEBRUARY



sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
31	1 成人の日	2	3	4 大腸がん検診	5	6
7	8 元日	9 大腸がん検診	10	11	12 同部検診 (結核・肺がん)	13
14	15 成人の日	16 胃がん検診 胃がん検診 大腸がん検診	17 と歩く健康 ウォーキング 申込み開始！	18 胃がん検診 胃がん検診 大腸がん検診	19	20
21	22	23 胃がん検診 胃がん検診 大腸がん検診	24 手洗い 手洗い 手洗い	25 胃がん検診 胃がん検診 大腸がん検診	26 胃がん検診 胃がん検診 (結核・肺がん)	27
28	29	30 大腸がん検診 世帯まるごと お母さま	31 手洗い 手洗い 手洗い	1	2	3

大人也！

健康な歯を保つだけでなく、口の機能をしっかりと鍛えることで、いつまでもお食事をしかりと食べることが出来ます。口の周りの筋肉を鍛えておくこと、唾液がしっかりと出てお口が潤っていること、舌を鍛えておくことが大事です。

☆口を「あーいーうーえーおー」と、顔全体を使って、いつもより大きく！大げさに！動かしてみよう。



健康クイズ
の正解

約3倍
冬は夏に比べて日照時間が少ない分、ゆっくり栄養をため込んで育ちます。
ちなみにビタミンCは風邪予防に効果があります！

ちなみにビタミンCは風邪予防に効果があります！

[illegible]

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の皆さまを、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から総合的に支援するための公的な相談窓口です。要請を「高齢サポート」といい、お住まいの学区によって担当のセンターが決まっています。

山終区には5ヶ所のセンターが設置されています。【菅羽・山階・勤修・大宅・日ノ岡】

■生活まるごとお役立ち展 in 山科・醍醐～知っていれば安心です。シアを支えるサービスあれこれ～

日時 平成30年1月30日(火) 午前11時～午後3時30分 場所 豊岡総合庁舎3階

山科と醍醐の地域包括支援センターが共催で、シニア世代が活用できる様々なサービスを紹介するイベントです。

☆参加無料・申込不要
是非ご参加ください！

認知症サポート—養成講座

日時 平成30年2月19日(月) 午後2時～3時30分

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援することで認知症になっても

安心して暮らせるまちづくりを考える講座です。

☆参加無料・申込不要
是非ご参加ください！

我々が「シン・セーター」(音響)によってなに？

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の皆さまを、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から総合的に支援するための公的な相談窓口です。要請を「高齢サポート」といい、お住まいの学区によって担当のセンターが決まっています。

山終区には5ヶ所のセンターが設置されています。【菅羽・山階・勤修・大宅・日ノ岡】

■生活まるごとお役立ち展 in 山科・醍醐～知っていれば安心です。シアを支えるサービスあれこれ～

日時 平成30年1月30日(火) 午前11時～午後3時30分 場所 豊島総合庁舎3階

山科と醍醐の地域包括支援センターが共催で、シニア世代が活用できる様々なサービスを紹介するイベントです。

☆参加無料・申込不要
是非ご参加ください！

認知症サポート—養成講座

日時 平成30年2月19日(月) 午後2時～3時30分

認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援することで認知症になっても

安心して暮らせるまちづくりを考える講座です。

☆参加無料・申込不要
是非ご参加ください！





南区 地域における健康づくり事業

講演会

歯科口腔に関する アセスメントのポイント

～早期発見・早期連携を目指す～

歯科医師が
教える！！

「歯科口腔に関する アセスメントのポイント」

講師 京都市南歯科医師会 地域歯科担当理事
南口腔ケアセンター 所長

講演

和田 智仁先生

Profile

愛知学院大学歯学部 卒業
姫路歯科医院 副院長
京都府歯科医師会
口腔サポートセンター(KOSO)所員歯科医師
歯支援食嚥下を考える会 世話人

所属学会

日本後援食嚥下リハビリテーション学会
日本新近経腸栄養学会
日本口腔ケア学会



*講演後、フロアディスカッション、
質疑応答を行います。

在宅や施設等で、実際に歯科診療・口腔ケアを行っている歯科医師が、口腔機能のアセスメントのポイントや、歯科医師、歯科衛生士へつなぐタイミング等をお伝えします。ケアプランに活かせる講演内容ですので、ぜひご参加ください。お待ちしております。

日時

平成30年2月14日 水 14:00～15:30
(受付13:45)

