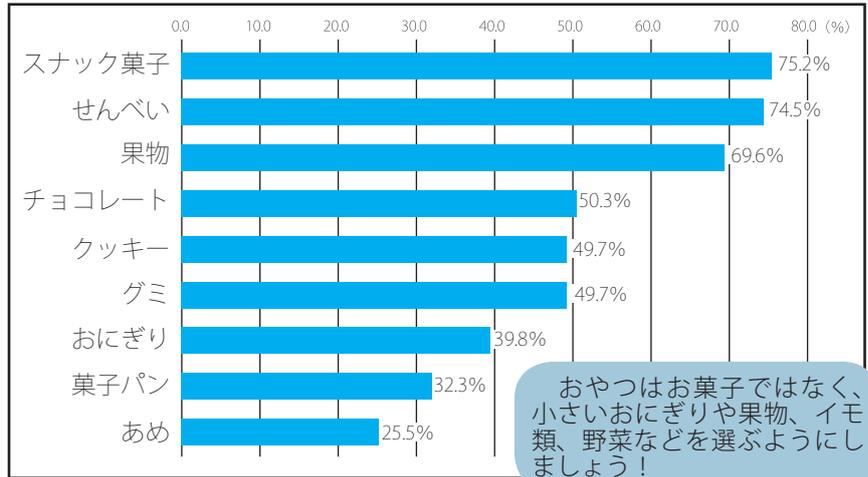


【普段食べているおやつ】※複数回答可

普段子どもたちが食べているおやつの中で最も多いものは、スナック菓子で、75.2%の人が食べていることが分かりました。

チョコレートやクッキー、グミは、少量で個包装になっているなど、利用が便利であるためか、約半数の家庭でおやつとして食べられていることが分かります。



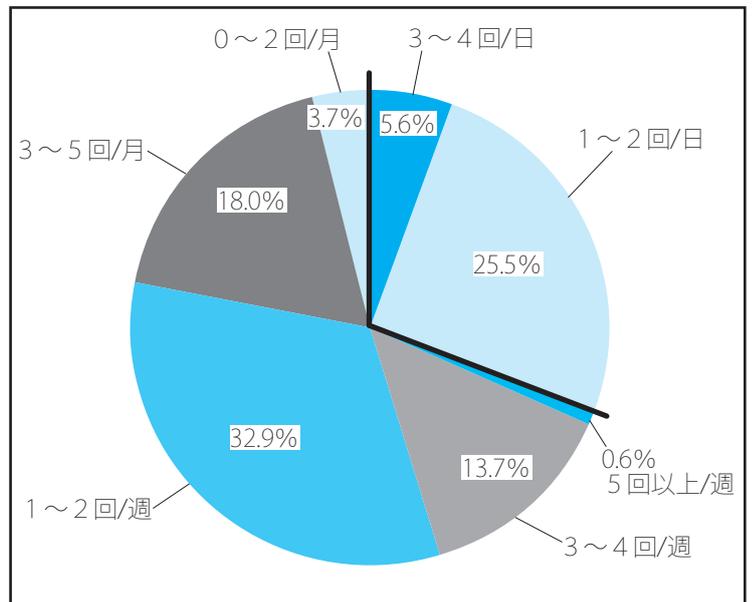
おやつはお菓子ではなく、小さいおにぎりや果物、イモ類、野菜などを選ぶようにしましょう！

【ジュースを飲む頻度】※飲む頻度が高い順

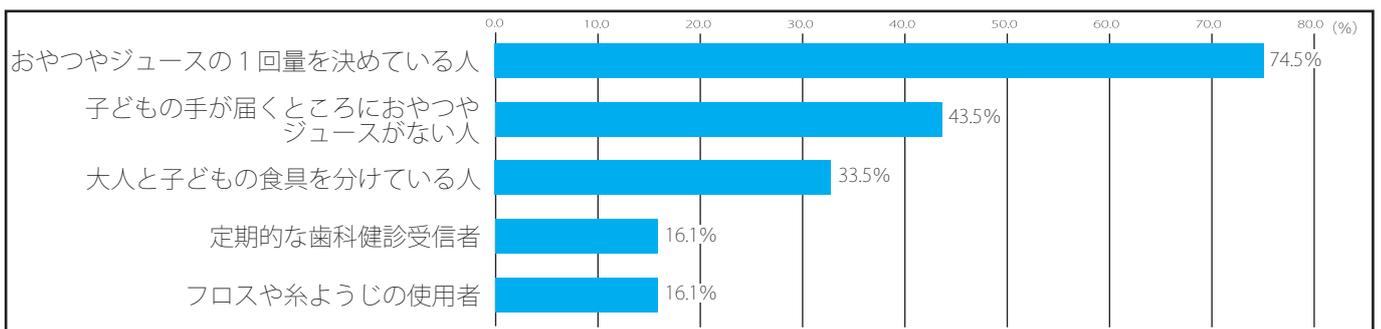
グラフ内の黒線は、毎日ジュースを飲む割合を区切っており、3割の人が毎日ジュースを飲んでいることが分かります。また、週に1～2回ジュースを飲む家庭が最も多いことも分かりました。

ジュースを飲むことで口の中が酸性に傾き、むし歯になりやすくなります。ダラダラ食べ、ダラダラ飲みはむし歯のリスクを高めるので、時間と量を決めることが大切です。

また、果汁入りジュースを飲むのではなく、果物そのものを食べることで、噛むことにより満足感につながります。



【むし歯予防に関する生活実態調査】



上のグラフから、定期的に歯科健診を受診している人や、フロスや糸ようじを使用している人の割合は、16.1%と5人に1人以下という結果になっています。

むし歯を予防するためには、おやつやジュースを食べたり飲んだりする時間と量を決め、長く口の中に甘いものがある状態を避けることが大切です。また、定期的に歯科健診を受診し、普段の歯磨きでは、ブラッシングに加え、フロスや糸ようじなどを使い、幼児のむし歯がしやすい歯と歯の間をしっかりと掃除することも大切です。

