

11月8日はいい歯の日！

全国の10～70代の男女1,000人に聞く
「歯科診療」および「歯科医師」に関する第5回意識調査

新型コロナで、歯や口内の健康リスクがアップ？
新型コロナウイルス感染拡大で、約6割が歯科受診を控えたいと回答

この人に診てほしい・・・「理想の歯科医師像」
男性は **福山雅治**さん、女性は **天海祐希**さん

一般社団法人日本私立歯科大学協会（東京都千代田区）は、11月8日の「いい歯の日」を前に、幅広い世代（10～70代）の男女1,000人に対して、「歯科診療」および「歯科医師」に関する意識調査を実施しました。前回2016年に続く今回は、5回目の調査となります。

◆調査期間：2020年9月16日（水）～9月18日（金） ◆調査対象：10～70代の男女1,000人

新型コロナで、歯や口内の健康が損なわれやすい状況に

- ◆ コロナ感染拡大で、61.7%が「歯科受診や健診を控えたい、できれば控えたい」と回答。
- ◆ これまで歯科医院でコロナ感染が起こっていないことを、73.8%が「知らなかった」。
- ◆ 「マスクをするようになって、笑ったり、口を大きく動かすことが少なくなった」（44.3%）、
「マスクをするようになって、歯の健康や口臭を気にすることが減った」（25.4%）など、
コロナ以降、歯や口内の健康が損なわれやすい状況になっている。

かかりつけ歯科医院がある人は約7割、前回調査から6ポイントUP

- ◆ かかりつけの歯科医院がある人は70.1%。前回調査（2016年）から6ポイント上昇。
- ◆ かかりつけの歯科医院の満足度は約80点（79.5点）。

理想の歯科医師像は 男性**福山雅治**さん、女性**天海祐希**さん

- ◆ 理想の歯科医師の条件は「高い技術」（74.0%）、「丁寧な治療」（72.7%）、「人柄・優しさ」（70.1%）。
- ◆ 有名人に例えると、男性では「福山雅治」さん、女性では「天海祐希」さん。

※本調査は、一般社団法人日本私立歯科大学協会からの委託を受けて、(株)電通パブリックリレーションズが実施しました。

①コロナ禍での歯科受診について

新型コロナウイルスの感染が拡大する状況下での歯科受診について調査を実施。新型コロナウイルス感染が広がっている時期(2020年2月～8月)の歯科受診・歯科定期健診に関して聞いたところ、「感染拡大中に受診・健診を控え、現在も実施していない」人が、「歯科受診」で19.8%、「歯科定期健診」で21.4%といずれも約5人に1人となりました。

そこで、あらためて「新型コロナウイルス感染が広がっていることで、あなたは、歯科受診や歯科定期健診を受けることについて、どのように感じていますか?」と聞くと、61.7%が「歯科受診や健診を控えたい／できれば控えたい」と回答。その理由としては、「口をあける必要があるため、感染リスクがあると思うため」(63.2%)が1位、「歯科医師や歯科衛生士と近い距離で治療や検査を受けるため、感染リスクがあると思うから」(54.0%)が2位に。感染を懸念して、歯科受診や健診に消極的な姿勢になっているようです。

しかし、2020年9月時点で、歯科医院で新型コロナウイルスの感染は起こっていません。このことを知っていたかを聞いた質問では73.8%と大多数が「知らなかった」と答えています。

また、新型コロナウイルスの感染が拡大し、マスクの着用が日常的になってからのことを聞いた質問では、「マスクをするようになって、歯の健康や口臭を気にすることが減った」(25.4%)人が4人に1人という結果に。そのほか、コロナ以降、「在宅時間が増えて、間食や、晩酌など、食べたり飲んだりしている時間が増えた」人も43.3%に上っており、新型コロナウイルスの感染拡大状況下は、歯や口内の健康を損ないやすい環境であるといえそうです。

② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態

「歯科医院への通院経験」を聞いたところ、**97.3%**と大多数が「通院したことがある」と回答。そのうち約7割（**65.8%**）が「約1年以内に通院した」と答えています。また、通院経験がある方（973人）が「歯科医院に通う（通った）目的」としては、「むし歯の治療」（46.1%）、「歯のクリーニング（歯垢・歯石除去）」（34.6%）、「むし歯の予防」（24.5%）などが上位となりました。さらに、「主にどのような時に歯科医院に行きますか？」という質問では、「定期健診などで定期的に受診している」が**38.9%**でトップに。前回（2016年）の30.3%と比べても8ポイント以上の上昇がみられ、定期的な歯科受診の考え方が広がっている様子がうかがえます。

次に、「かかりつけの歯科医院があるか」を聞いたところ、**70.1%**が「ある」と回答。こちらも前回（64.3%）と比べると約6ポイント上昇しており、かかりつけ歯科医の普及が進んでいる様子がうかがえます。なお、「かかりつけになってからの年数」は平均で約**8.9年**、「かかりつけの歯科医院の満足度」は**全体平均で約80点（79.5点）**に上りました。また、「かかりつけの歯科医院があることのメリット」を聞いた質問では、「安心して治療が受けられる」が**65.8%**で最多に。こうした安心感が、かかりつけ医師との長い付き合いや、高い満足度につながっているのかもしれませんが。さらに、「かかりつけの歯科医院を選ぶ際、重視したこと」については、「立地がよい」（59.4%）に次いで、「歯科医師の人柄がよい」が54.1%となりました。「通いやすさ」だけでなく、「歯科医師の人物像」を重視している人が多いことが分かります。

また、高齢化が進む日本社会においては、将来的に、通院ではなく、歯科医師や歯科衛生士が自宅に来て診療する「訪問（在宅往診）歯科診療」の需要が増えていくと考えられます。現時点での利用・認知状況を聞くと、訪問（在宅往診）歯科診療を自分または家族が利用したことがある人は10.7%となりました。さらに、認知率についても、半数近く（47.0%）に上っています。

続いて、「歯科医師のイメージ」について調査を実施。その結果、歯科医師は「清潔だ」（91.6%）、「丁寧だ」（85.1%）、「信頼できる」（83.2%）、「やさしい」（77.7%）などの回答が多く挙がりました。なお、職業として捉えた場合では、「収入が高い仕事」（90.9%）、「やりがいがある仕事」（87.0%）、「尊敬される仕事」（85.9%）などが上位に。一方で、その責任の重大さからか、「ハードな仕事」（78.3%）というイメージを持つ人も多いようです。また、「歯科医師は、子どもや孫になってほしい職業」と答えた人も半数以上（50.1%）に上っています。

さらに、自身が考える「理想の歯科医師」について質問すると、「高い技術で治療をしてくれる」が**74.0%**で最多に。以下、「丁寧な治療をしてくれる」（72.7%）、「人柄がよい・優しい」（70.1%）と続きました。また、「この人が歯科医師だったら、診てもらいたいと思う有名人」について聞くと、男性では福山雅治さん（30票）、女性では天海祐希さん（68票）に支持が集まりました。

③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態

「口内環境・オーラルケア」に関しては、まず「自身の歯の本数」について質問しました。永久歯は全部で28本であり、親知らずが4本あると合計32本になります。これを踏まえて、年代別に回答を見ると、10代では平均28.4本ですが、その後、年齢が上がるにつれて平均本数が減っていき、50代では25.0本、60代では24.1本、70代では21.8本がそれぞれの平均値となりました。

次いで、現在の「歯や口腔の悩み」を聞くと、「食べ物がはさまる」(29.8%)、「歯並び・噛み合わせ・すき歯」(24.2%)、「むし歯がある」(23.3%)、「歯垢・歯石が多い」(23.2%)などが上位に。また、自分の「歯や口腔の健康に対する自信」を質問すると、「自信がある」と答えた人は27.0%にとどまり、残りの約7割(73.0%)は「自信がない」と答えました。こうした「歯や口腔の健康に対する自信」は、口腔内以外の健康面や精神面にも大きく影響するようで、前問で「自信がある」と答えたグループと「自信がない」グループでは、「健康である」と思うかどうかで28.4ポイント、「滑舌がいい」かで28.2ポイント、「毎日が充実している」かで25.2ポイントの差が生じています。

