



15歳～79歳の男女10,000人に聞く、「歯科医療に関する一般生活者意識調査 第2弾」

口腔トラブルとプレゼンティーズム※の実態

10代～30代の約半数が 口腔トラブルでパフォーマンス低下を経験

10代・20代は、コミュニケーションや会話、人付き合いなどの対人関係への影響を不安視

公益社団法人日本歯科医師会（所在地：東京都千代田区九段北、会長：高橋 英登）は、全国の15歳～79歳の男女10,000人を対象に「歯科医療に関する一般生活者意識調査」を実施しました。本調査は、当会の広報活動の趣旨である「歯科医療に対する国民の認知度・理解度向上」および「歯科医師や診療に対する評価・イメージの向上」に向け、現状の歯科医療を取り巻く環境や生活者の意識を把握し、今後の広報展開に役立てることを目的に、2005年からほぼ隔年に実施しているもので、今回で10回目になります。同調査結果によって、以下のような実態が明らかになりました。

※本調査では、仕事のみならず家事、学業においても歯や口の問題が原因でパフォーマンスが低下する状態を「プレゼンティーズム」と定義しています。

歯や口の中のトラブルはプレゼンティーズムの要因に！若い世代では対人関係に影響

- ◇ 歯や口の中のトラブルは、「集中力」「生活全般の質」「コミュニケーション・会話」「人付き合い」など日常生活でのパフォーマンス全般の低下に影響。歯や口の中のトラブルは、プレゼンティーズムの要因となっている。
- ◇ 若い世代では、「コミュニケーション・会話」「人付き合い」など対人関係に影響すると考える人が多い。

約4割が歯や口の中のトラブルで日常生活のパフォーマンス低下を実感

- ◇ 日本人の約4割が「この1年間に歯や口の中のトラブルで日常生活のパフォーマンスが落ちたと実感」（41.6%）。
- ◇ 若い世代はパフォーマンス低下を感じる人が約半数（10代46.6%、20代45.9%、30代47.0%）と多い。
- ◇ パフォーマンス低下を感じる歯や口の中のトラブルTOP3、「歯の痛み」「歯に違和感を感じる」「口臭」。
- ◇ パフォーマンス低下を感じる期間、歯の痛みは「2～3日程度」（26.2%）、歯の違和感は「2～3日程度」（23.1%）と比較的短いですが、口臭は4人に1人が「1年以上」（25.5%）もパフォーマンス低下状態に。

「口臭」や「ドライマウス」で歯科医療機関を受診する人は約1割

- ◇ パフォーマンス低下を感じる歯の痛み対策、約6割が「歯科医療機関を受診」（59.4%）している。
- ◇ 口臭対策は「対策グッズを購入」（35.1%）や「やりすごした」（32.3%）。「歯科医療機関を受診」は12.4%。
- ◇ 口の中の渇き・ドライマウス対策は半数以上の58.4%が「やりすごした」状態で、「歯科医療機関を受診」は12.2%。

歯や口の中のトラブルによるパフォーマンス低下は「周りに言いにくい」

- ◇ 「パフォーマンス低下の原因が口腔トラブルによるものだと周りに言いにくい」（39.7%）など、周りから指摘されるより自分自身で不安を感じる傾向に。男性や若年層に多い傾向に。