場所

ヘルスピア21 ホール

申込み

2月9日(金)までに南区役所36番窓口・電話・FAXでお申込みください。

主催：南区役所健康長寿推進課健康長寿推進担当

共催：京都市南歯科医師会 南口腔ケアセンター

※申込書は裏面

申込み
・
問合せ

南区役所健康長寿推進課 健康長寿推進担当：南区役所3階36番窓口 電話：075-681-3573



京都市
CITY OF KYOTO

発行：南区役所保健福祉センター 健康長寿推進課 発行年月：平成29年12月



☑ 子どもの歯について相談したい！

乳幼児歯科相談

要予約！！

対象者	南区在住の0歳～就学前のお子さん
費用	無料
日時	偶数月第1木曜日 午前9時～10時(受付時間)
場所	南区役所 保健福祉センター (ヘルスピア21内)
内容	歯科健診・指導・相談
持ち物	母子健康手帳
定員	15名
申込み	南区役所 保健福祉センター 子どもはぐくみ室
問合せ	子育て相談担当 075-681-3574

☑ 歯科医院に行けない場合に ついて知りたい！

南口腔ケアセンター

お口のこととで悩みや心配事があるけれど、
歯科医院へ出かけられない方への相談を受け、
快適な生活を送れるように、歯科治療や口腔ケアを
行う窓口です。

《申込み・問合せ》

FAX : 075-662-6480



★Facebook はこちら⇒

＜南口腔ケアセンター＞

☑ 歯科健診・相談を受けたい！

成人・妊婦歯科相談

予約不要

対象者	市内在住の18歳以上の方・妊産婦の方
費用	無料
日時	毎月第4水曜日 ※月によって変更有り 午前9時～10時30分(受付時間)
場所	南区役所 保健福祉センター (ヘルスピア21内)
内容	歯科健診・指導・相談
持ち物	妊産婦の方は母子健康手帳をお持ちください。
問合せ	南区役所 健康長寿推進課 健康長寿推進担当
	075-681-3573

子育て中のママもお子さんと一緒にお願いします！

歯科医師による 健診 相談



歯科衛生士による 結果説明・相談



南区役所保健福祉センター 健康長寿推進課

電話：075-681-3573

住所：京都市南区西九条南田町1-3

電話：075-681-3111(代教)

【開庁時間】午前8時30分～午後5時(土・日・祝日・年末年始は閉庁)



発行：南区役所保健福祉センター 健康長寿推進課

発行年月：平成30年3月 京都市印刷物第000000号

南区みんなの 歯科情報



未定稿

- ☑ 歯科健診・相談を受けたい！
- ☑ 子どもの歯について相談したい！
- ☑ 歯周病が気になる！
- ☑ フッ化物歯面塗布受診票が使える
- ☑ 歯科医院が知りたい！
- ☑ 歯科医院に行けない場合について知りたい！



京都市 歯と口の健康づくり

検索



京都市の歯科情報が
載っているよ！

＜京都市情報館 歯と口の健康づくり＞



京都市
CITY OF KYOTO

☑ 歯周病が気になる！

★ 京都市歯周疾患予防健診

対象者 市内在住の満40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方

費用 500円

※免除制度あり

非該当世帯の方や冠歯医療費助成証をお持ちの方は、健診が免除されます。証明書類等が必要となりますので、詳しくはトビ薬局までお問い合わせください。

場所 指定医療機関

受診方法 事前に指定医療機関にご予約の上、受診してください。

持ち物 年齢が確認できるもの(運転免許証、保険証等)
問合せ 南区役所 保健福祉センター 健康長寿推進課
健康長寿推進担当 075-681-3573

10

フッ化物歯面塗布受診票が使える歯科医院が知りたい！

★ 京都市フッ化物歯面塗布事業

対象者 市内在住の2～3歳児

(2歳のお誕生日から4歳のお誕生日前日まで)