一方で、「他人の口内環境で気になる点」としては、「口臭が強い」(68.3%)が最も多く、以下、「タバコのヤニ・茶渋の沈着・歯の黄ばみ」(59.6%)、「歯並び・すき歯・噛み合わせが悪い」(56.7%)、「歯垢・歯石が多い」(56.1%)などの回答が目立っています。

次に、「オーラルケア」について質問しました。オーラルケアとは、口腔内のケア、つまり歯や歯ぐき、舌などを清潔にし、健康的に保つことを指します。まず、「自分でやっているオーラルケア」について聞くと、「歯ブラシで歯磨き」(87.3%)のほか、「歯間ブラシやフロスを使用する」(41.0%)、「自分に合った歯ブラシを選ぶ」(35.0%)、「マウスウォッシュを使用する」(26.7%)などが上位となりました。続いて、「歯科医院でのオーラルケア」について聞いた質問では、「必要だと思うので、実際に受けている」が45.3%と半数近くに。前回の34.6%と比べても10ポイント以上増えており、歯科医院でのオーラルケアが普及していることが分かります。なお、歯科医院で実際にオーラルケアを受けていると回答した人(453名)にその内容を聞くと、「歯垢・歯石除去、機械による清掃」(85.2%)が最多で、以下、「むし歯のチェック」(68.4%)、「歯周病チェック・予防」(58.7%)、「歯磨き指導」(55.6%)と続きました。さらに年代別でも違いが見られ、10代では「フッ素塗布」が35.6%と、全体平均(23.4%)を大きく上回っているほか、50代では「歯周病チェック・予防」(70.3%)の回答、70代では「義歯のメンテナンス」(20.7%)の回答が目立っています。

「歯や口腔の健康についての考え」を聞いた質問では、「歯や口腔を健康に保つことが全身の健康にとって大切である」と回答した人が95.9%という結果に。また、「自分の歯で食事を行うことが、『健康長寿』において重要だ」(93.8%)、「歯や口腔を健康に保つことは、体の老化を防止することに役立つ」(91.4%)と回答した人も多く、それぞれ9割を超えています。

①コロナ禍での歯科受診について・・・感染拡大中の歯科受診・定期健診

◆新型コロナウイルスの影響で、「受診、健診を控え、現在も実施できていない」人は5人に1人。

◆一方で、「緊急事態宣言中など、一時期控えていたものの、既に再開・実施した」人も約2割。

新型コロナウイルス感染が広がっている時期(2020年2月～8月)の歯科受診・歯科定期健診に関して質問しました。

その結果、「感染拡大中、受診・健診を控え、現在も実施していない」人が歯科受診で19.8%、歯科定期健診で21.4%に[図表1]。いずれも約5人に1人が、受診・健診を控え、現在もなお実施できないままになっています。

その一方で、「緊急事態宣言発令期間中など、一時期、控えたが、現在はずでに再開・実施した(治療再開あるいは開始)」人も一定数おり、歯科受診・歯科定期健診ともに18.9%となっています。

新型コロナウイルス感染が広がっている時期(2020年2月～8月)に歯科受診の予定があった人574人でみると、「感染拡大中、歯科受診を控え、現在も実施していない」人が34.5%、「一時期控えたが現在は、受診を再開した」人が32.9%、「感染拡大中であっても受診を控えなかった」人が32.6%とほぼ三分分される結果となりました。

▼図表1:「コロナ状況下での歯科受診」

	て(え感 い治、染 る療現拡 ～)中大 断も中 、実、 あ施受 るし診 いて・ はい健 我な診 慢いを し控	療はど緊 再す、急 開で一事 あに時態 る再期宣 い開、言 は・控発 開実え令 始施た期 ～)しが間 た、中 (現な 治在	か診感 つ・染 た健拡 ～)診大 予を中 定控で 通えあ りるつ 実こて 施とも しは、 たな受 ～)	予 定科 は受 な診 かの つ予 た定 や 定期 検診 の
歯科受診(n=1000)	19.8%	18.9%	18.7%	42.6%
歯科定期健診(n=1000)	21.4%	18.9%	16.7%	43.0%

① コロナ禍での歯科受診について…受診・健診を控えたいか

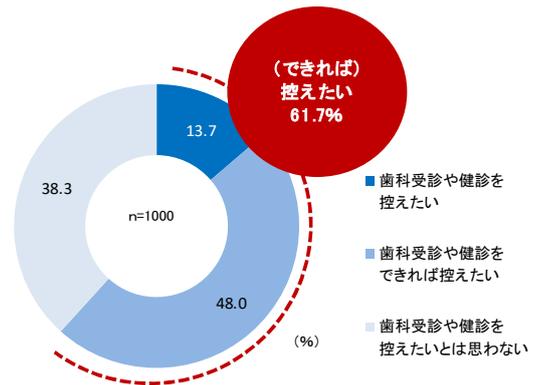
◆約6割が、新型コロナウイルス感染拡大で「歯科受診・健診を控えたい」。
 ◆一方で、「歯科医院でコロナ感染が起こっていないことを知らなかった人」が約74%に上る。

そこで、あらためて「新型コロナウイルス感染が広がっていることで、あなたは、歯科受診や歯科定期健診を受けることについて、どのように感じていますか？」と聞くと、61.7%が「歯科受診や健診を控えたい／できれば控えたい」と回答しています[図表2]。

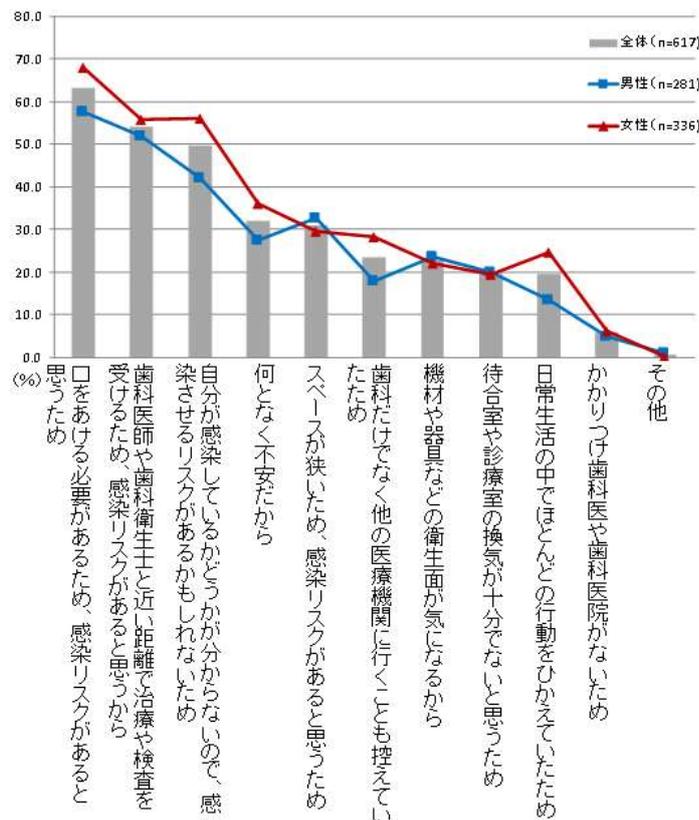
「控えたい／できれば控えたい」と回答した方(617人)にその理由を聞くと、「口をあける必要があるため、感染リスクがあると思うため」(63.2%)、「歯科医師や歯科衛生士と近い距離で治療や検査を受けるため、感染リスクがあると思うから」(54.0%)などの回答が目立ちました[図表3]。感染を懸念して、歯科受診や健診に消極的な姿勢を見せる人が多いようです。

しかし、2020年9月時点で、歯科医院で新型コロナウイルスの感染は起こっていません。このことを知っていたかを聞いた質問では73.8%と大多数が「知らなかった」と答えています[図表4]。