「歯科医療に関する一般生活者意識調査」調査概要

■実施時期 2024年9月11日（水）～9月13日（金） ■調査手法 インターネット調査 ■調査対象 全国の15歳～79歳の男女1万人

*本調査では、小数第2位を四捨五入しています。そのため、数字の合計が100%とならない場合があります。

口腔トラブルが及ぼす日常生活への影響

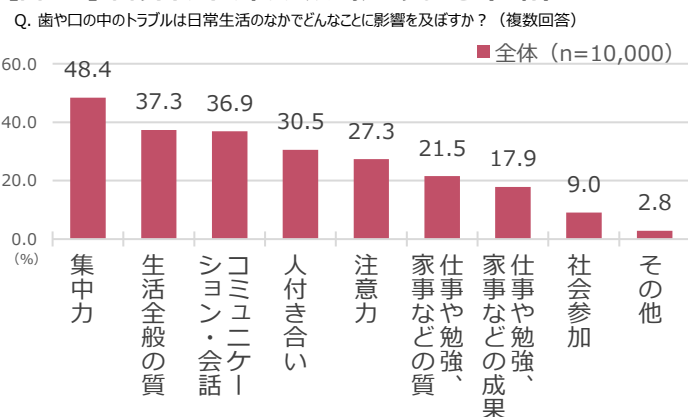
15歳～79歳の男女10,000人を対象にした今回の調査において、歯の健康とプレゼンティズムに関する質問もしました。プレゼンティズムはWHO（世界保健機関）によって提唱された健康問題に起因したパフォーマンスの損失を表す指標で、「欠勤にはいたっておらず勤怠管理上は表に出てこないが、健康問題が理由で生産性が低下している状態」を意味します。

本調査では調査対象者に合わせ、「仕事」を“家事”や“学業”を含む形で広義に捉え、日常的にする仕事や家事、学校での勉強や他者とのコミュニケーションなど、自分が普段当たり前に行っていること全般を“パフォーマンス”と総称。歯や口の中の問題が原因でそれらパフォーマンスが低下する状態を「プレゼンティズム」と定義し、調査・分析を行いました。

歯や口の中のトラブルが影響するのは、「集中力」「生活の質」「コミュニケーション」など日常生活全般に

歯や口の中のトラブルは、日常生活の中でどんなことに影響を及ぼすと思うかと聞くと、「集中力」（48.4%）、「生活全般の質」（37.3%）、「コミュニケーション・会話」（36.9%）、「人付き合い」（30.5%）が上位に挙げられました【図1-1】。歯や口の中のトラブルは、日常生活全般のパフォーマンスを低下させるプレゼンティズムの要因になっているようです。

【図1-1】 歯や口の中のトラブルが影響すること（全体）



これを年代別に見ると、10代・20代は「コミュニケーション・会話」「人付き合い」、30代・40代は「集中力」「コミュニケーション・会話」、50代以降は「集中力」「生活全般の質」が影響を受けやすい分野のTOP2となっています【図1-2】。

日常生活全般のパフォーマンスを低下させ、プレゼンティズムの要因となる歯や口の中のトラブルですが、年代により影響する分野が変化しています。

【図1-2】 歯や口の中のトラブルが影響すること（年代別TOP5）

Q. 歯や口の中のトラブルは日常生活のなかでどんなことに影響を及ぼすか？（複数回答）

	10代 (n=580)	20代 (n=1,234)	30代 (n=1,423)	40代 (n=1,851)
1位	コミュニケーション・会話 46.9	コミュニケーション・会話 46.1	集中力 48.1	集中力 51.7
2位	人付き合い 43.4	人付き合い 43.8	コミュニケーション・会話 44.1	コミュニケーション・会話 38.0
3位	集中力 39.7	集中力 41.2	人付き合い 37.1	生活全般の質 36.6
4位	生活全般の質 20.2	生活全般の質 29.2	生活全般の質 36.4	人付き合い 30.8
5位	仕事や勉強、家事などの質 19.7	注意力 23.1	注意力 27.6	注意力 28.3
	(%)	(%)	(%)	(%)
	50代 (n=1,682)	60代 (n=1,586)	70代 (n=1,644)	
1位	集中力 49.9	集中力 48.3	集中力 51.7	
2位	生活全般の質 39.1	生活全般の質 38.9	生活全般の質 47.6	
3位	コミュニケーション・会話 35.6	コミュニケーション・会話 30.4	注意力 30.0	
4位	注意力 29.3	注意力 27.8	コミュニケーション・会話 26.4	
5位	人付き合い 26.2	人付き合い 24.5	人付き合い 20.1	
	(%)	(%)	(%)	

口腔トラブルによるプレゼンティーズムの実態

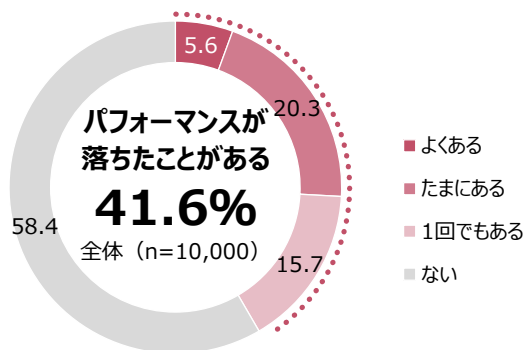
約4割が歯や口の中のトラブルでパフォーマンス低下を痛感、トラブルTOP3は「歯の痛み」「歯の違和感」「口臭」