費用 京都市のフッ化物歯面塗布受診票で1回分のみ無料 ※平成31年3月31日まで予定

場所 指定医療機関

問合せ 南区役所 保健福祉センター 子どもはぐみ室
子育て相談担当 075-681-3574

その他 指定医療機関に日程等確認の上、受診してください。

注意事項

※フッ化物歯面塗布受診票は、京都市母子健康手帳に添付されています。

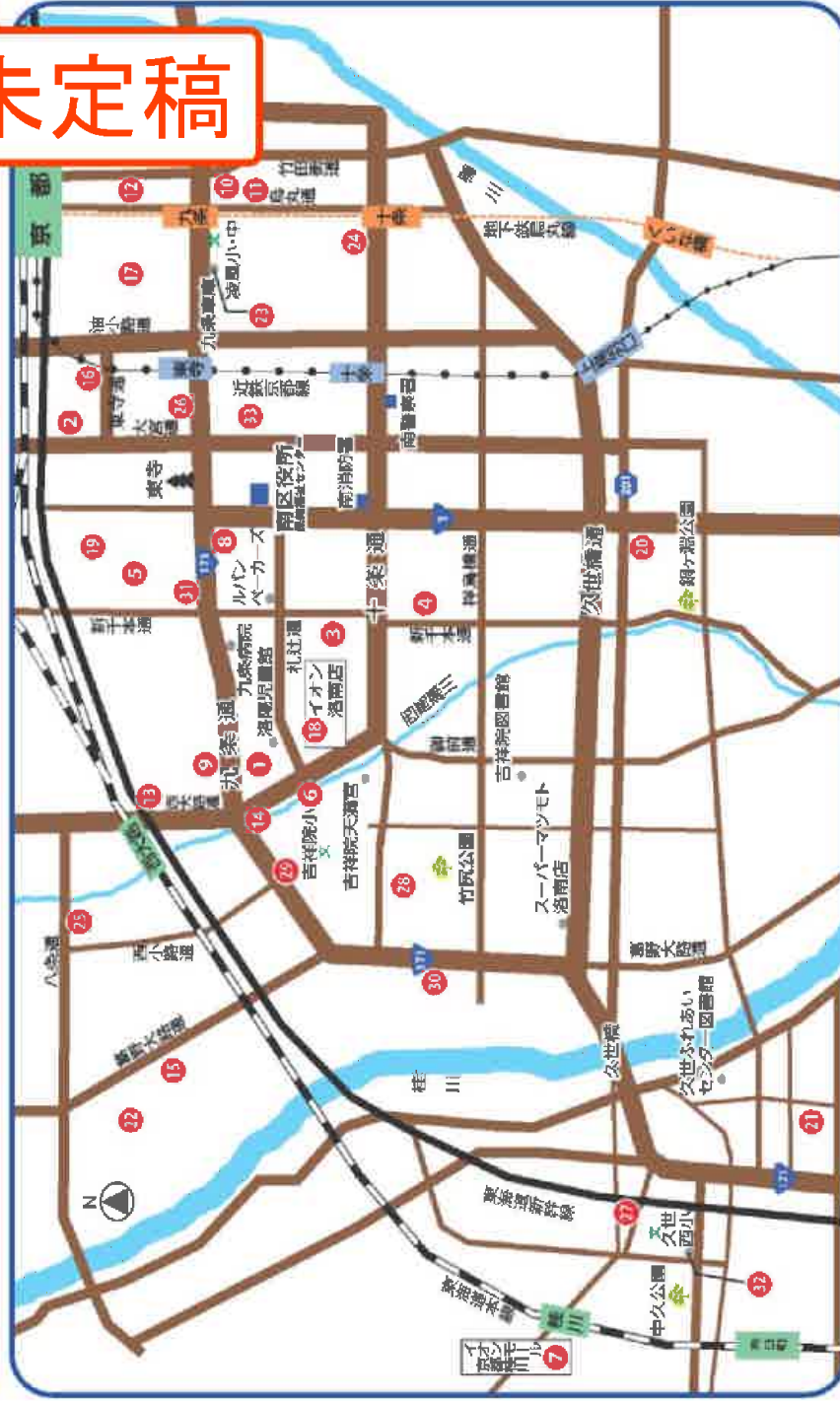
※受診票が母子健康手帳に添付されていない方は、上記まで、お問い合わせください。

※1回分の無料期間については、ホームページや上記にてご確認ください。

京都市歯周疾患予防健診及び京都市フッ化物歯面塗布事業 指定医療機関一覧(南区) 平成30年1月現在

番号	歯科医院名	フッ化物歯面塗布予防	番号	歯科医院名	フッ化物歯面塗布予防	番号	歯科医院名	フッ化物歯面塗布
1	秋山歯科医院	○	12	清水歯科医院	○	23	西田歯科	○
2	東歯科医院	○	13	下川歯科医院	○	24	長谷川歯科医院	○
3	上田歯科医院	○	14	医療法人 高尾歯科医院	○	25	デンタルクリニック 八条	○
4	内堀小児歯科クリニック	○	15	竹原歯科医院	○	26	林歯科医院	○
5	大崎歯科医院	○	16	田中歯科診療所	○	27	肥後歯科口腔外科クリニック	○
6	医療法人 小幡歯科クリニック	○	17	谷口歯科医院	○	28	ひらつか歯科	○
7	医療法人清歯会 桂川浅井歯科医院	○	18	医療法人 植興会 谷口歯科医院	○	29	林歯科医院	○
8	嘉康歯科医院	○	19	梅尾歯科医院	○	30	まつおか 歯科クリニック	○
9	金子歯科医院	○	20	医療法人 純成会 徳地歯科医院	○	31	ヤスダ 歯科クリニック	○
10	河上歯科医院	○	21	中澤歯科医院	○	32	横田歯科医院	○
11	ごうの歯科医院	○	22	西川歯科医院	○	33	よしかわ歯科医院	○

