

# 歯っぴ〜センター

(沖縄県口腔保健支援センター)

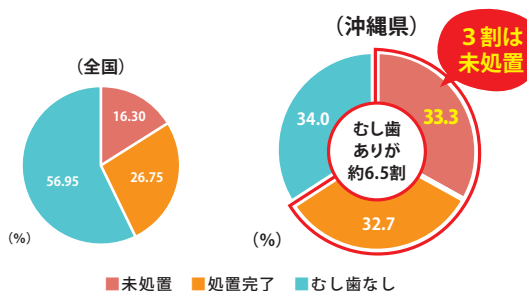
歯と口の健康づくりに関する相談窓口です。

## 沖縄県にはこんな課題があります!

### ■ 全国と比べて永久歯のむし歯が多い

高校3年生の3人に1人は未処置のむし歯があります

高校3年生でむし歯のある者の割合(R4)

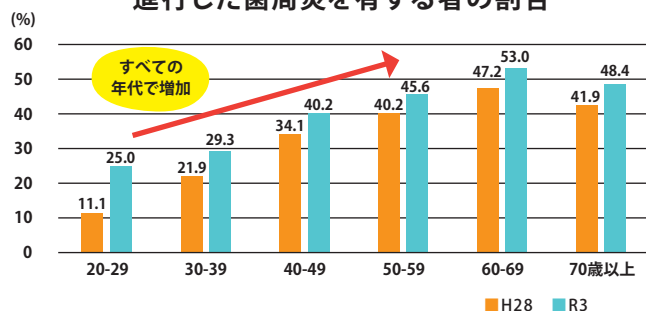


出典：学校保健統計調査（文部科学省）

### ■ すべての世代で歯周病が増えている

50〜60歳代の2人に1人は進行した歯周病です

進行した歯周炎を有する者の割合

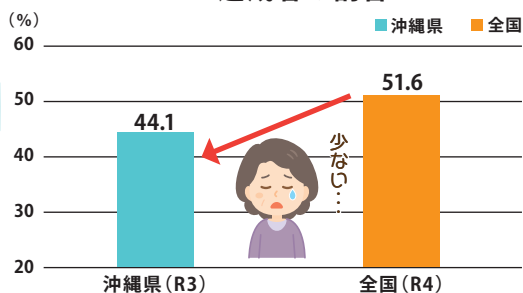


出典：県民健康・栄養調査（生活習慣調査）

### ■ 高齢者の残っている歯の数が少ない

80歳で20本以上自分の歯を持つ人(8020)の割合が全国平均より少ないです

8020達成者の割合



出典：沖縄県：県民健康・栄養調査（生活習慣調査）  
全国：歯科疾患実態調査

歯と口の健康は  
全身の健康と  
大きく関係しているよ！  
知って得する  
「歯っぴ〜センターの取組」  
詳細は裏面へ➡



沖縄県では、こうした現状を踏まえ、歯っぴ〜センター(沖縄県口腔保健支援センター)を設置し、歯と口の健康づくりにより一層取り組んでいます。

## 歯っぴ〜センター

沖縄県口腔保健支援センター(沖縄県保健医療介護部健康長寿課内) HPはこちらから➡

〒900-8570 沖縄県那覇市泉崎1-2-2

※当センターでは検診や診察は行っていません。

☎ 098-894-5789



# 歯っぴ〜センター

(沖縄県口腔保健支援センター)

## 電話相談

歯と口の健康づくりについてのお悩みごとはありませんか？ お気軽にお電話でご相談ください。  
内容によっては、必要な機関への橋渡しを行います。

歯みがきを嫌がるのですが  
どうしたらいいでしょうか？

もしもし

職場で  
取り組める歯と口の  
健康づくりは  
ありますか？

子どものむし歯を  
予防するのに歯みがき  
以外にできることは  
あるのかな？

最近、むせたり、  
硬いものが  
食べにくくなって  
きたけど、どうしたら  
いいのだろう？



受付時間：平日9時～12時、13時30分～16時30分（年末年始を除く）

☎ 098-894-5789 (来所での相談はご遠慮下さい。)

## 出前講座

事業所や施設、集いなどを対象に「歯と口の健康づくり講座」を無料で行います。

### テーマ

#### ① 妊娠中のお口のケア

妊娠中はお口のトラブルがおこりやすい

- ・ホルモンの変化とお口の状態
- ・つわり時期のケア方法
- ・歯科受診のタイミング
- ・赤ちゃんの歯について



#### ② 子どものお口の健康づくり(乳幼児期)

成長段階に応じたケアのポイント

- ・歯みがきの仕方
- ・ケアグッズの選び方
- ・食生活について
- ・フッ素の利用について



#### ③ 子どものお口の健康づくり(学齢期)

むし歯になりやすく、歯周病の始まりの時期

- ・永久歯(大人の歯)について
- ・歯みがきのポイント
- ・食生活と生活習慣
- ・フッ素の利用について



#### ④ 働き盛りのあなたの歯を守るためのポイント

成人の約8割が歯周病です

- ・やってみようセルフチェック
- ・歯周病予防に効果的な方法
- ・全身の病気との関連
- ・オーラルフレイルについて



#### ⑤ シニアのためのお口のケア

お口の機能アップで体も元気いっぱい

- ・オーラルフレイルについて
- ・噛むことと全身の関係
- ・歯と入れ歯のケア方法
- ・お口の体操



#### ⑥ 障がいのある方(児)のためのお口のケア

介助みがきの悩みを解決しよう

- ・障がいのある方のお口でみられること
- ・基本的なケア方法
- ・特性に応じた対応方法
- ・ケアグッズについて



※上記テーマ以外にご希望の内容・日時などがありましたらご相談ください。  
※実施日時 平日10時～15時、質疑応答含め1時間程度(原則 月・火・木・金)  
※お申し込み、詳細などはホームページをご覧ください。