プレゼンティーズムの要因となる歯や口の中のトラブルですが、どれぐらいの人が影響を受けているのか聞いてみました。

歯が痛くなる、歯ぐきが腫れる、歯の詰めものがとれる、歯にものが挟まる、口の中が渇く、口臭が気になるなどの「歯や口の中のトラブル」で、この1年の間に日常生活のパフォーマンスが落ちたと感じたことがあるかと聞くと、全体の41.6%（よくある5.6%+たまにある20.3%+1回でもある15.7%）が、歯や口の中のトラブルが原因となりパフォーマンスの低下を感じています【図2-1】。その要因となった症状を聞くと、「歯の痛み」（38.0%）、「歯に違和感を感じる」（36.2%）、「口臭」（28.4%）が上位に挙げられました【図2-2】。

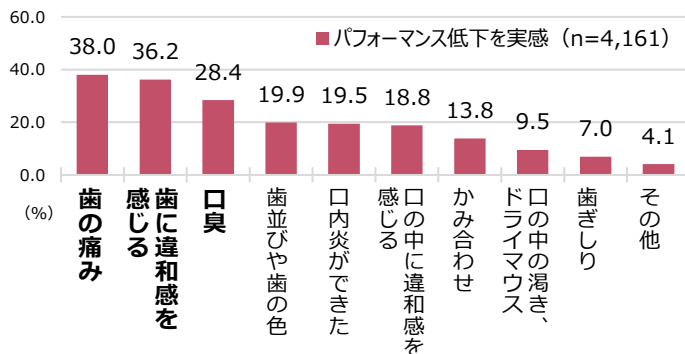
【図2-1】 歯や口の中のトラブルで
パフォーマンスが低下した経験（全体）

Q.この1年間に「歯や口の中のトラブル」で日常生活のパフォーマンスが落ちたと感じるか？



【図2-2】 パフォーマンス低下の要因となる
歯や口の中のトラブル（全体）

Q. 日常生活のパフォーマンスが落ちた要因となる歯や口の中のトラブルとは？（複数回答）

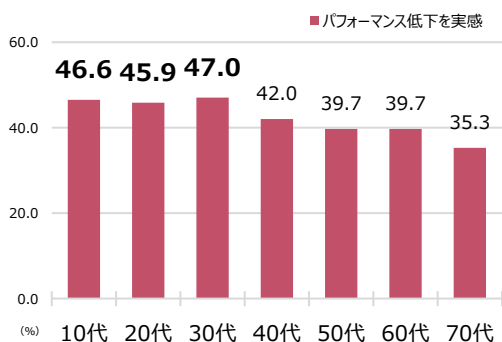


30代以下の若い世代では半数近くがパフォーマンス低下を感じている

上記の結果を年代別に見ると、歯や口の中のトラブルが原因となりパフォーマンスの低下を感じるのは、10代46.6%、20代45.9%、30代47.0%と若い世代の方が多くなっています【図3-1】。その要因となった症状は、10代は「口臭」「歯並びや歯の色」、20代・30代は「歯の痛み」「口臭」、40代・50代は「歯の痛み」「歯に違和感を感じる」、60代・70代は「歯に違和感を感じる」「歯の痛み」がそれぞれ上位となっています【図3-2】。

【図3-1】 歯や口の中のトラブルで
パフォーマンスが低下した経験（年代別）

Q.この1年間に「歯や口の中のトラブル」で日常生活のパフォーマンスが落ちたと感じるか？（スコアは「よくある」「たまにある」「1回でもある」の合計値）



10代 (n=580) 20代 (n=1,234) 30代 (n=1,423) 40代 (n=1,851)
50代 (n=1,682) 60代 (n=1,586) 70代 (n=1,644)

