

歯科における食育の 取り組みとその必要性 ～特に小児期において～

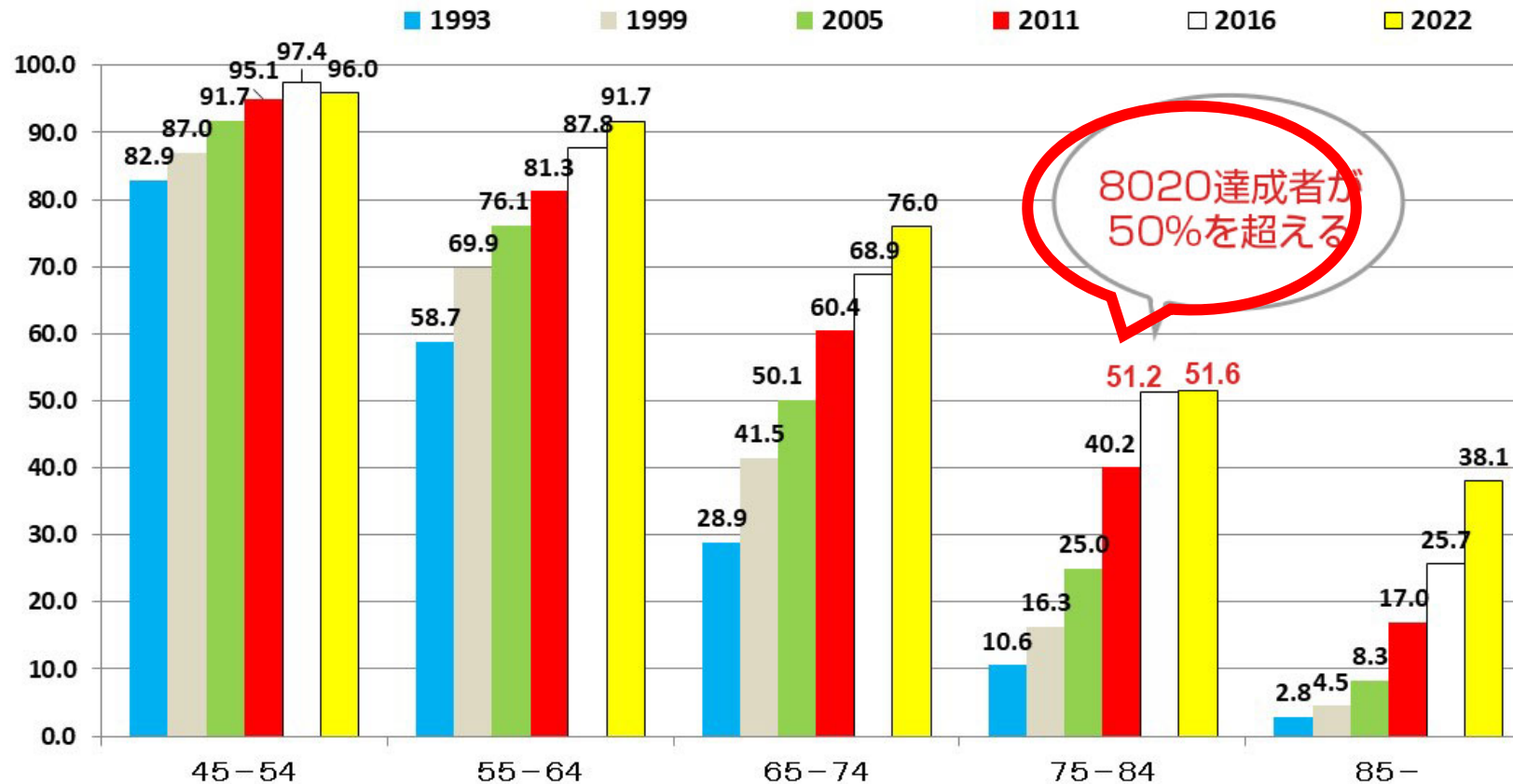
専門委員 田村文誉
日本歯科大学

これまでの歯科の取り組み

8020運動～80歳で20本の歯を維持～

ごはんを美味しく食べられる

45歳以上で20歯以上ある者の割合の推移（厚生労働省：歯科疾患実態調査）
～8020割合(75-84歳)は、2022年の調査で51.6%～



8020達成者が
50%を超える

<https://www.8020zaidan.or.jp/what/past.html> (8020割合)