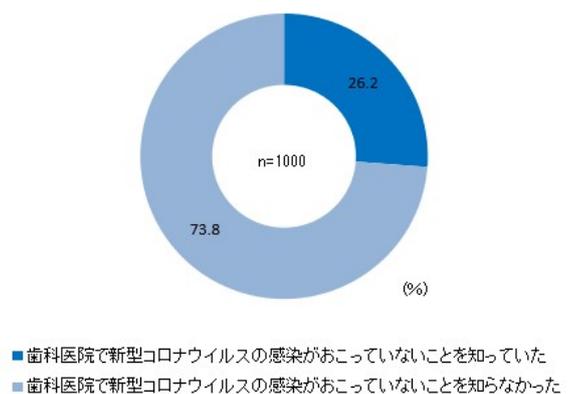
▼図表2:「コロナ状況下での歯科受診・健診意向」



▼図表3:「歯科受診や健診を控えたい理由」



▼図表4:「歯科医院でのコロナ感染状況の認知」



①コロナ禍での歯科受診について…コロナによる行動変化が歯・口におよぼす影響

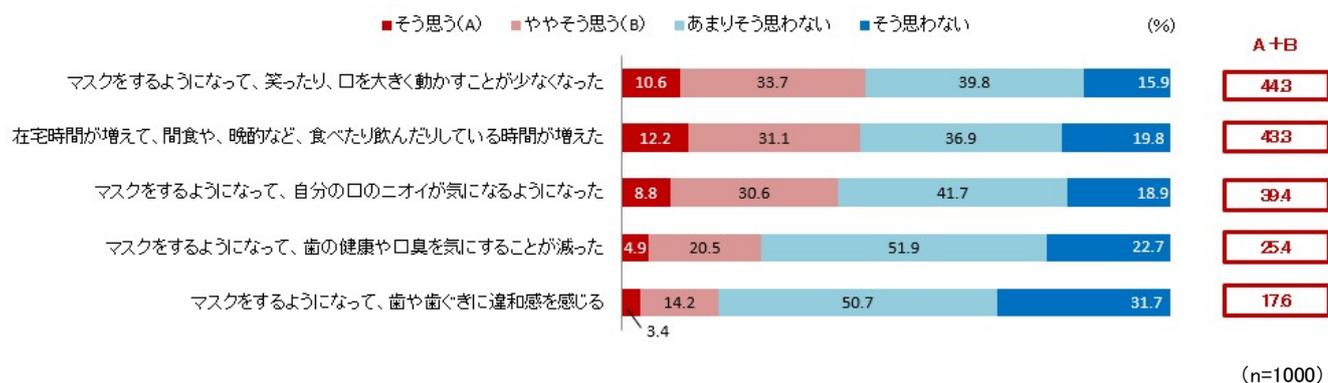
◆コロナ以降、マスクの着用が日常的になり、歯や口内の健康を損ないやすい状況になっている。

◆「歯の健康や口臭を気にすることが減った」人も約4人に1人。

また、新型コロナウイルスの感染が拡大後の生活変化を聞いたところ、「マスクをするようになって、笑ったり、口を大きく動かすことが少なくなった」(44.3%)、「マスクをするようになって、自分の口のニオイが気になるようになった」(39.4%)が約4割に上りました。また、「マスクをするようになって、歯の健康や口臭を気にすることが減った」(25.4%)という人も約4人に1人います[図表5]。

このほか、コロナ禍で、「在宅時間が増えて、間食や、晩酌など、食べたり飲んだりしている時間が増えた」人も4割以上(43.3%)おり、新型コロナウイルスの感染拡大状況下は、歯や口の中の健康を損ないやすい環境にあるといえそうです。

▼図表5:「コロナによる行動変化が歯・口におよぼす影響」



② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態・・・歯科医院とのつきあい方

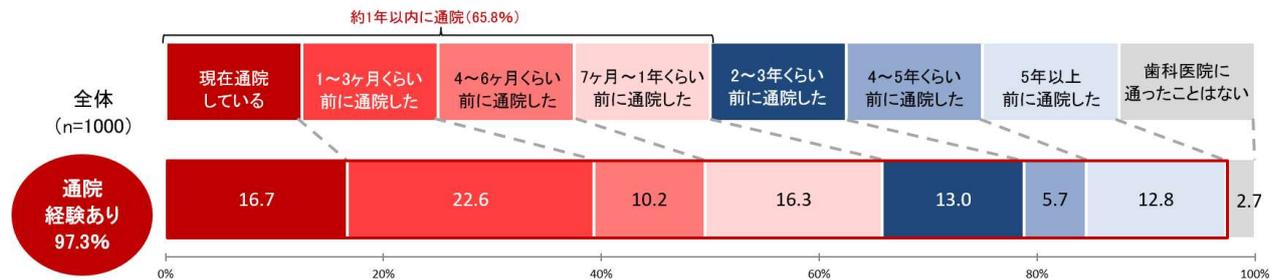
- ◆「約1年以内に歯科医院へ通院した人」が約7割(65.8%)。
- ◆「歯科医院に通う目的」は「むし歯の治療」(46.1%)、「歯のクリーニング」(34.6%)、「むし歯の予防」(24.5%)など。

「歯科医院への通院経験」を聞いたところ、97.3%と大多数が「通院したことがある」と回答。通院経験のない人は2.7%と極めて少ない結果となりました。また、「約1年以内に通院した」人の合計値は約7割(65.8%)、そのうち「現在通院している」人も16.7%に上っています[図表6]。

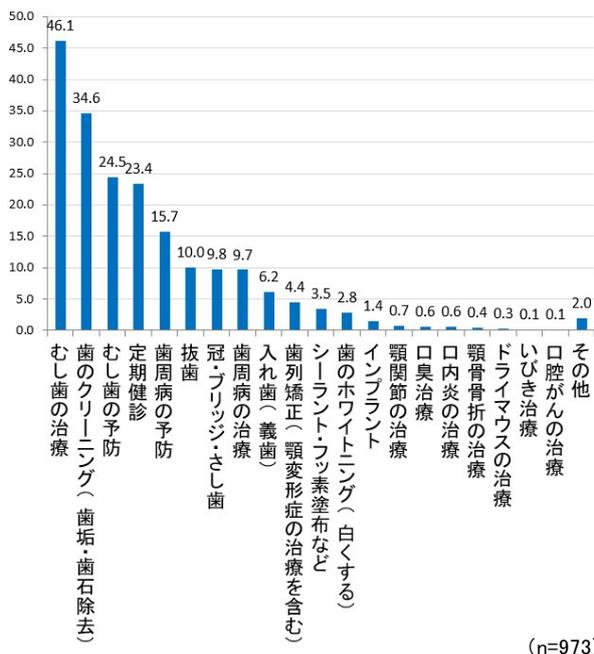
「歯科医院に通う(通った)目的」としては、「むし歯の治療」(46.1%)が最多となったほか、「歯のクリーニング(歯垢・歯石除去)」(34.6%)、「むし歯の予防」(24.5%)、「定期健診」(23.4%)など、クリーニングや予防目的で歯科医院を利用するという声も目立っています[図表7]。

また、「主にどのような時に歯科医院に行きますか?」という質問でも、「定期健診などで定期的に受診している」が38.9%でトップに[図表8]。前回(2016年)の30.3%と比べても8ポイント以上の上昇が見られ、定期的な歯科受診の考え方が広がっている様子がうかがえます。