【図3-2】 パフォーマンス低下の要因となる歯や口の中のトラブルTOP5（年代別）

Q. 日常生活のパフォーマンスが落ちた要因となる歯や口の中のトラブルとは？（複数回答）

年代	1位	2位	3位	4位	5位
10代 (n=270)	口臭 42.6	歯並びや歯の色 35.2	歯の痛み 32.2	歯に違和感を感じる 23.7	口内炎ができた 18.9
20代 (n=566)	歯の痛み 38.5	口臭 36.7	歯並びや歯の色 28.6	歯に違和感を感じる 28.6	口内炎ができた 23.1
30代 (n=669)	歯の痛み 39.2	口臭 38.3	歯に違和感を感じる 33.3	歯並びや歯の色 24.2	口内炎ができた 22.6
40代 (n=778)	歯の痛み 41.1	歯に違和感を感じる 33.7	口臭 31.5	歯並びや歯の色 20.6	口内炎ができた 18.5
50代 (n=668)	歯の痛み 38.9	歯に違和感を感じる 37.7	口臭 25.1	口内炎ができた 21.3	口の中に違和感を感じる 19.9
60代 (n=630)	歯に違和感を感じる 43.3	歯の痛み 35.1	口の中に違和感を感じる 20.6	口臭 19.4	口内炎ができた 16.8
70代 (n=580)	歯に違和感を感じる 46.4	歯の痛み 37.1	口の中に違和感を感じる 24.3	かみ合わせ 22.1	口内炎ができた 14.7

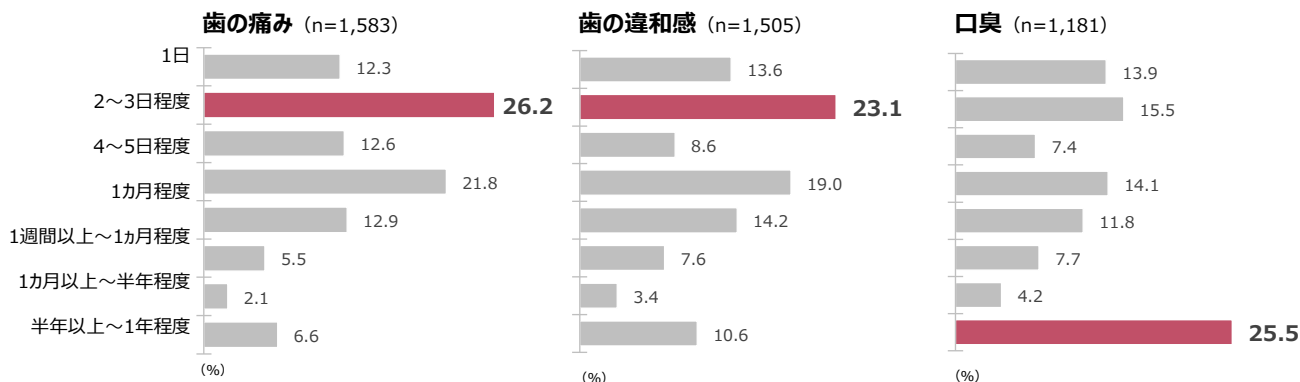
口腔トラブルの実態①

痛みや違和感は2～3日だが、口臭は…

パフォーマンス低下の要因となる「歯の痛み」「歯の違和感」「口臭」について、パフォーマンスが低下した期間を聞きました。歯の痛みは「2～3日程度」（26.2%）、歯の違和感は「2～3日程度」（23.1%）が多く、比較的短い結果でした。一方、口臭は「1年以上」と答えた人が25.5%と多く、パフォーマンスが低下したまま長期化している人も少なくないようです〔図4〕。