歯の数の維持 →

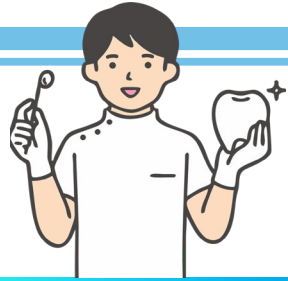
口腔機能の維持・向上へシフトチェンジ

- 歯がある ≠ 良く噛める・食べられる
- 歯がある ⇒ よりよく食べる



日本歯科医師会は2007年6月に「歯科関係者のための食育推進支援ガイド」を作成し、2019年に改訂版を作成し、診療や指導に役立てています。



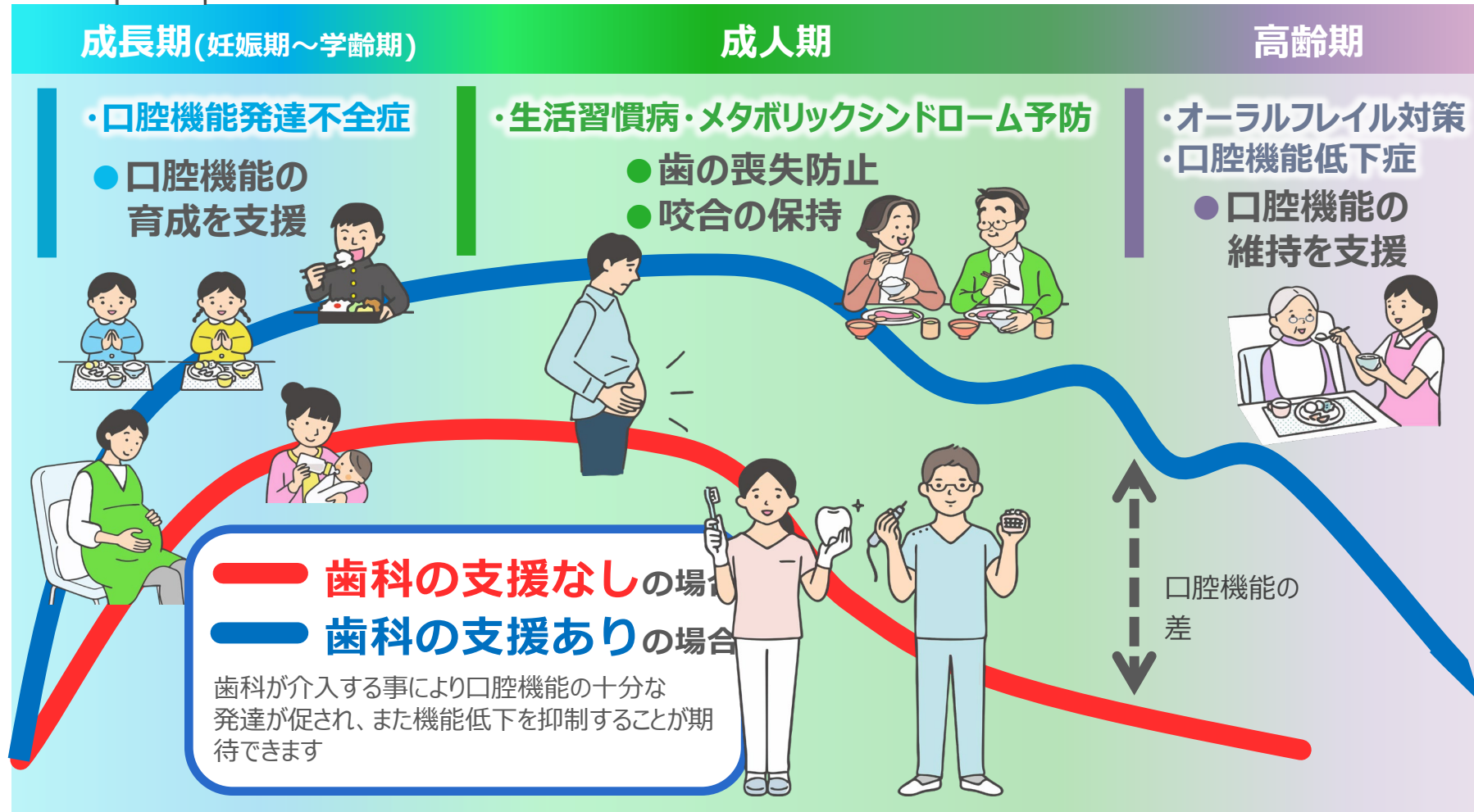


歯科からの食育・食支援

食べ方支援・口腔健康管理で全身の健康を支援

すべてのライフステージで「食」・「口腔機能」を支援

※口腔機能イメージ図



歯科からの食育・食支援

すべてのライフステージごとのポイント

テーマパーク8020

妊娠期の食支援



妊産婦のための食事バランスガイド
(厚生労働省HP)

乳幼児期の食支援 (授乳期～離乳期～幼児期前半～幼児期後半)



赤ちゃんの口腔育成、0歳からの摂食・嚥下
歯科関係者のための食育支援ガイド2019
p.34～35 (日本歯科医師会HP)



離乳の準備が
できるまで



離乳から食べる力
の基礎ができるまで
(東京都多摩小平保健所HP)



ひとりですぐに食
べる力がつくまで

学齢期の食支援 (小学校低学年～小学校中学年～小学校高学年～中学生～高校生)



歯科関係者のための食育支援ガイド2019
p.53～62 (日本歯科医師会HP)

成人期の食支援



生活習慣病を防ごう
健康手帳 p.24
(厚生労働省HP)



咀嚼支援マニュアル(受診者用)
平成21～23年度厚生労働科学研究
(研究代表者：安藤雄一)

高齢期の食支援



スマイルケア食の選
び方
(農林水産省HP)



高齢期の食育支援、オーラルフレイルの
予防
歯科関係者のための食育支援ガイド2019
p.95～108 (日本歯科医師会HP)

胎児の歯の発育

0歳児からの食べる機能①

5～8か月頃

0歳児からの食べる機能②

9か月～2歳頃

乳幼児期～学齢期①

乳幼児期～学齢期②

健康を維持する食育

摂食嚥下障害①

摂食嚥下障害②

認知症と食

日歯8020TV