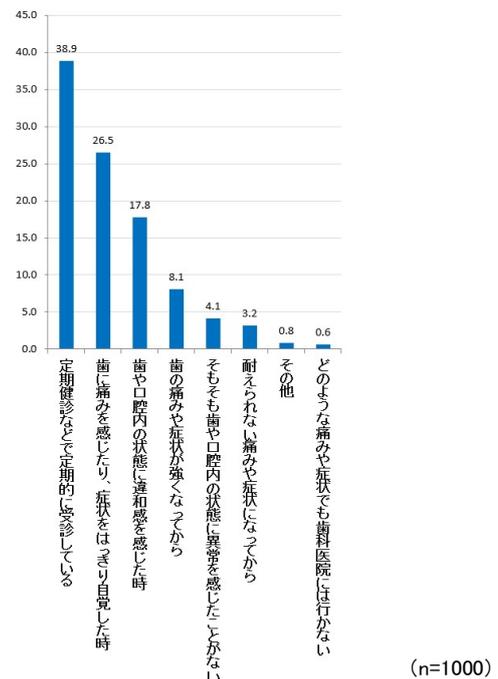
▼図表6:「歯科医院への通院経験」



▼図表7:「歯科医院に通う(通った)目的」



▼図表8:「どのような時に歯科医院に行くか」



② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態・・・かかりつけ歯科医院とのつきあい方

◆約7割が「かかりつけの歯科医院」があると回答、前回より6ポイント上昇。

◆かかりつけになってからの年数は、平均「8.9」年。

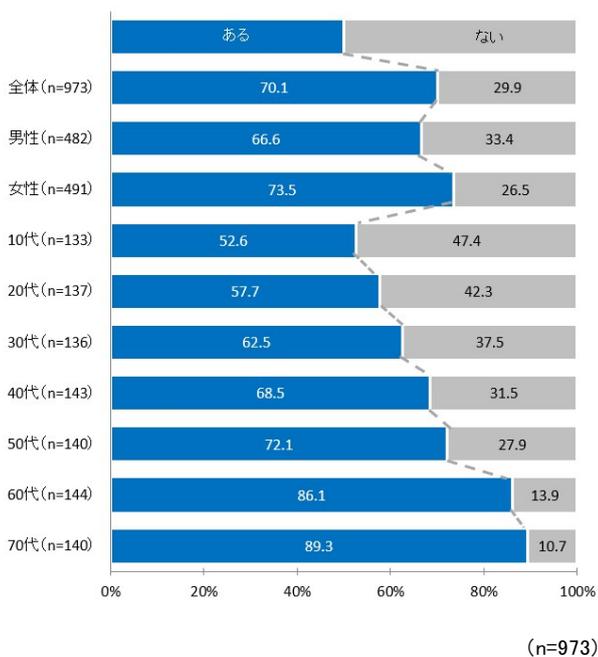
◆かかりつけの歯科医院の「満足度」は、どの年の調査でも約80点で高め安定。

「歯科医院への通院経験がある」と答えた方(973人)に、「かかりつけの歯科医院があるか」を聞いたところ、70.1%が「ある」と回答しています[図表9]。前回(64.3%)と比べると約6ポイント上昇しており、かかりつけ歯科医の普及が進んでいる様子がうかがえます。性別では、男性(66.6%)よりも、女性(73.5%)の方が、かかりつけの歯科医院がある人が多い傾向にあるようです。また、年代が高くなるにつれて、かかりつけの歯科医院が「ある」と回答する割合が増える傾向にあり、60代では86.1%、70代では89.3%が「ある」と答えています。

なお、「かかりつけになってからの年数」は、全体平均で「8.9年」となりました。年代別に見ると、20代が「5.9年」で最も年数が少なく、70代が「11.7年」と最も多い年数を回答しています[図表10]。

さらに、かかりつけの歯科医院の「満足度」を聞くと、全体平均で「約80点(79.5点)」となりました。性別や年代による違いはほとんど見られず、どの世代でも80点前後の点数がつけられています。なお、前回、前々回と比較しても、歯科医院への満足度は約80点で常に高めで安定しているようです[図表11]。

▼図表9:「かかりつけの歯科医院の有無」



▼図表10:「かかりつけになってからの年数」

		n	平均値
全体		682	8.9
性別	男性	321	8.4
	女性	361	9.3
年代	10代	70	7.7
	20代	79	5.9
	30代	85	6.0
	40代	98	6.9
	50代	101	9.5
	60代	124	11.5
	70代	125	11.7

(年)

▼図表11:「かかりつけ歯科医院の満足度」

		n	満足度
全体		682	79.5
性別	男性	321	80.1
	女性	361	79.0
年代	10代	70	85.7
	20代	79	81.3
	30代	85	80.4
	40代	98	78.0
	50代	101	75.7
	60代	124	76.9
	70代	125	81.0
第4回(2016年)全体		610	80.3
第3回(2012年)全体		594	79.7

② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態・・・かかりつけ歯科医院のメリット・選ぶ基準

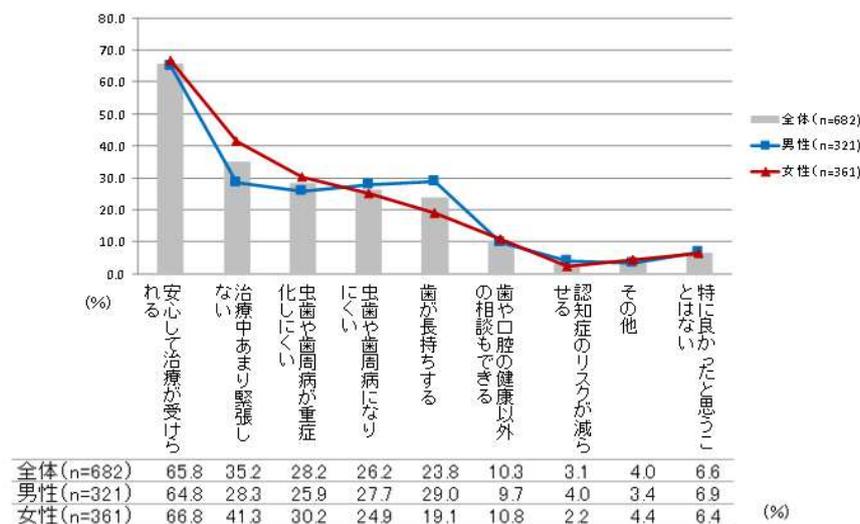
◆かかりつけ歯科医院のメリットは「安心して治療が受けられる」が最多。

◆かかりつけ歯科医院を選ぶ際には、「立地」だけでなく「人柄」や「技術」も重要。

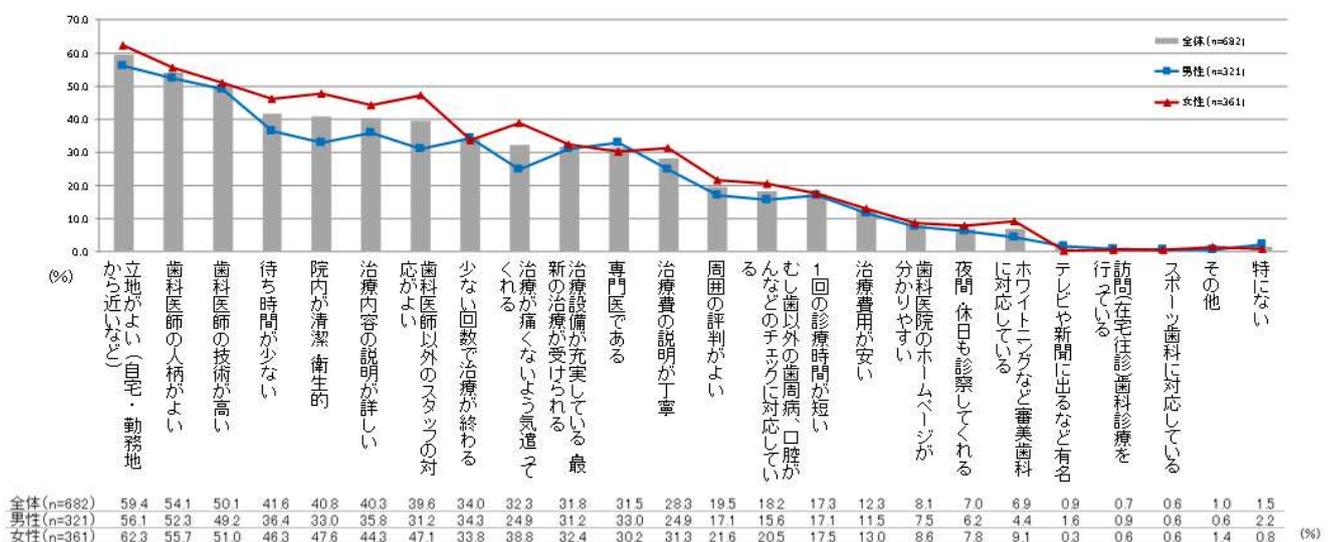
かかりつけの歯科医院がある方(682人)にそのメリットを聞くと、「安心して治療が受けられる」(65.8%)が最多となり、以下、「治療中あまり緊張しない」(35.2%)、「虫歯や歯周病が重症化しにくい」(28.2%)、「虫歯や歯周病になりにくい」(26.2%)、「歯が長持ちする」(23.8%)と続きました。精神的な安心感はもちろんのこと、治療の経過や口腔状態が分かっていることで、適切な治療が受けられると考える人が多い様子が見えられます[図表12]。