【図4】 歯や口の中のトラブル別、パフォーマンスが低下する期間（全体）

Q. 歯や口の中の問題はどのくらいの期間、日常生活のパフォーマンスを低下させたか？

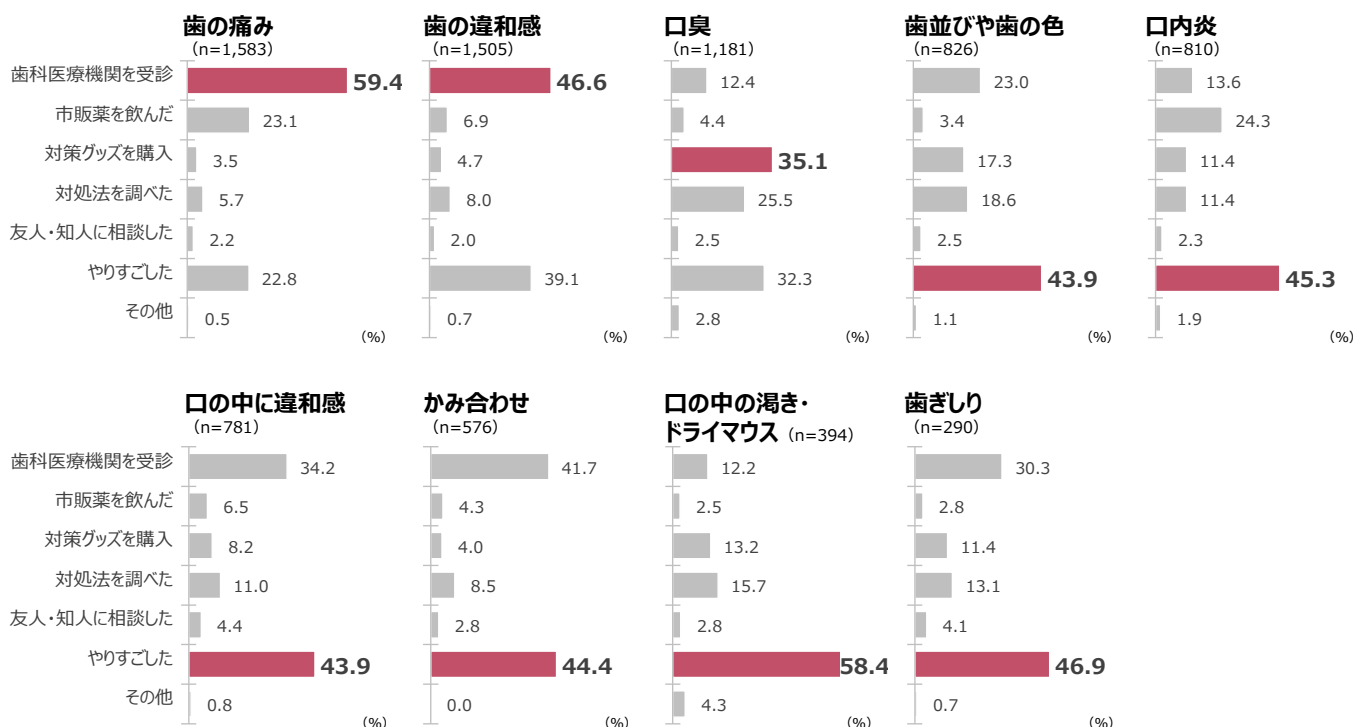


「歯の痛み」「歯の違和感」は歯科医療機関を受診するものの、「口臭」で歯科医療機関を受診する人は12.4%

パフォーマンス低下の要因となる症状に対しどのような対処方法を行ったかと聞くと、「歯の痛み」や「歯の違和感」は「歯科医療機関を受診した」が最も多いのに対し、「口臭」は「対策グッズを購入」が多く、歯科医療機関を受診した人は12.4%でした。また、「口の中の渇き・ドライマウス」については、「やりすぎた」と答えた人が58.4%と多くなっています〔図5〕。

【図5】 歯や口の中のトラブル別、対処方法

Q. 歯や口の中の問題にどのように対処したか？（複数回答）



口腔トラブルの実態②

歯や口の中のトラブルでパフォーマンス低下時に「周りの人に言いにくい」と感じる人が約4割

他人からの指摘より自分で思い悩む傾向があり、男性や若年層に多い

前述 [図2-1] で、この1年の間に日常生活のパフォーマンスが落ちたと感じたことがあると答えた4,146人に、その際に感じたことを聞きました。すると、実際に周囲から指摘を受けた人は、「口腔トラブルによるパフォーマンスの低下を自覚したとき、周りからもパフォーマンスが低下しているのでは…と指摘を受けたことがある」27.1%（よくある7.2% + 1回以上ある19.9%）、「口腔トラブルによるパフォーマンスの低下であるが、周りから怠惰や無関心だと誤解されたこと」24.2%（よくある6.1% + 1回以上ある18.0%）でした。