- ・ 普段の生活から、むし歯を予防するための行動を心がけましょう！
- ・ パパ、ママだけでなく、おじいちゃん、おばあちゃんも一緒に子どものむし歯を予防しましょう！

問 健康政策課 本3階 「健康おたわら塾」では、さまざまな健康情報をお届けしています。
TEL (23) 7601 さらに詳しく知りたい方は、健康政策課へお問い合わせください。

健康

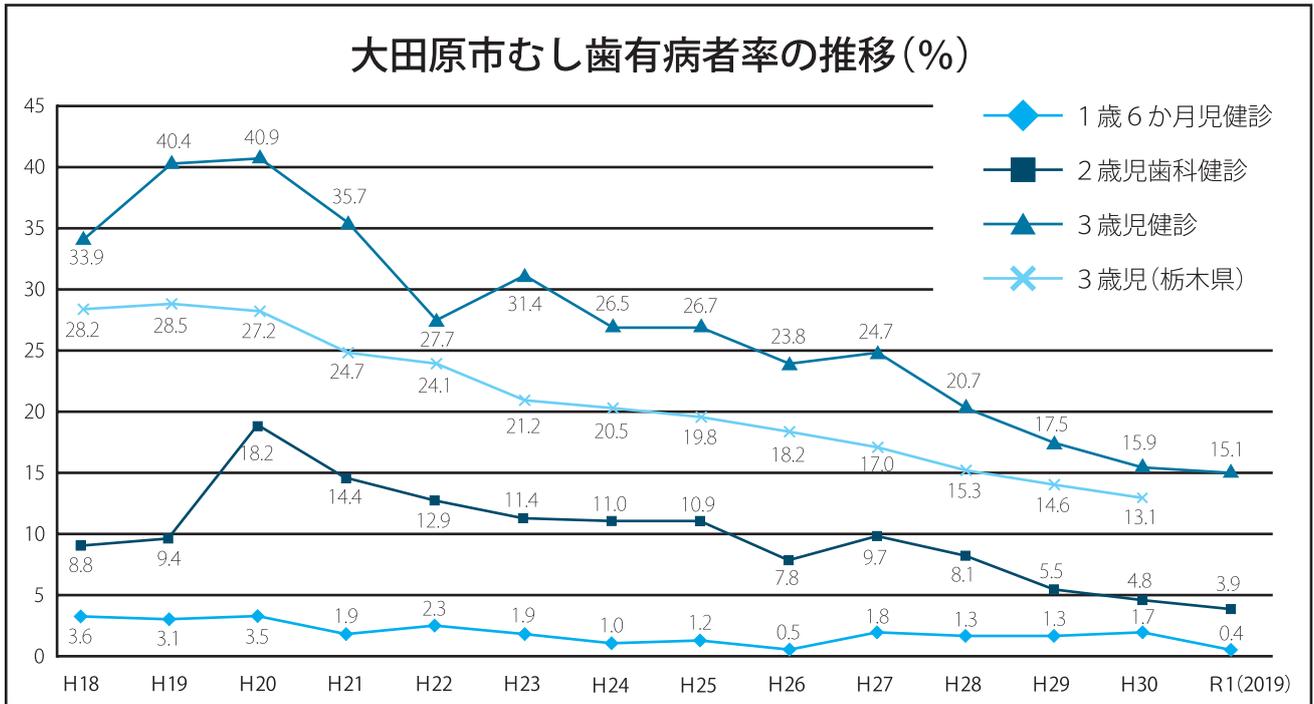
おおたわら塾

大田原市の子どものむし歯について

～2歳児歯科健康診査で実施したアンケート結果から分かったこと～

◎大田原市のむし歯の状況◎

以下のグラフは、平成18年度から令和元年度までの、大田原市のむし歯有病者率と、栃木県の3歳児むし歯有病者率の推移を表したものです。（むし歯有病者率：健診受診者に対するむし歯があった子どもの割合）



（引用：令和元（2019）年度 歯及び口腔の健康づくりに関する報告書）

グラフから、むし歯有病者率はそれぞれの健診において減少していることがわかります。しかし、栃木県の3歳児むし歯有病者率と比較すると、差は縮まっているものの、依然として高い状態が続いており、平成30年度のデータでは、県内25市町の中で8番目にむし歯有病者率が高い結果となっています。

このような結果を踏まえ、本市の幼児のむし歯有病者率を低下させることを目的に、令和元年6月、9月、12月の2歳児歯科健康診査の対象者にアンケート調査を実施し、幼児の生活実態について集計しました。

今回は、その中から、市民の皆さまに知っていただきたいことをまとめました。



【おやつやジュースをあげる人について】※複数回答可

子どもにおやつをあげる人についての調査では、全家庭で両親があげており、続いて祖父母があげる家庭が62.1%という結果でした。祖父母がおやつをあげる家庭も半数以上あることが分かり、両親があげるおやつ以外にも、おやつを食べる機会があることが推測されます。

両親だけでなく、家族全員が子どもの食生活やむし歯予防についての意識を持つことが、子どものむし歯を予防するうえで大切になってきます。

対象者：185人、回答者：161人、回答率：87.0%