また、「かかりつけ歯科医院を選ぶ際の重視ポイント」についての質問では、「立地がよい」(59.4%)に次いで、「歯科医師の人柄がよい」が54.1%、「歯科医師の技術が高い」が50.1%となりました[図表13]。「通いやすさ」だけでなく、「歯科医師の人物像や技術」を重視している人が多いことが分かります。

▼図表12:「かかりつけの歯科医院があるメリット」



▼図表13:「かかりつけ歯科医院を選ぶ際の重視ポイント」



② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態・・・訪問(在宅往診)歯科診療

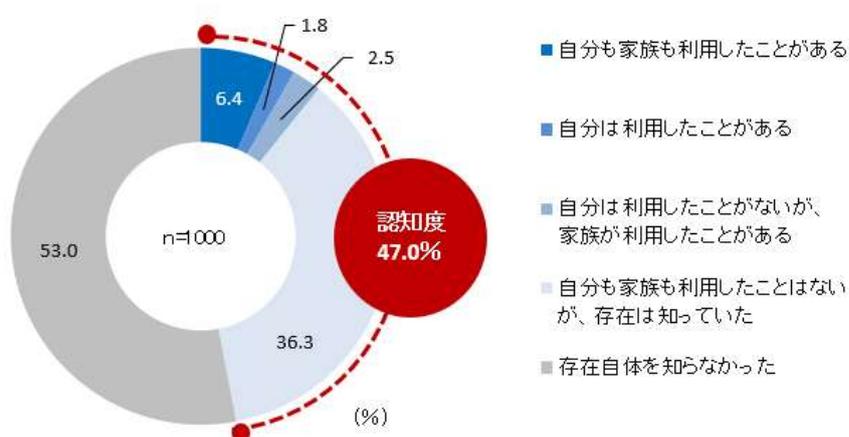
◆ 高齢化社会において重要視される訪問(在宅往診)歯科診療。

半数近くが認知。自分または家族が利用したことがある人は約10人に1人。

高齢化が進む日本社会においては、将来的に、通院ではなく、歯科医師や歯科衛生士が自宅に来て診療する「訪問(在宅往診)歯科診療」の需要が増えていくと考えられます。

現時点での利用・認知状況を聞くと、訪問(在宅往診)歯科診療を自分または家族が利用したことがある人は約10人に1人(10.7%)。さらに、認知度は47.0%と半数近くに上っています [図表14]。

▼図表14:「訪問(在宅往診)歯科診療について」



② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態・・・歯科医院・歯科医師のイメージ

◆ 歯科医院・医師のイメージは「清潔」「丁寧」で「信頼できる」。

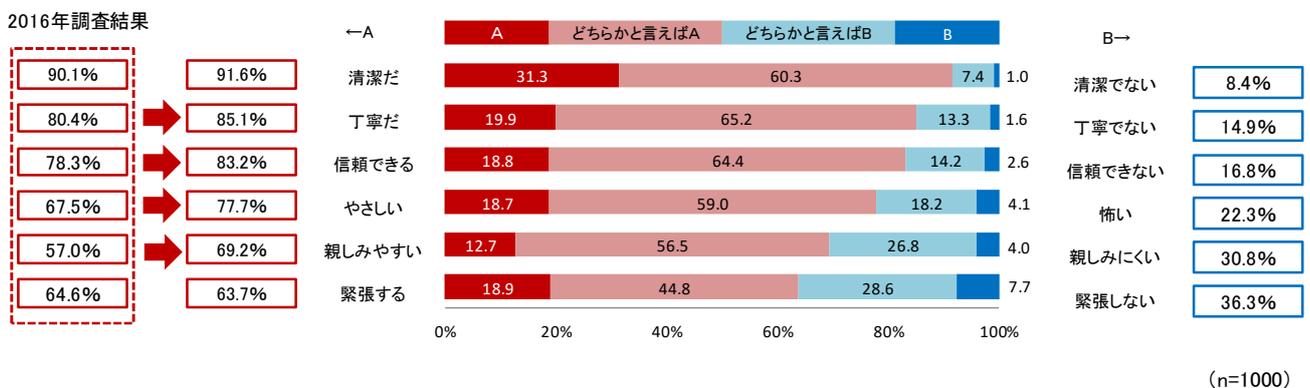
前回調査よりポジティブなイメージが強くなっている。

◆ 職業としては、「高収入」で「やりがいのある」「尊敬される」イメージ。

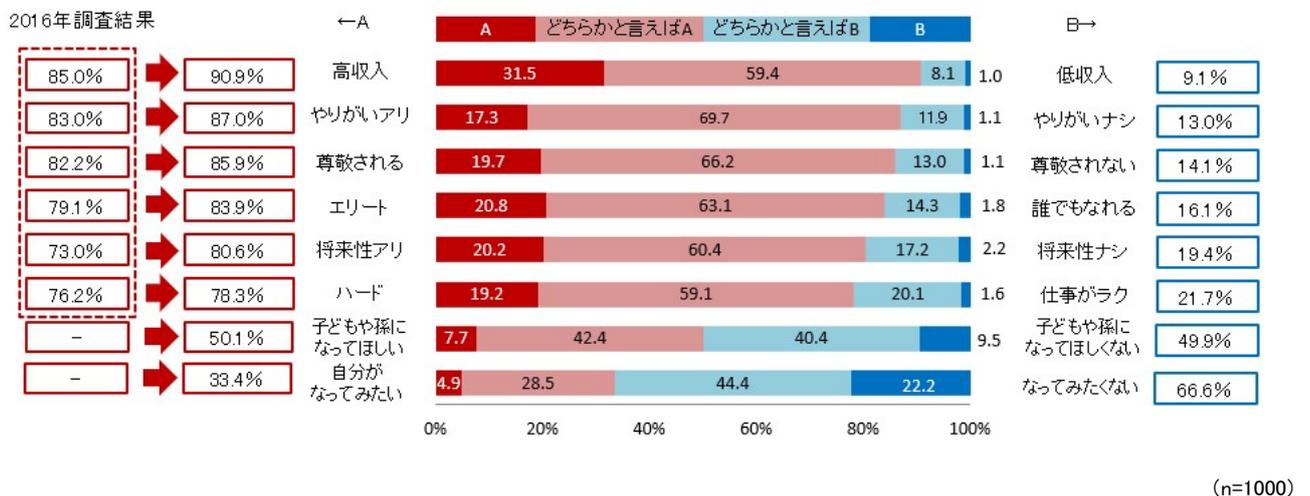
次に、「歯科医師や歯科医院のイメージ」について調査しました。6項目について、AとBの両極の選択肢から自分の評価に近いものを選択いただいています。その結果、歯科医師のイメージとしては、「清潔だ」(91.6%)、「丁寧だ」(85.1%)、「信頼できる」(83.2%)、「やさしい」(77.7%)などの回答が多く挙がりました[図表15]。前回調査と比べると、ポジティブな項目の回答割合が高まっており、歯科医のイメージが向上している様子がうかがえます。

では、職業として捉えた「歯科医師のイメージ」はどうでしょうか。「収入が高い仕事」(90.9%)、「やりがいがある仕事」(87.0%)、「尊敬される仕事」(85.9%)などの回答が上位になる一方、その重責からか、「ハードな仕事」(78.3%)というイメージを持つ人も多いようです。また、「歯科医師は、子どもや孫になってほしい職業」と答えた人も半数以上(50.1%)に上っています[図表16]。