一方、自らが周囲を気にしている人は、「パフォーマンスの低下の原因が、口腔トラブルによるものだと周りに言いにくかった」39.7%（よくある11.4% + 1回以上ある28.3%）、「口腔トラブルによるパフォーマンスの低下であるが、周りから怠惰や無関心と誤解されているのではないかと心配になった」が30.5%（よくある7.9% + 1回以上ある22.6%）と、多くなっています。

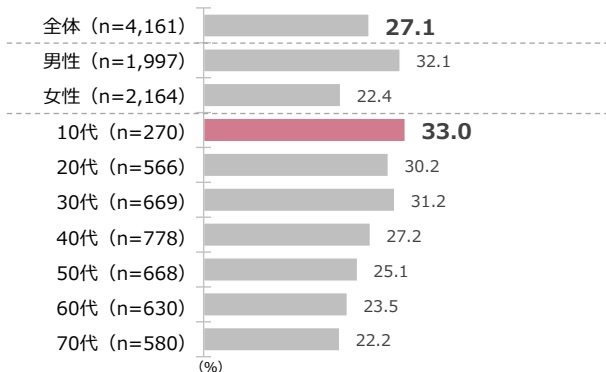
男女別で見ると、周りからの指摘や誤解、自身での心配も総じて男性の方が、年代別では若い世代の方が高くなっています。歯や口の中のトラブルでパフォーマンス低下を感じる人は、他人からの指摘より自身で不安を感じる傾向があり、男性や若年層に多い傾向が見られました [図6]。

【図6】パフォーマンス低下で感じたこと

Q. 歯や口の中のトラブルでのパフォーマンス低下で感じことは？（対象は歯や口の中の問題でパフォーマンスの低下を感じたことがあると答えた4,161人/スコアは「よくある」「1回以上ある」の合計値）

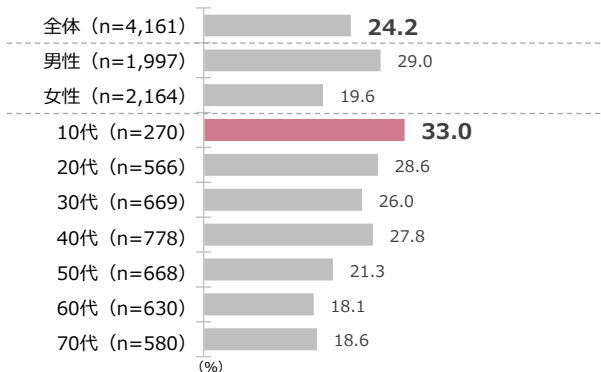
周囲からの指摘①

口腔トラブルによるパフォーマンスの低下を自覚したとき、周りからもパフォーマンスが低下しているのでは…と指摘を受けたことがある



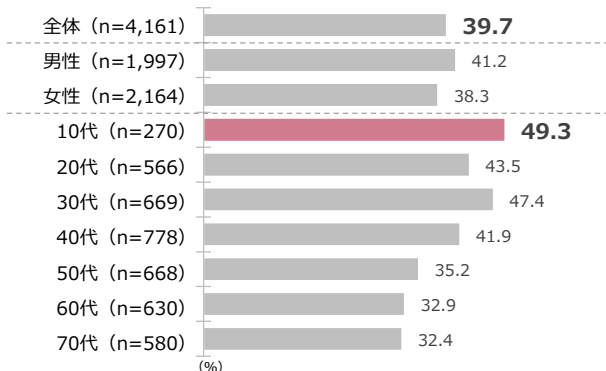
周囲からの指摘②

口腔トラブルによるパフォーマンスの低下であるが、周りから怠惰や無関心だと誤解された



自身での不安①

「パフォーマンスの低下の原因が、口腔トラブルによるものだと周りに言いにくかった



自身での不安②

口腔トラブルによるパフォーマンスの低下であるが、周りから怠惰や無関心と誤解されているのではないかと心配になった