未定稿



お口は 健康の入口



みなみ〜ずとは？

「みなみ〜ず」は区民の立場で、南区のみなさまを
元気にしよう！と活動する健康づくりサポーターです。
平成21年に誕生し、明るく元気なメンバーで
活動しています。

オリジナル体操“世界に一つだけの花”やラジオ体操、
お口の体操などを通じて、

「楽しく体を動かして健康寿命を延ばそう！」と
呼びかけています。

後援：南区役所保健福祉センター
健康長寿推進課 健康長寿推進担当
電話：(075) 681-3573



①久世西老人福祉センター (祝日休み)

第1水曜日午後1時30分～

②久世橋公園 (雨天中止)

第4金曜日午前10時～

③竹尻公園 (雨天中止・祝日休み)

第1金曜日午前10時30分～

④山ノ本公園 (雨天中止・祝日休み)

第3木曜日午前10時～

⑤京都市南老人福祉センター (祝日休み)

第3火曜日午前10時～

⑥琵琶塚公園 (雨天中止)

第2・4火曜日午前10時～

⑦ヘルスピア21 (祝日休み)

第2月曜日午前10時～

⑧明田公園 (雨天時室内実施)

第2木曜日午前10時～

近くの公園で
一緒に体を
動かしましょう



お口の体操は
黄色の場所で
しています！

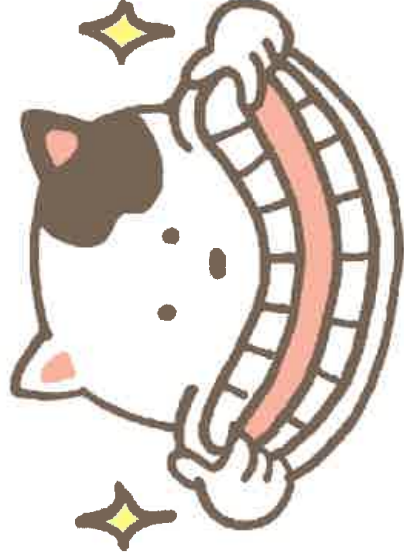


発行：南区役所保健福祉センター健康長寿推進課
発行年月：平成30年2月 京都市印刷物 000000 号

未定稿

歌に合わせて♪♪
かんたん!! たのしく!!

お口の たいそう



BY みなみ〜ず

●水色の枠線……切れてはいけない要素（文字やロゴ等）をいれる範囲

●ピンクの枠線……仕上りのサイズ

●みどりの枠線……フチなし印刷にする場合、背景を伸ばす範囲

★PDFに変換して入稿される場合★

「ヘッダーフッター」画面（カーソルが矢印になる上下の余白の範囲でダブルクリック）より色つきのガイド線を消してから変換してください

未定稿

かたつむり

しっかり空気を含ませて。
頬と唇の筋肉を鍛えましょう♪

おうま

舌を上下左右に動かします。
舌の筋肉を鍛えましょう♪

ちようちよ

だ液腺を刺激して、
たくさん唾液をだしましょう♪

左頬

右頬

上下頬

でんでん

むしむし

かたつむり

左頬

右頬

上下頬

おまえの

あたまは

どこにある

左頬

右頬

上下頬

つのだせ

やりだせ

あたまだせ

舌下

舌左

おうまの

なかよし

舌右

舌上

いつでも

いっしょに

ぼっくり

ぼっくり

あるく

あるく

耳下腺

顎下腺

舌下腺

ちようちよ

さくらに

とまれよ

なのはに

さくらの

あそべよ

なのはに

はなの

あそべよ

あいだら

はなへ

とまれ

★指全体で両耳の前、上の奥歯の辺りを後ろから前にゆっくりと回す。

★あごの左右の縁の内側の軟らかい部分を親指で、奥からあごの先に向け、4回に分けて押していく。

★あごの裏側の真ん中の軟らかい部分を、両手の親指で、押していく。

唾液腺とは...?

唾液を分泌する腺で、

耳下腺・顎下腺・舌下腺を

三大唾液腺といいます。

- 水色の枠線……切れてはいけない要素（文字やロゴ等）をいれる範囲
- ピンクの枠線……仕上がりサイズの
- みどりの枠線……フチなし印刷する場合、背景を伸ばす範囲

★PDFに変換して入稿される場合★

「ヘッダーフッター」画面（カーソルが矢印になる上下の余白の範囲でダブルクリック）より色つきのガイド線を消してから変換してください

セカンドライフを いきいきと生きる

受講生
募集!

左京

～左京・健康なまちづくりプロジェクト～

からだの学校



京都大学が開発した「からだの連絡帳」を
使って、第二の人生を充実させよう。

まずは「体力測定」で自己評価、
それから、「ウォーキング」、「ストレスチェック」、

「**歯の健康チェック**」、「調理実習」など

人生を豊かにする方法を
学んでみませんか?

男子倶楽部

【日程】平成29年**9月19日(火)**～平成30年**3月13日(火)**

※期間中に8回講座を実施します。詳細は裏面をご覧ください。

【会場】左京区役所等

【費用】**2000円** ※第6回の調理実習に参加される方は別途500円必要です。

【定員】100名(先着順)

【対象】左京区在住で、おおむね60歳以上の男性
主治医から運動制限の指示がない方

※第1回の講座は、受講生のご家族及び興味関心のある方の参加も可能

【募集期間】7月20日(木)～8月18日(金)

【申込】郵送、ファックス、ホームページの応募フォーム
又は窓口へのご持参によりご応募ください。

【問合せ】左京区役所保健福祉センター健康長寿推進課
TEL 075-702-1219 FAX 075-702-1316
左京区役所ホームページの応募フォーム



<アクセス>

お越しの際は公共交通機関をご利用下さい。

◆地下鉄(松ヶ岡)駅下車徒歩6分

◆市バス・京都バス

「左京区総合庁舎前」停留所下車徒歩3分

「高木町」停留所下車徒歩約9分

左京区総合庁舎

〒606-8511

京都市左京区松ヶ岡堂ノ上町7番地の2



左京区役所 セカンドライフ 検索



授業スケジュール(全8回)

ご関心のある回のみ受講も可能です。

…必修科目
…選択科目

9/19(火)

入学式 13:30~15:30
場所:左京区役所1階大会議室

【開校講演会】

人生第2ステージ

～社会とつながって輝こう～

講師:株式会社ユーディット会長兼シニアフェロー
元同志社大学政策学部教授
関根千佳先生



10/17(火)

どちらかの時間帯を選択

①9:00～②13:00～
場所:左京区役所1階大会議室

【講義】

これからの健康づくり

【体力測定①】

体力年齢を知ろう

簡単な体力測定でまずは自分の現状をしっかりと実感しましょう。

講師:京都大学 福岡真悟先生 紙谷司先生



11/6(月)

9:30～
場所:北白川地域

【歴史探訪】

学びながらウォーキング

タイムスリップはあなたの頭の健康、
ストレス解消に役立ちます。

講師:北白川郷土史研究会 堀内寛昭先生



11/24(金)

13:30～15:30
場所:左京区役所1階大会議室

【講義&ストレスチェック】

こころを元気にしよう

ストレスをためない生き方について学びましょう。

講師:大阪大学人間科学研究科
未来共創センター 招へい教授
石蔵文信先生



12/7(木)

13:30～15:30
場所:左京区役所1階大会議室

【歯の健康チェック】

生活歯援プログラム

質問票を活用し、お一人お一人の
「歯の健康力」をお伝えします。

講師:かいはら歯科クリニック
海原真治先生、歯科衛生士



1/16(火)
1/17(水)

どちらか一日を選択

10:00～12:30
場所:左京区役所3階栄養指導室

【ミニ栄養学講座】

みんなで楽しく食べるために

【調理実習】

ばら寿司～錦糸卵に挑戦～

講師:管理栄養士、食育指導員



1/30(火)

どちらかの時間帯を選択

①9:00～②13:00～
場所:左京区役所1階大会議室

【体力測定②】

体の変化を知ろう

前回の体力測定時と比べ、何が良くなり、何をこれから良くしていけばいいか実感しましょう。



3/13(火)

卒業式 13:30～15:30
場所:左京区役所3階健康教育室

これからの人生をともに語ろう

人生をもっと楽しく生きるために、ここで学んだことを仲間と共有しましょう。



キリトリ線

セカンドライフをいきいきと生きる～左京・からだの学校男子倶楽部～

受講申込用紙

ふりがな 氏 名				生年月日		年齢	才
住 所	〒						
電話番号							