▼ 図表15:「歯科医院・医師のイメージ」



▼ 図表16:「歯科医師の職業としてのイメージ」

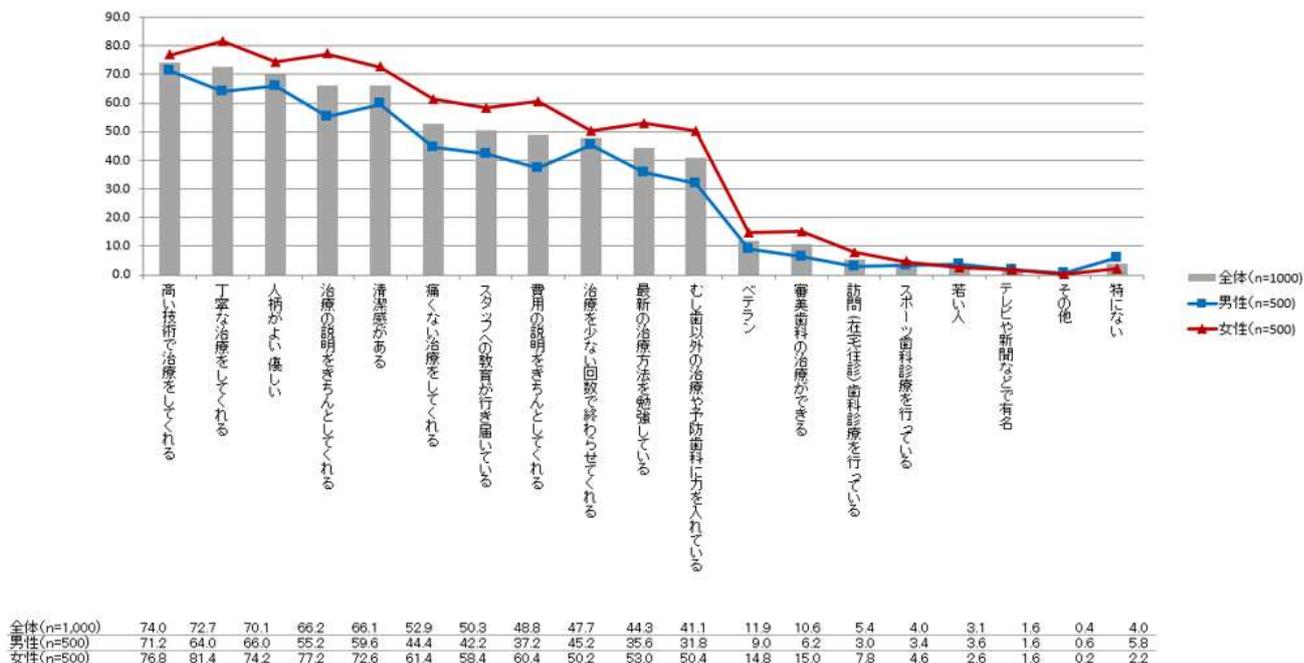


② 歯科診療・歯科医師に対する意識と実態・・・理想の歯科医師像

◆「理想の歯科医師」三大条件は、「高い技術」「丁寧な治療」「人柄」。

自身が考える「理想の歯科医師」について聞いてみると、「高い技術で治療をしてくれる」が74.0%で最多になり、以下、「丁寧な治療をしてくれる」(72.7%)、「人柄がよい・優しい」(70.1%)と続きました[図表17]。全体的に男性より女性のほうがポイントが高く、歯科医師へより高い要望を持っているようです。

▼図表17:「理想の歯科医師について」



◆理想の歯科医師、有名人に例えると…福山雅治さん、天海祐希さん。

さらに今回、「この人が歯科医師だったら、診てもらいたいと思う有名人」を聞いたところ、男性では福山雅治さん(30票)、女性では天海祐希さん(68票)が支持を集めました[図表18]。福山さん、天海さんはいずれも、前回(2016年)のアンケートでも最多票を獲得しています。

▼図表18:「歯科医師だったら、診てもらいたいと思う有名人」

	男性有名人	女性有名人
お名前	福山雅治 さん	天海祐希 さん
理由	<ul style="list-style-type: none"> • カッコよく、知的だから(42歳・男性) • 清潔感が抜群(70歳・女性) • 丁寧に治療してくれそう(29歳・男性) 	<ul style="list-style-type: none"> • テキパキと治療やアドバイスをしてくれそう(68歳・男性) • 丁寧に患者に向き合ってくれそう(30歳・女性) • 安心して診てもらえそう(70歳・女性)

③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態・・・生活者の実態と悩み

◆10代の「歯の本数」は平均28.4本。年齢とともに平均本数は減少し、50代では25.0本、60代では24.1本、70代では21.8本。

「口内環境・オーラルケア」について、まず、「自身の歯の本数」について質問しました。人の歯は永久歯が28本で、親知らずが4本あると合計32本になります。これを踏まえ年代別に回答を見ると、10代では平均28.4本ですが、その後、年齢が上がるにつれて平均本数が減っていき、50代では25.0本、60代では24.1本、70代では21.8本がそれぞれの平均値となりました[図表19]。老化が進むと、歯が抜けやすくなったり、もろくなったりするため、若いうちから歯の健康を意識することが重要です。

▼図表19:「自身の歯の本数」

	平均値
全体 (n=1,000)	26.0
男性 (n=500)	25.7
女性 (n=500)	26.3
10代 (n=142)	28.4
20代 (n=142)	28.1
30代 (n=142)	27.9
40代 (n=144)	26.9
50代 (n=144)	25.0
60代 (n=144)	24.1
70代 (n=142)	21.8

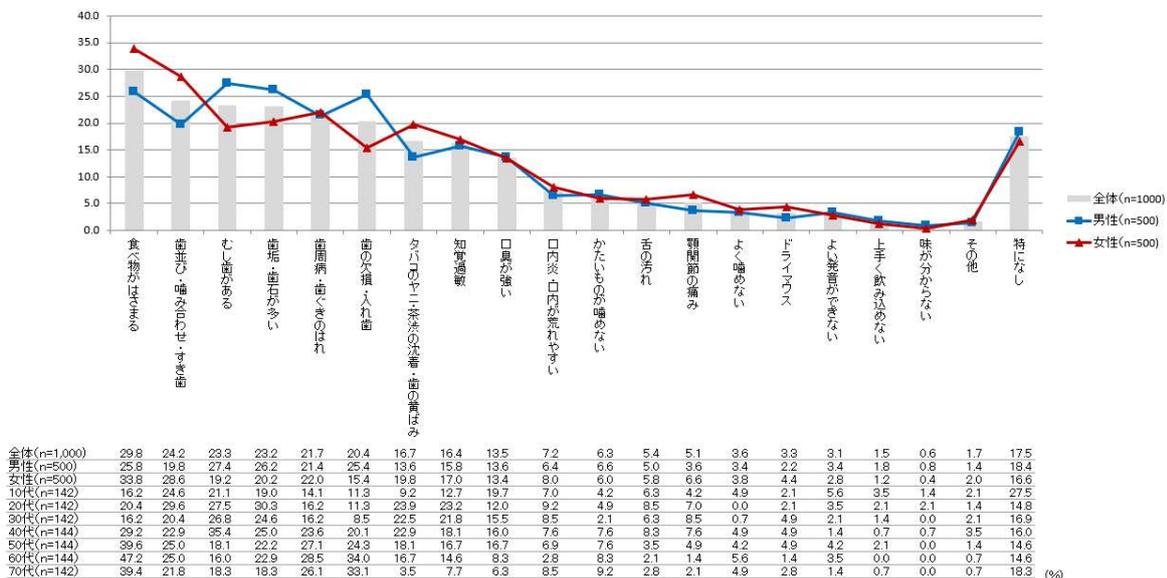
(本)

◆歯や口腔の悩みとしては、「食べ物がはさまる」「歯並び・噛み合わせ・すき歯」「むし歯がある」が多い。

◆悩みの傾向は年代によっても異なる。

現在の「歯や口腔の悩み」を聞くと、「食べ物がはさまる」(29.8%)、「歯並び・噛み合わせ・すき歯」(24.2%)、「むし歯がある」(23.3%)、「歯垢・歯石が多い」(23.2%)などが上位になりました[図表20]。年代別では、10代で「歯並び・噛み合わせ・すき歯」(24.6%)、20代で「歯垢・歯石が多い」(30.3%)、30代で「むし歯がある」(26.8%)がそれぞれ最多になるなど、年代によって違いが見られました。

▼図表20:「歯や口腔の悩み」



③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態・・・歯や口腔の健康に対する自信

◆自分の歯や口腔の健康に、73.0%が「自信がない」。

◆歯や口腔の健康に対する自信の有無によって、口内以外の健康面や、精神面においても違いが見られる。特に、「健康である」「滑舌がいい」「毎日が充実している」などの項目で差が顕著。

さらに、自分の「歯や口腔の健康に対する自信」を質問すると、「自信がある」と答えた人は27.0%にとどまり、残りの大多数(73.0%)は「自信がない」と答えました [図表21]。

また、「歯や口腔の健康に対する自信」の有無による影響を知るため、8つの項目について、「自信がある」グループ・「自信がない」グループに分けて質問を行ったところ、全ての項目で「自信の有無」による回答の違いが見られました[図表22]。中でも、「健康である」(28.4ポイントの差)、「滑舌がいい」(28.2ポイントの差)、「毎日が充実している」(25.2ポイントの差)などの項目は、2グループ間の差が特に顕著に表れています。

▼図表21:「歯や口腔の健康に対する自信」



▼図表22:「歯や口腔の健康に対する自信」による影響

項目	自信があるグループ		自信がないグループ	
	そう思う	そう思わない	そう思う	そう思わない
1. 笑顔に自信がある	58.9%	41.1%	35.2%	64.8%
2. 表情が豊か	63.7%	36.3%	42.5%	57.5%
3. 人付き合いが得意	55.9%	44.1%	34.0%	66.0%
4. 滑舌がいい(発音・発声がよく、滑らかに話ができる)	55.6%	44.4%	27.4%	72.6%
5. 喋るのが好き	55.2%	44.8%	42.1%	57.9%
6. スポーツが得意	44.4%	55.6%	29.2%	70.8%
7. 健康である	84.8%	15.2%	56.4%	43.6%
8. 毎日が充実している	78.9%	21.1%	53.7%	46.3%

(n=1000)

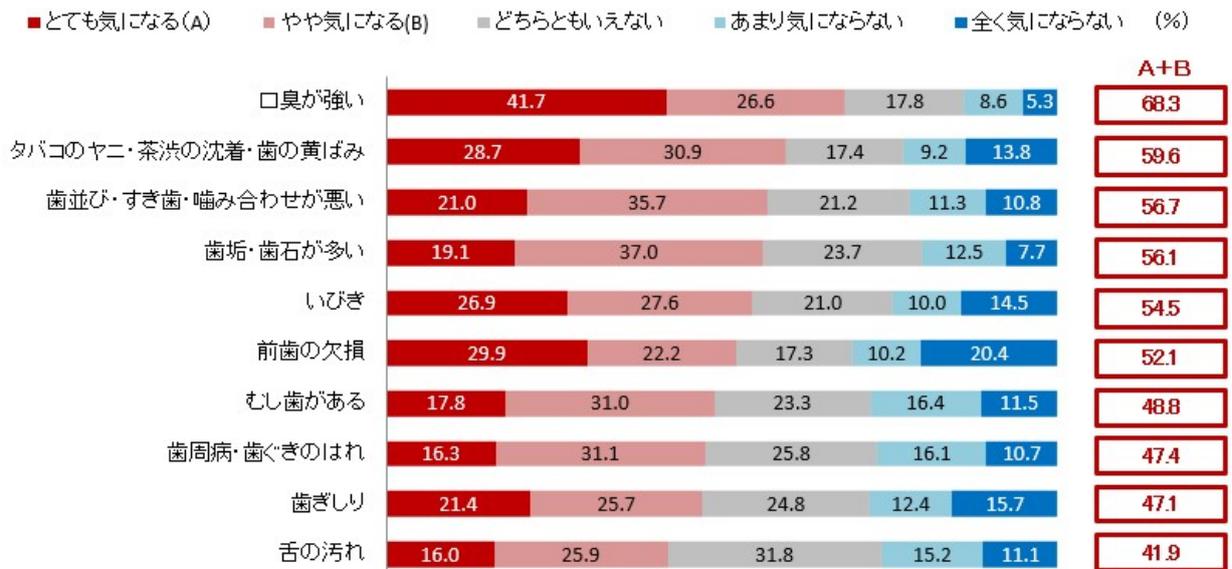
③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態・・・気になる！他人の口内環境

- ◆他人の口内環境で気になるポイントは、「口臭」「着色汚れ」「歯並び」。
- ◆口臭は、自分(13.5%)が気になる以上に、他人(68.3%)が気になるもの。

また、「他人の口内環境で気になる点」を聞いたところ、「口臭が強い」(68.3%)が最も多く、以下、「タバコのヤニ・茶渋の沈着・歯の黄ばみ」(59.6%)、「歯並び・すき歯・噛み合わせが悪い」(56.7%)、「歯垢・歯石が多い」(56.1%)と続きました[図表23]。

なお、1位となった「口臭」(68.3%)は、自分の口臭(13.5%)で悩む以上に、他人の「口臭」が気になるようで、50ポイント以上の大差がついています[図表20参照]。自分では気づいていなくても、他人からは気にされている口腔トラブルが潜んでいる可能性もあります。歯科医院で定期的にチェックを受け、早めに口腔トラブルに対処することが重要です。

▼図表23:「他人の口内環境で気になる点」



(n=1000)

③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態・・・自宅でのオーラルケア

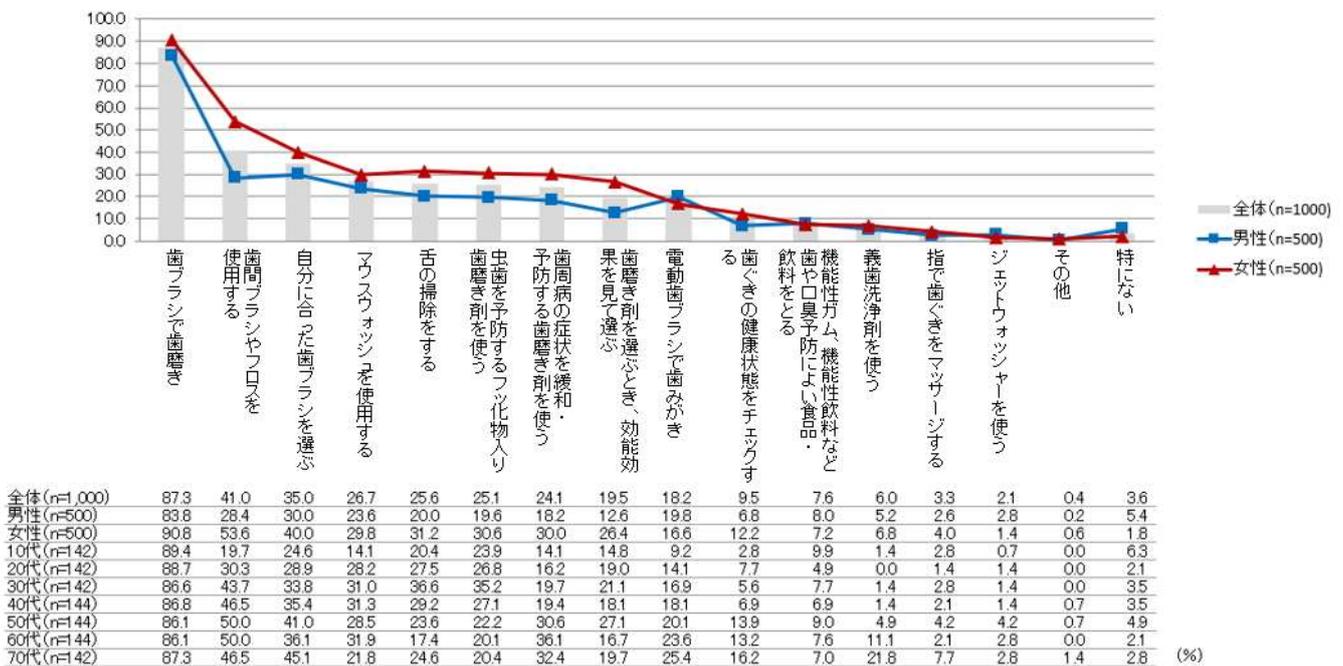
◆自分で行うオーラルケアは、「歯ブラシでの歯磨き」「歯間ブラシ・フロス」「自分に合った歯ブラシ選び」など。男性より女性のほうがケアに熱心。

次に、「オーラルケア」について質問しました。オーラルケアとは、口腔内のケア、つまり歯や歯ぐき、舌などを清潔にし、健康的に保つことを指します。オーラルケアの実施は、歯周病など口腔の病気や口臭の予防につながると同時に、糖尿病など全身病の改善や誤嚥性肺炎の予防に役立ちます。

自分で行っているオーラルケアでは、「歯ブラシで歯磨き」(87.3%)が最も多く、以下、「歯間ブラシやフロスを使用する」(41.0%)、「自分に合った歯ブラシを選ぶ」(35.0%)、「マウスウォッシュを使用する」(26.7%)と続いています。

全体的に、男性より女性の方が、また若い年代より上の年代の方が、オーラルケアの実践度が高い傾向にあります[図表24]。また、30代以上では、歯間ブラシやフロスの使用率が大きく上がり、50・60代はともに50.0%、40代、70代はともに46.5%と約半数が使っています。

▼図表24:「自分で行っているオーラルケア」



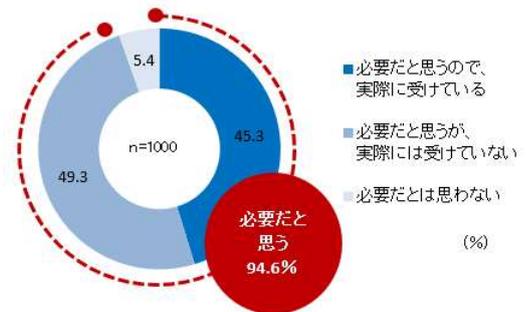
③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態…歯科医院でのオーラルケア

◆歯科医院でのオーラルケアを受けている人は45.3%で、前回から大きく上昇。

◆一方で、「必要だと思うが、実際には受けていない」人も約半数(49.3%)。

続いて、「歯科医院でのオーラルケア」を聞いた質問では、「必要だと思うので、実際に受けている」が45.3%となりました。前回の34.6%と比べると10ポイント以上増えており、歯科医院でのオーラルケアが広がっていることが分かります。一方で、「必要だと思うが、実際には受けていない」人も49.3%と約半数を占めています[図表25]。「歯科医院でのオーラルケア」の必要性を認識しているものの具体的な行動を起こせていない人もまだまだいることがうかがわれます。

▼図表25:「歯科医院でのオーラルケアに対する意識」

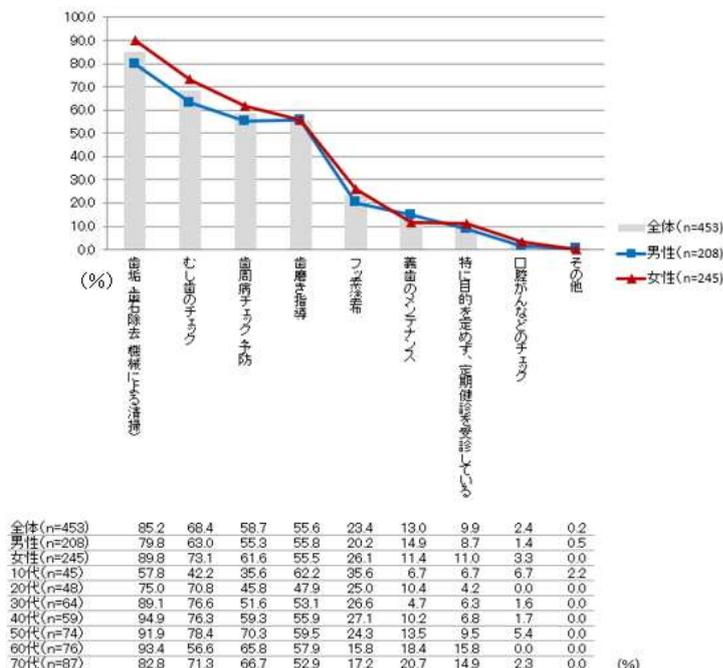


◆歯科医院で行うオーラルケアは、「歯垢・歯石除去」(85.2%)が最多。

◆10代は「フッ素塗布」、50代は「歯周病チェック」など、年代による差異も。

歯科医院で実際にオーラルケアを受けていると回答した人(453人)にその内容を聞くと、「歯垢・歯石除去、機械による清掃」(85.2%)が最多で、以下、「むし歯のチェック」(68.4%)、「歯周病チェック・予防」(58.7%)、「歯磨き指導」(55.6%)が続きました。年代別で見ると、10代では「フッ素塗布」が35.6%と、全体平均(23.4%)を大きく上回っているほか、50代では「歯周病チェック・予防」(70.3%)が、70代では「義歯のメンテナンス」(20.7%)が目立ち、年代別でオーラルケアの内容が異なっていることが分かります[図表26]。

▼図表26:「歯科医院でのオーラルケアの内容」



③口内環境・オーラルケアに対する意識と実態・・・歯や口腔の健康についての考え

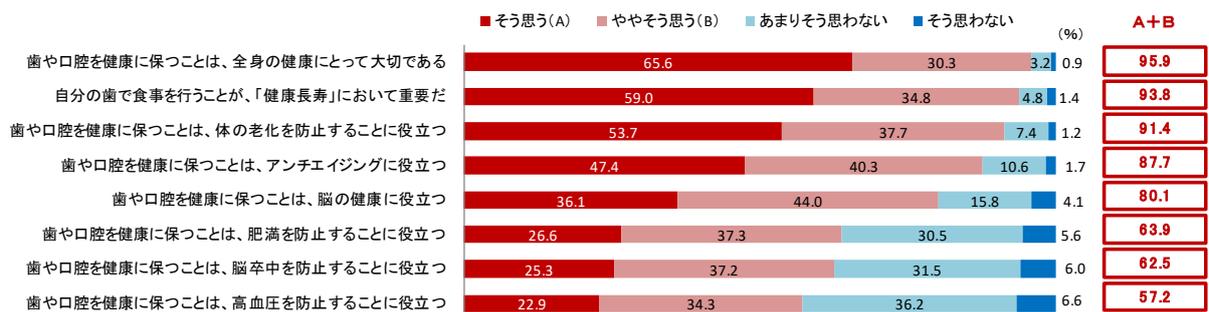
◆歯や口腔を健康に保つことは、「全身の健康にとって大切である」と考える人は95.9%。

◆「自分の歯で食事を行うことが、『健康長寿』において重要」「歯や口腔を健康に保つことは、体の老化を防止することに役立つ」も9割を超える。

「歯や口腔の健康についての考え」を聞いたところ、「歯や口腔を健康に保つことが全身の健康にとって大切である」と回答した人が95.9%となりました。また、「自分の歯で食事を行うことが、『健康長寿』において重要だ」(93.8%)、「歯や口腔を健康に保つことは、体の老化を防止することに役立つ」(91.4%)と回答した人も多く、それぞれ9割を超えています[図表27]。

さらに、歯や口腔を健康に保つことが、「アンチエイジングに役立つ」(87.7%)、「脳の健康に役立つ」(80.1%)と考える人も8割を超えています。

▼図表27:「歯や口腔の健康についての考え」



(n=1000)

<一般社団法人日本私立歯科大学協会について>

一般社団法人日本私立歯科大学協会(会長:三浦廣行、所在地:東京都千代田区)は、全国の私立歯科大学・歯学部によって、昭和51年に設立されました。

本協会では、歯科医学、歯科医療等の現状および将来展望などの情報を社会へ発信すること、私立歯科大学・歯学部における教育、研究、臨床、管理運営、教職員・学生の福利厚生等に関する調査研究、および、加盟大学教員の研修・交流などの多様な活動を推進しています。

ホームページ: <https://www.shikadaikyo.or.jp/>

ホームページQRコード:

