

児童・生徒の歯科保健行動に関する調査報告書（案）

1 調査の目的

東京都において、学齢期のむし歯（う歯）は経年的に減少しているものの、平成 30 年度東京都の学校保健統計書によると、高等学校では未だ 5 割近く（46.18%）のむし歯（う歯）被患率となっている。また、歯周疾患及び歯周疾患要観察者については、小学校から中学校、高等学校へと進学するごとに有病者の割合が高くなっている。歯科保健において、学齢期、特に中学生および高校生の時期は、成人期につながる大切な時期であるが、この時期の歯科保健意識や行動などの実態については、十分に把握できていない。

そこで、東京都における学齢期における口腔内の状況改善に向けた支援策を検討するために、都内の学校（国公立）を対象に歯科保健意識と口腔内所見について実態調査を実施した。

2 調査の方法

①調査時期 令和元年 5 月から 9 月

②調査対象

都内の国公立小学校・中学校・高等学校計 191 校（表 1）

の小学 5 年生から高校 3 年生（対象学年は学校によって異なる）を対象とした。なお、住所地が東京都以外の児童・生徒（内訳は P3「2.住所地」を参照）も含んだ集計とした。

③調査内容

ア 生活習慣および歯科保健行動（睡眠時間、朝食摂取の状況、歯みがきや歯科受診の状況等）

イ 定期健康診断（令和元年）歯・口腔の健康診断票（歯肉の状態、むし歯の状況）

④調査方法

I 学齢期の歯科保健行動調査

質問票等を各学校に送付し、調査実施を依頼した。自記式の質問票（別添 1）を学校から児童・生徒へ配布し、児童・生徒本人または保護者に回答してもらった。

II 口腔内所見

学校にて前記質問票（別添 1）を回収した後に、裏面の口腔内所見欄に令和元年の定期健康診断結果（歯・口腔）を転記してもらい、学校ごとにまとめて質問票を回収した。

口腔内所見は A 歯肉の状態（歯周疾患）と B 歯の状態（むし歯（う歯））について解析を行った。

結 果

I 歯科保健行動調査（アンケート）

回答総数は8学年で13,434件であった。集計対象とした児童・生徒数及び学校数を表1-1に示す。学年別の国公立の児童・生徒数を表1-2に示す。

表1-1 集計対象児童・生徒数と対象学校数（歯科保健行動調査（アンケート））

	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合 計
男 子	878	787	826	742	699	875	975	1,130	6,735
女 子	866	771	590	590	519	868	710	702	5,793
未回答	76	101	157	106	101	128	128	109	906
合 計	1,820	1,659	1,573	1,438	1,319	1,871	1,813	1,941	13,434
学校数	33	33	30	30	28	46	42	45	191

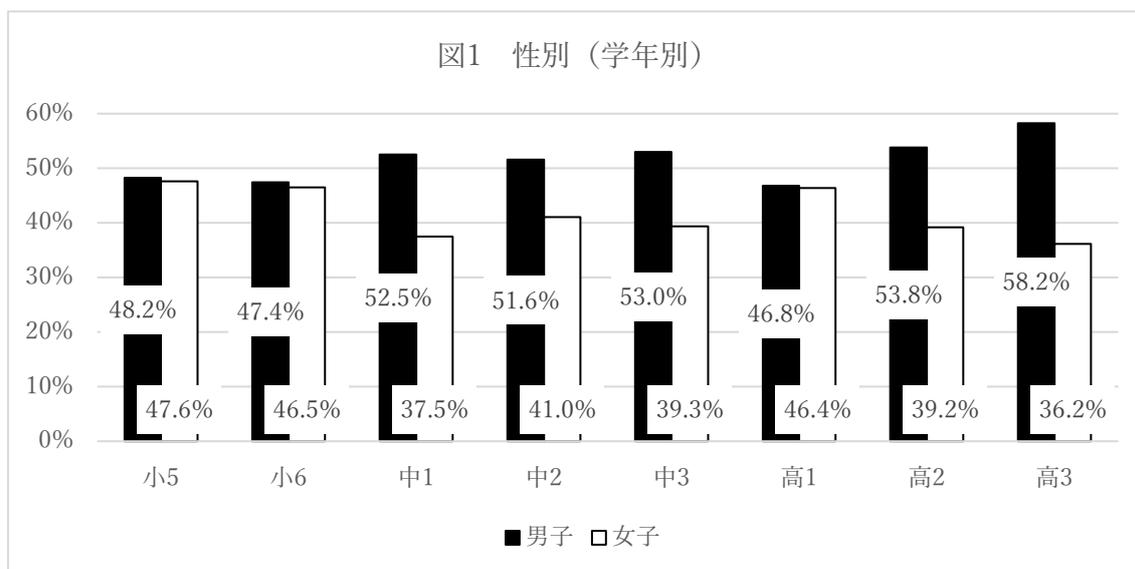
表1-2 学年別の国公立の児童・生徒数（歯科保健行動調査（アンケート））

	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合 計
公 立	1,374	1,247	1,043	933	892	774	897	860	8,020
国 立	366	355	117	210	112	40	43	38	1,281
私 立	80	57	413	295	315	1,057	873	1,043	4,133

1. 性別

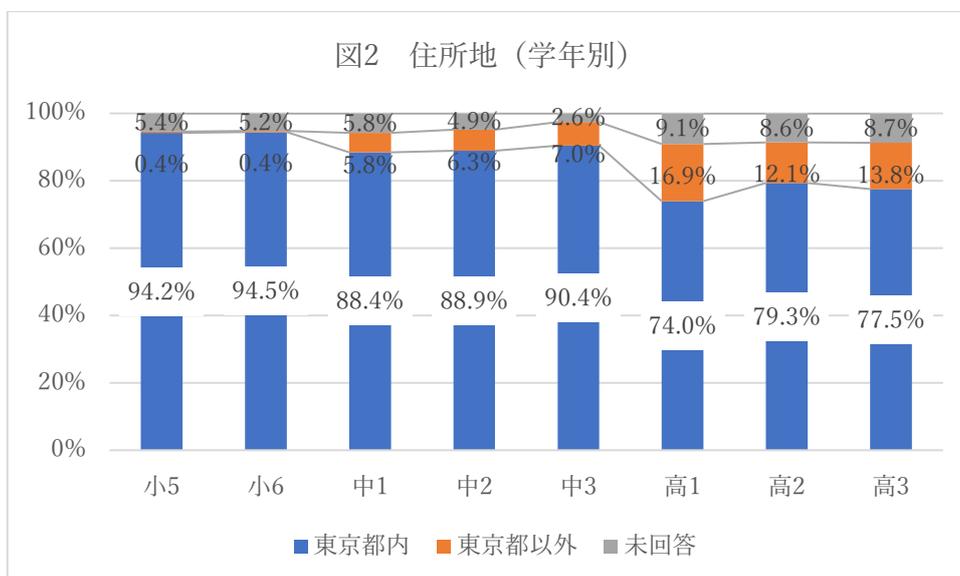
男子は51.5%、女子は41.8%、未回答は6.7%であった。学年別の男女比を図1に示す。

学年によって対象校が異なることから、学年別の集計を検討する際には、中学生と高校2年生、高校3年生では男子生徒の比率が高いことに注意を要する。



2. 住所地

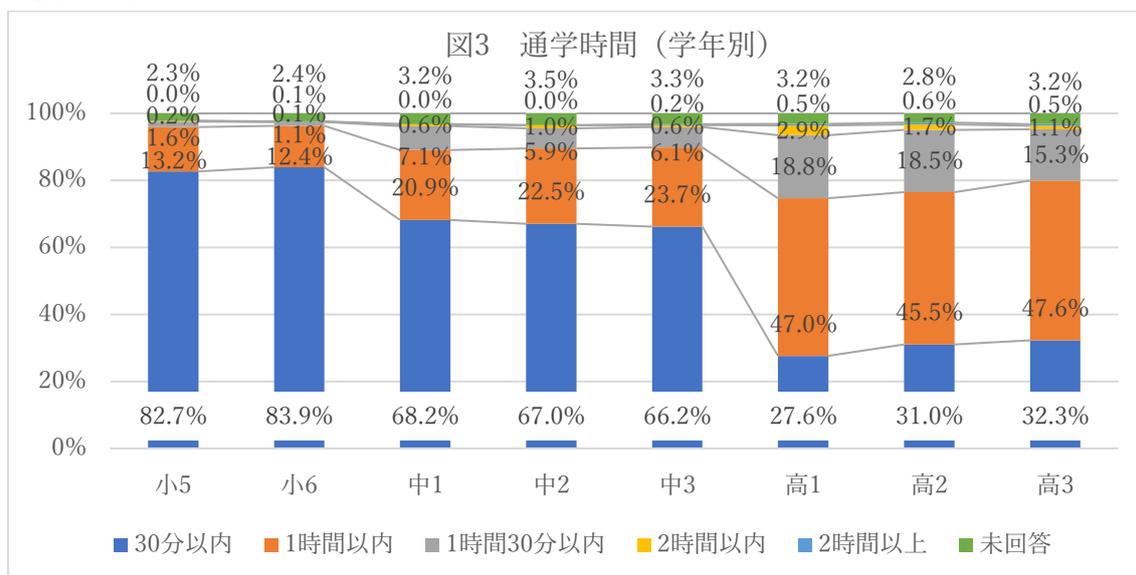
住所地は東京都内が85.4%を占めた。東京都以外は8.1%、未回答は6.5%であった。学年別の内訳を図2に示す。高校生で東京都以外からの通学者の割合が増えていた。



3. 通学時間

通学時間は30分以内が55.9%と半数以上を占めた。1時間以内が30.1%、1時間30分以内が9.8%、2時間以内が1.0%、2時間以上が0.2%、未回答が3.0%であった。

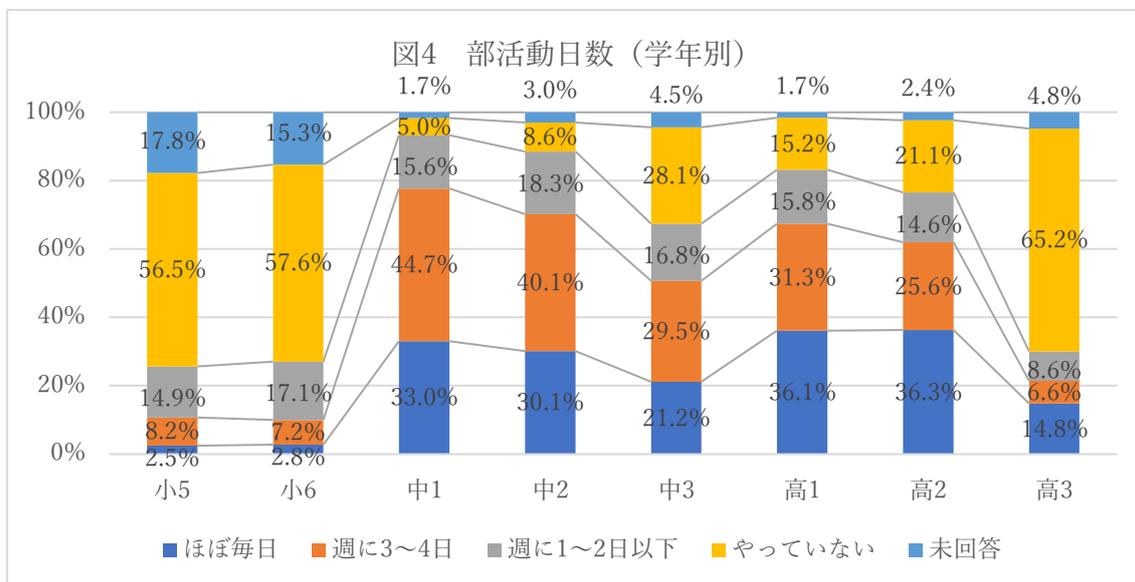
学年別の内訳を図3に示す。中学生で通学時間30分未満が減少し、高校生から1時間以内がさらに増加、1時間30分以内も増加するも、1時間30分を超える通学時間は大きく変わらなかった。



4. 部活動 週当たり日数

部活動の週当たりの日数は、ほぼ毎日が21.9%、週に3~4日が23.2%、週に1~2日以下が15.0%、やっていないが33.4%、未回答が6.5%であった。

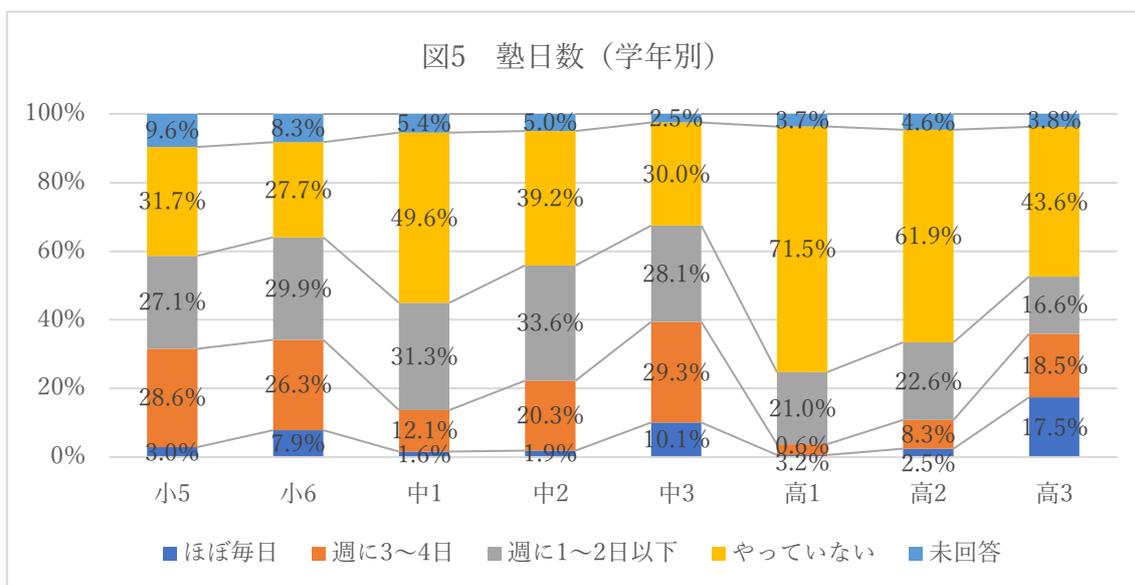
学年別の内訳を図4に示す。小学生では部活動をやっていない者が半数以上を占め、中学生3年生と高校生3年生、特に高校3年生で部活動日数が減少する傾向が認められた。



5. 塾 週当たり日数

通塾の週当たりの日数は、ほぼ毎日が5.7%、週に3~4日が17.8%、週に1~2日以下が25.8%、やっていないが45.3%、未回答が5.4%であった。

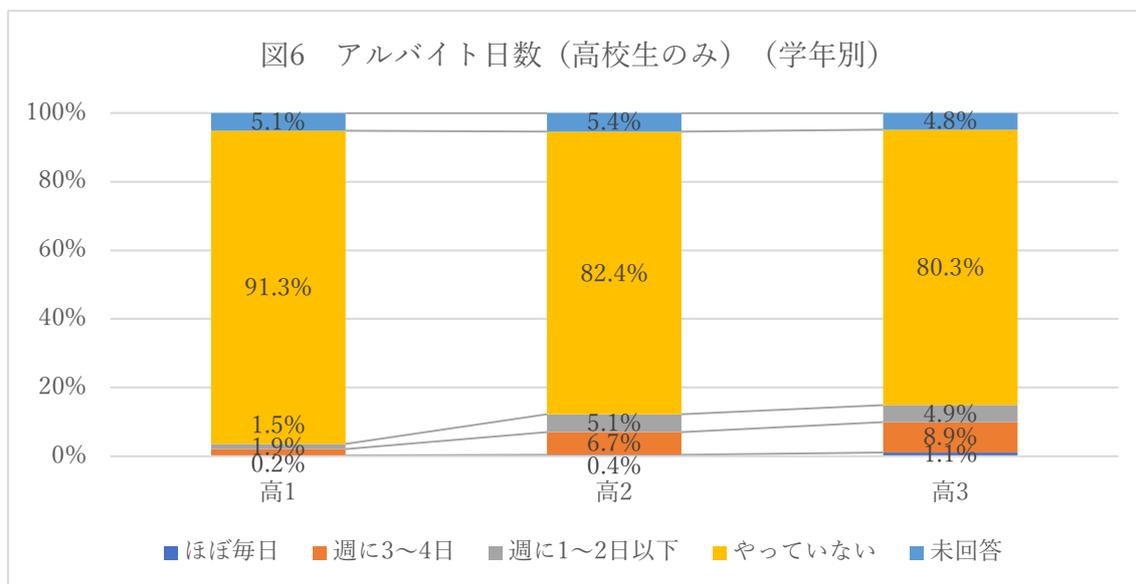
学年別の内訳を図5に示す。小学生、中学生、高校生いずれも学年が上がると塾に通っている割合が上昇する傾向が認められた。最もやっていない割合が高かったのは高校1年生であった。



6. アルバイト 週当たり日数（高校生のみ）

アルバイトについては、高校生のみでの回答である。アルバイトの週当たりの日数は、ほぼ毎日が0.6%、週に3～4日が5.8%、週に1～2日以下が3.9%、やっていないが84.6%、未回答が5.1%であった。

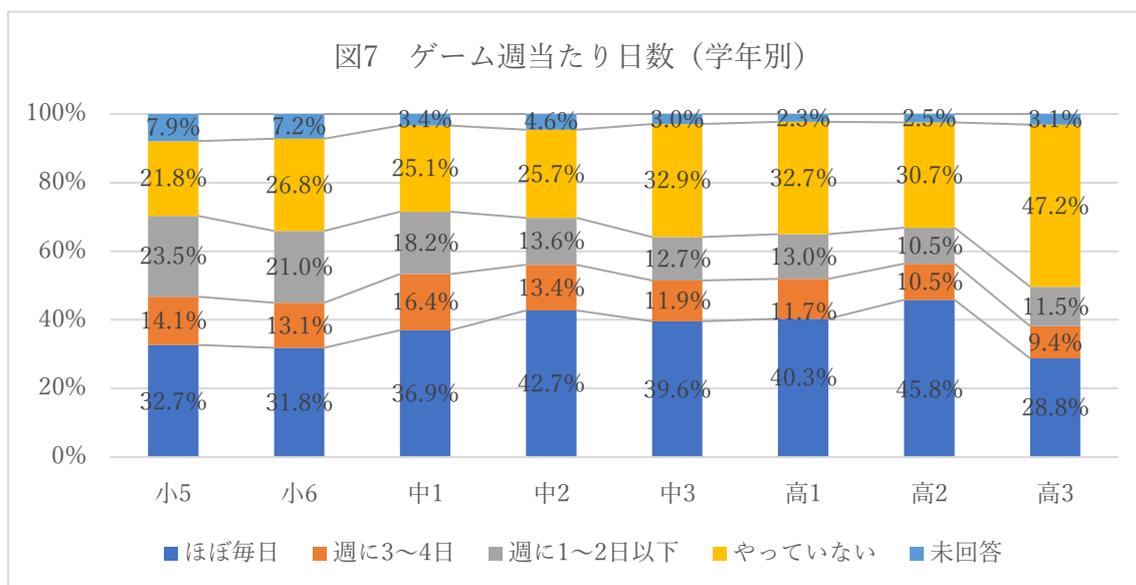
学年別の内訳を図6に示す。学年が上がるにつれ、アルバイト日数は増えているものの、高校3年生でも8割以上がアルバイトをやっていないかった。



7. ゲーム 週当たり日数

ゲームを行う週当たりの日数は、ほぼ毎日が37.1%、週に3～4日が12.4%、週に1～2日以下が15.5%、やっていないが30.7%、未回答が4.3%であった。

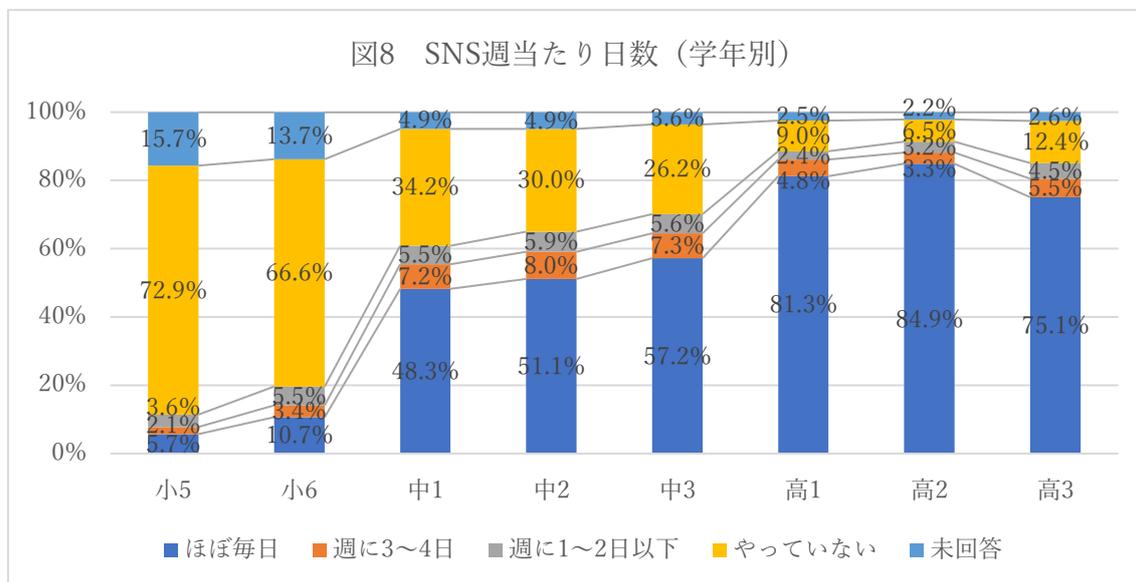
学年別の内訳を図7に示す。各学校の最高学年、特に高校3年生でやっていない者がやや多い傾向であるが、概ね同様の傾向であった。



8. SNS 週当たり日数

SNS を行う週当たりの日数は、ほぼ毎日が 52.5%、週に 3~4 日が 5.0%、週に 1~2 日以下が 4.4%、やっていないが 31.8%、未回答が 6.3%であった。

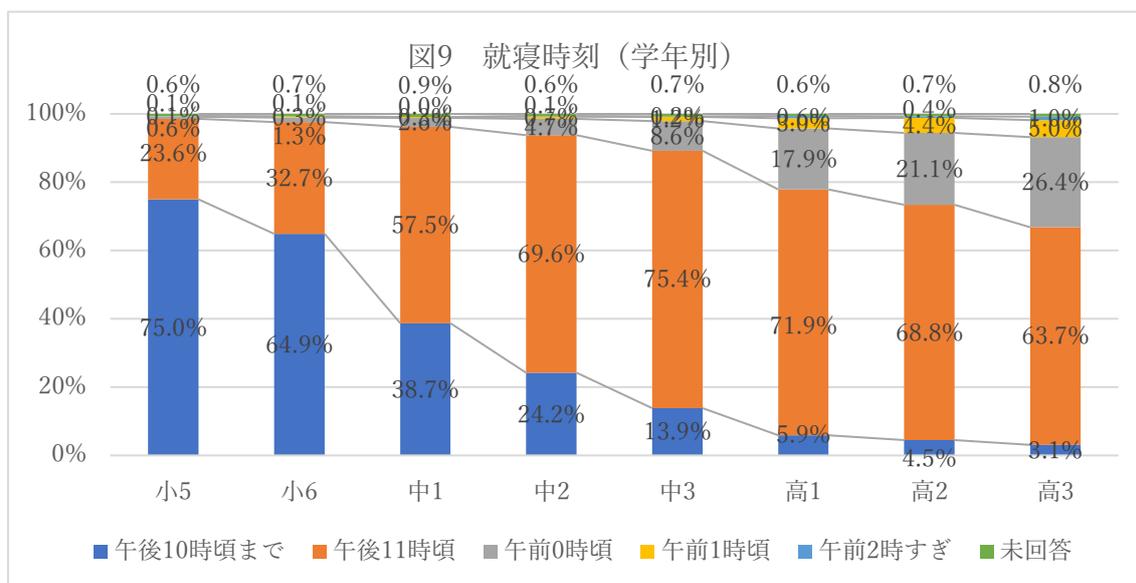
学年別の内訳を図 8 に示す。小学校、中学校、高等学校と学年が上がるにつれ、SNS を毎日行う者が増加する傾向であったが、高校 3 年生だけは減少していた。



9. 就寝時刻

就寝時刻は、午後 10 時頃までが 26.5%、午後 11 時頃が 34.5%、午前 0 時頃が 26.9%、午前 1 時頃が 9.4%、午前 2 時すぎが 2.2%、未回答が 0.5%であった。

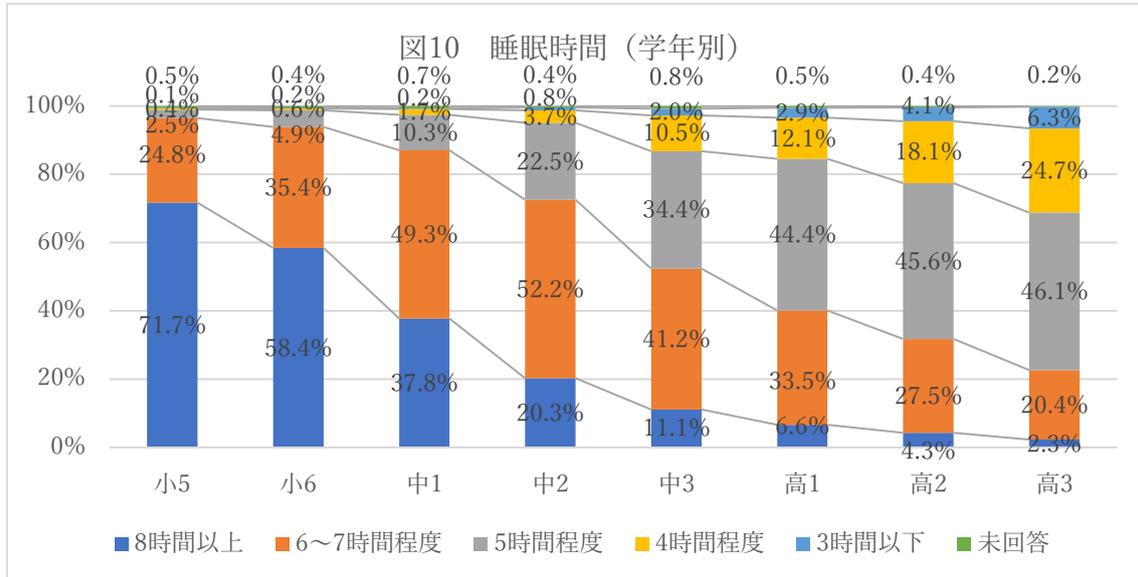
学年別の内訳を図 9 に示す。学年が上がるにつれ、就寝時刻は遅くなる傾向にあり、小学校では午後 10 時までが、中学校・高等学校では午後 11 時頃が最も多かった。高等学校では午前 0 時頃が著しく増加する傾向であった。



10. 睡眠時間

睡眠時間は、8時間以上が26.5%、6～7時間程度が34.5%、5時間程度が26.9%、4時間程度が9.4%、3時間以下が2.2%、未回答が0.5%であった。

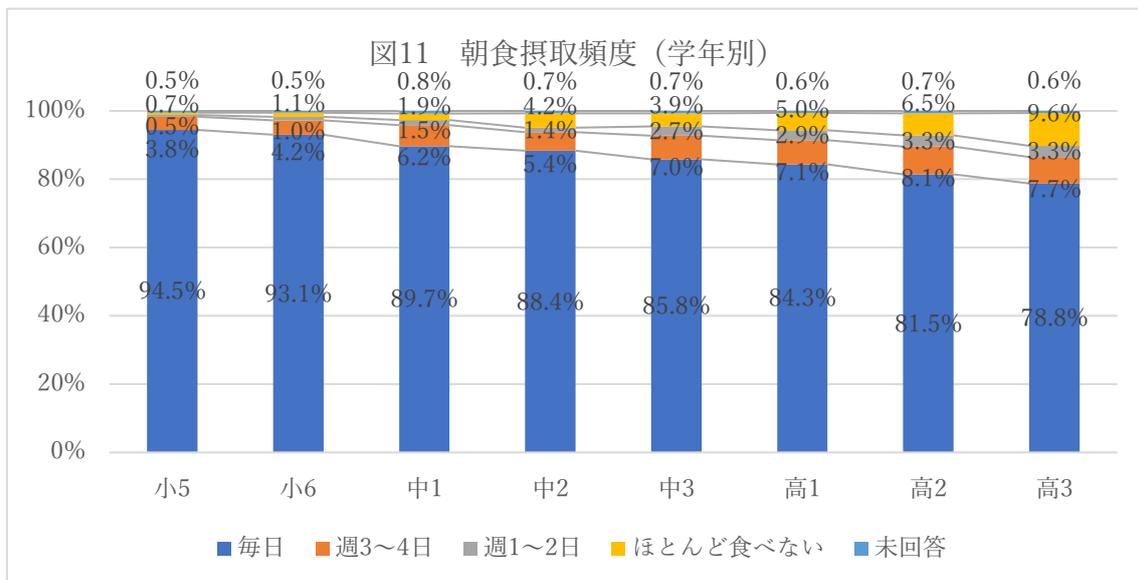
学年別の内訳を図10に示す。学年が上がるにつれ、睡眠時間が短くなる傾向にあるが、小学校では8時間以上が、中学校では6～7時間程度、高等学校では5時間程度が最も多かった。



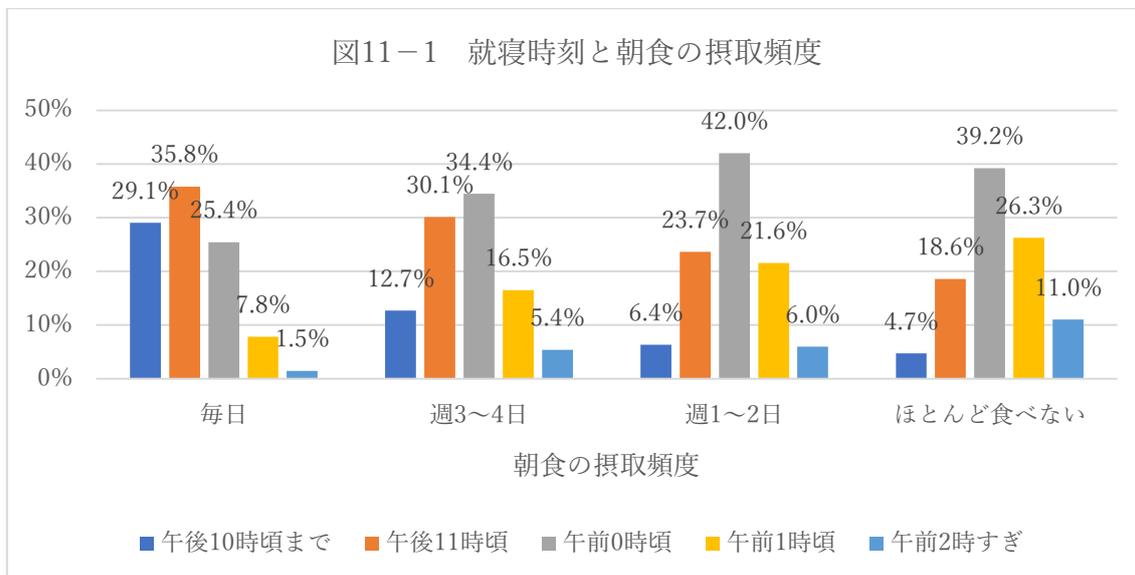
11. 朝食摂取頻度

朝食の摂取頻度は、毎日が86.8%、週3～4日が6.2%、週1～2日が2.1%、ほとんど食べないが4.3%、未回答が0.6%であった。

学年別の内訳を図11に示す。学年が上がるにつれ、朝食を毎日食べる者の割合が減少し、高校3年生では8割弱であった。



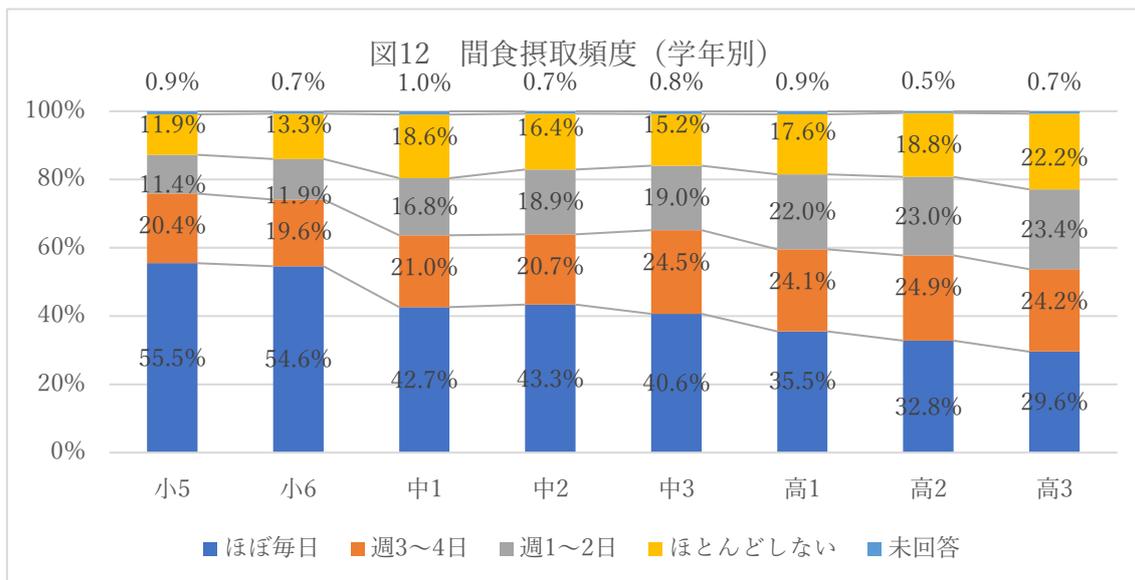
就寝時刻と朝食の摂取状況の関係を図 11-1 に示す。就寝時刻が遅いほど、朝食の摂取頻度が少ない傾向が認められた。



12. 間食摂取頻度

間食の摂取頻度は、ほぼ毎日が 41.5%、週 3~4 日が 22.5%、週 1~2 日が 18.4%、ほとんどしない 16.9%が、未回答が 0.8%であった。

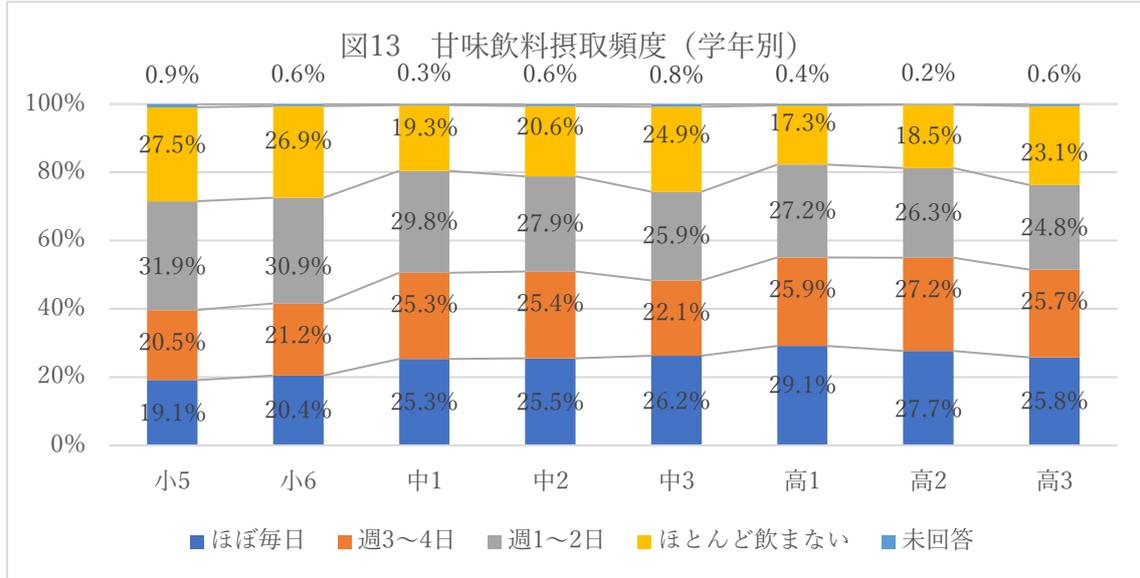
学年別の内訳を図 12 に示す。小学校、中学校、高等学校と段階的に間食をほぼ毎日食べる者の割合が減少した。高等学校では、学年が上がるにつれ、間食頻度が減少傾向にあった。



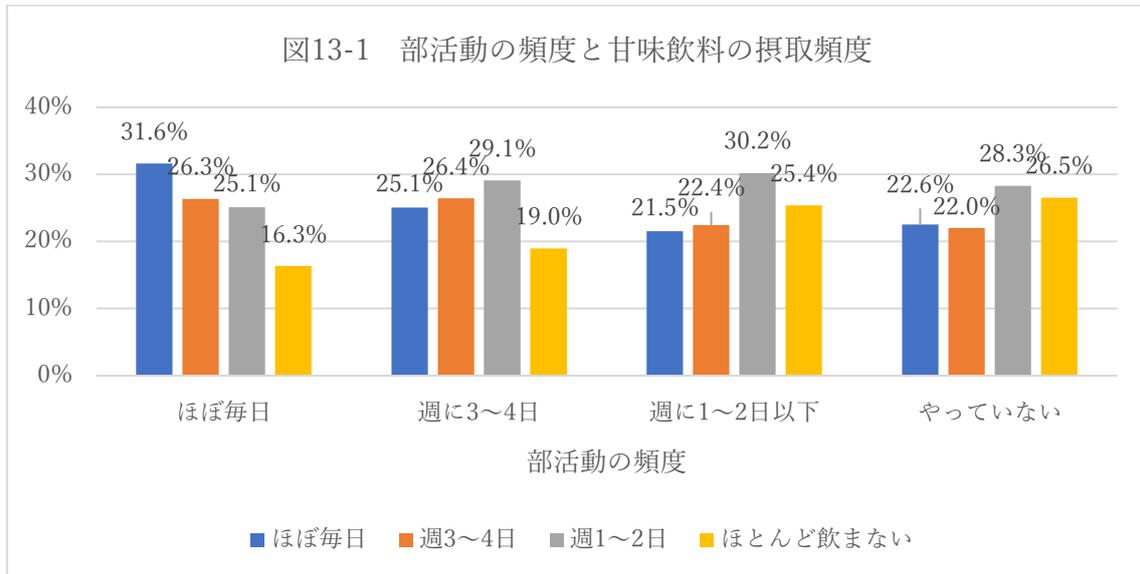
13. 甘味飲料摂取頻度

甘味飲料（ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク、エナジードリンクなど）の摂取頻度は、ほぼ毎日が24.9%、週3～4日が24.3%、週1～2日が28.1%、ほとんど飲まないが22.2%、未回答が0.6%であった。

学年別の内訳を図13に示す。甘味飲料の摂取頻度は中学1、2年生と高校1、2年生で増加したが、中学3年生と高校3年生では減少した。

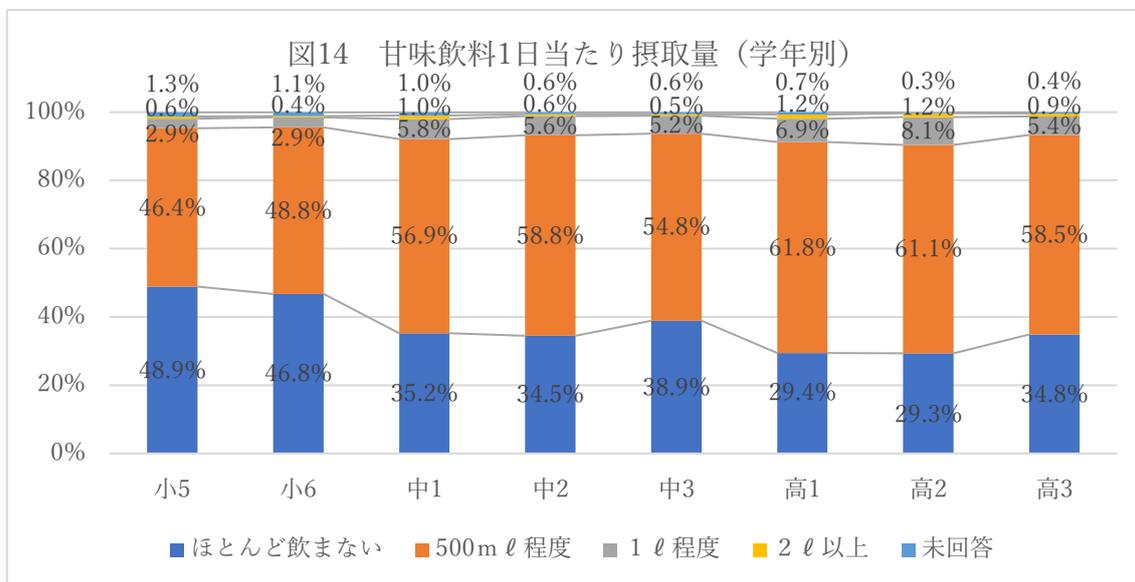


部活動の頻度と甘味飲料の摂取頻度の関係を図13-1に示す。部活動の頻度が高いほど、甘味飲料の摂取頻度が高い傾向が認められた。

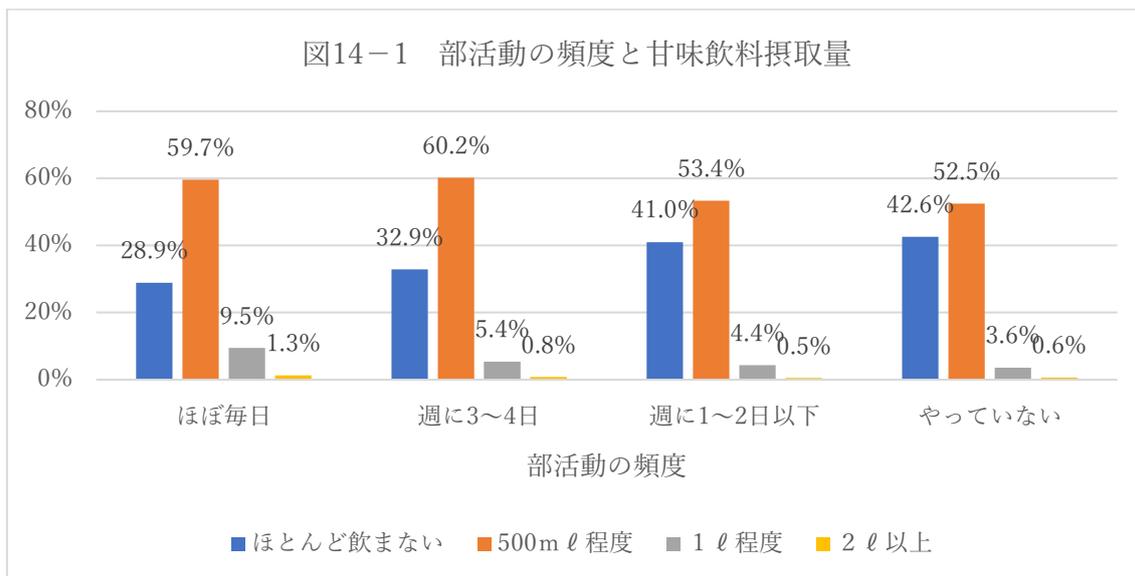


14. 甘味飲料 1日当たり摂取量

甘味飲料の1日当たりの摂取量は、ほとんど飲まないが37.1%、500mℓ程度が55.9%、1ℓ程度が5.4%、2ℓ以上が0.8%、未回答が0.8%であった。学年別の内訳を図14に示す。小学校、中学校、高等学校と段階的にほとんど飲まない者が減少したが、中学3年生と高校3年生で1、2年生よりほとんど飲まない者が増加していた。



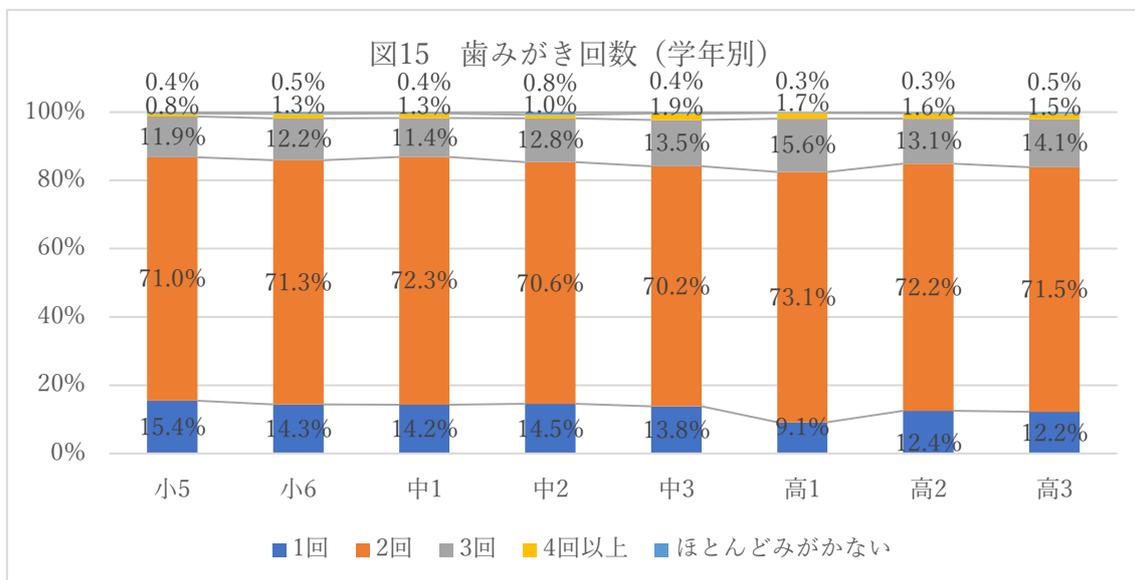
部活動の週あたり日数と甘味飲料の1日当たり摂取量を図14-1に示す。部活動の日数が少ないほど、甘味飲料をほとんど飲まない者の割合が高く、摂取量も減少傾向を示した。



15. 歯みがき回数

1日の歯みがき回数は、1回が13.1%、2回が71.6%、3回が13.1%、4回以上が1.4%、ほとんどみがかないが0.5%、未回答が0.3%であった。

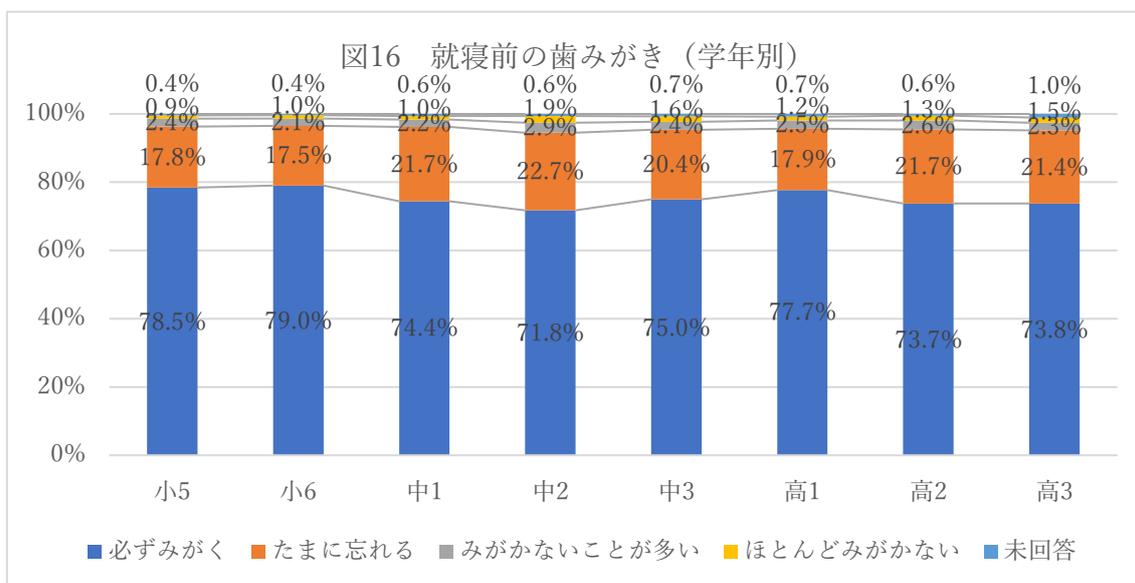
学年別の内訳を図15に示す。歯みがき回数は、中学3年生と高校1年生で若干の減少傾向が認められたが、全学年を通じて概ね同様の傾向であった。



16. 就寝前の歯みがき

その日最後に食べた後から、寝るまでの間の歯みがきは、必ずみがくが75.6%、たまに忘れるが20.1%、みがかないことが多いが2.4%、ほとんどみがかないが1.3%、未回答が0.6%であった。

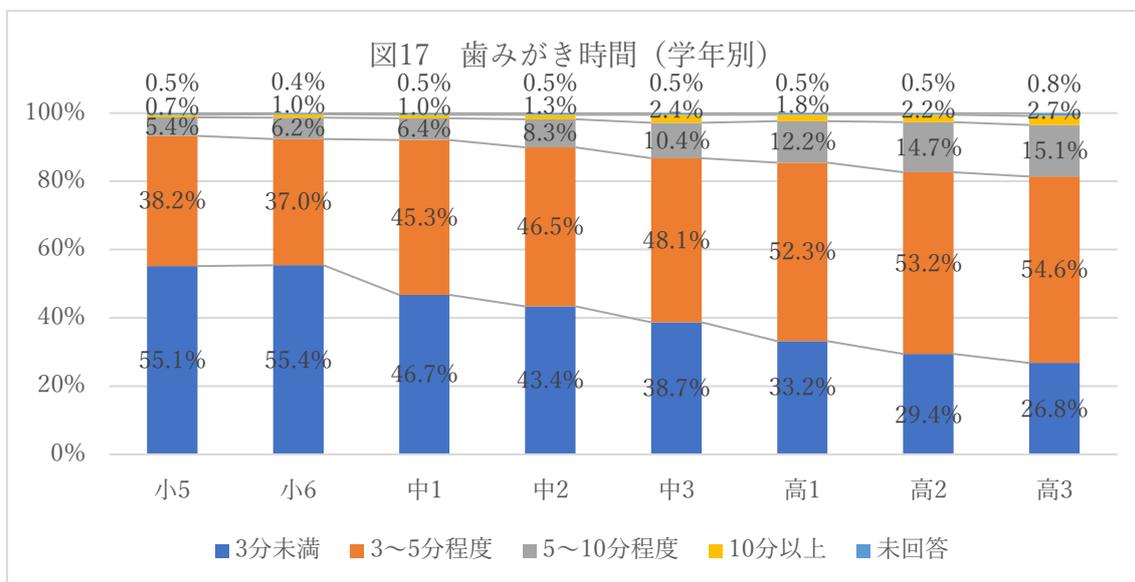
学年別の内訳を図16に示す。中学校以降、必ずみがく者が小学校に比べやや少ない傾向であったが、全学年を通じて概ね同様の傾向であった。



17. 歯みがき時間

1回あたりの歯みがき時間は、3分未満が40.7%、3～5分程度が47.1%、5～10分程度が10.0%、10分以上が1.7%、未回答が0.5%であった。

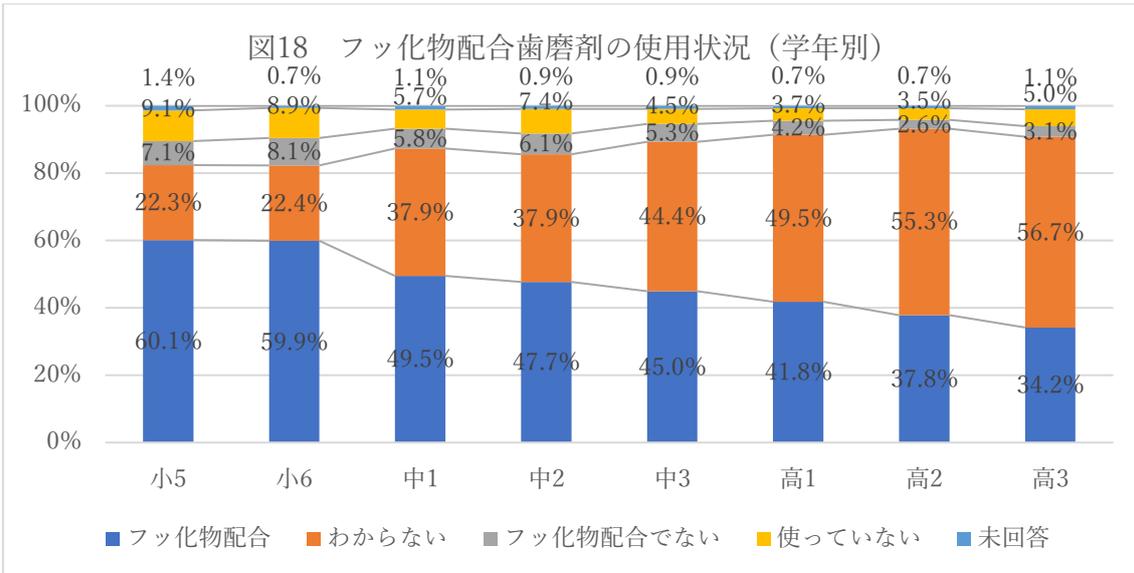
学年別の内訳を図17に示す。1回あたりの歯みがき時間は、学年が上がるにつれ長くなる傾向であった。小学校では3分未満が、中学2年以降では3～5分程度が最も多かった。



18. フッ化物配合歯磨剤の使用状況

フッ化物配合歯磨剤の使用状況は、フッ化物配合歯磨剤を使っているが46.7%、フッ化物配合かわからないが41.2%、フッ化物配合ではないが5.2%、歯磨剤を使っていないが5.9%、未回答が0.9%であった。

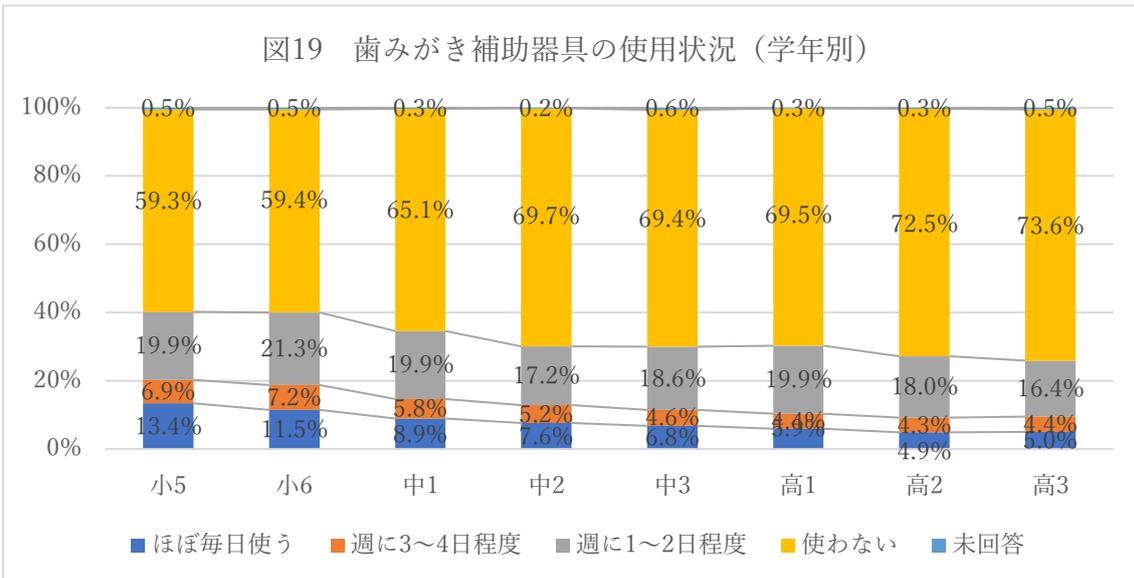
学年別の内訳を図18に示す。小学校では6割程度がフッ化物配合歯磨剤を使用していると回答しているのに対し、中学校以降、わからないが増加し、フッ化物配合歯磨剤使用が減少した。小学生では歯磨剤の選択、回答を保護者が行った割合が高く、中学校以降は学年が上がると家にある歯磨剤を意識せずに使っている者が増えることが推察される。



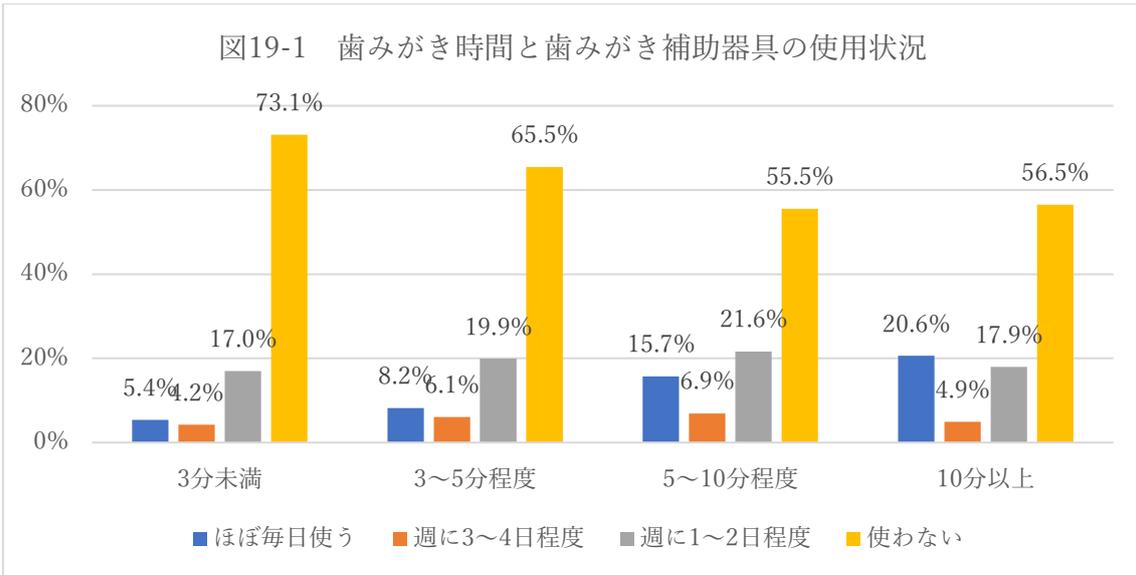
19. 歯みがき補助器具の使用状況

歯みがき補助器具（デンタルフロス、糸ようじなど）の使用状況は、ほぼ毎日使うが8.0%、週に3～4日程度が5.4%、週に1～2日程度が18.9%、使わないが67.4%、未回答が0.4%であった。

学年別の内訳を図19に示す。学年が上がるにつれ、補助器具の使用割合が減少した。



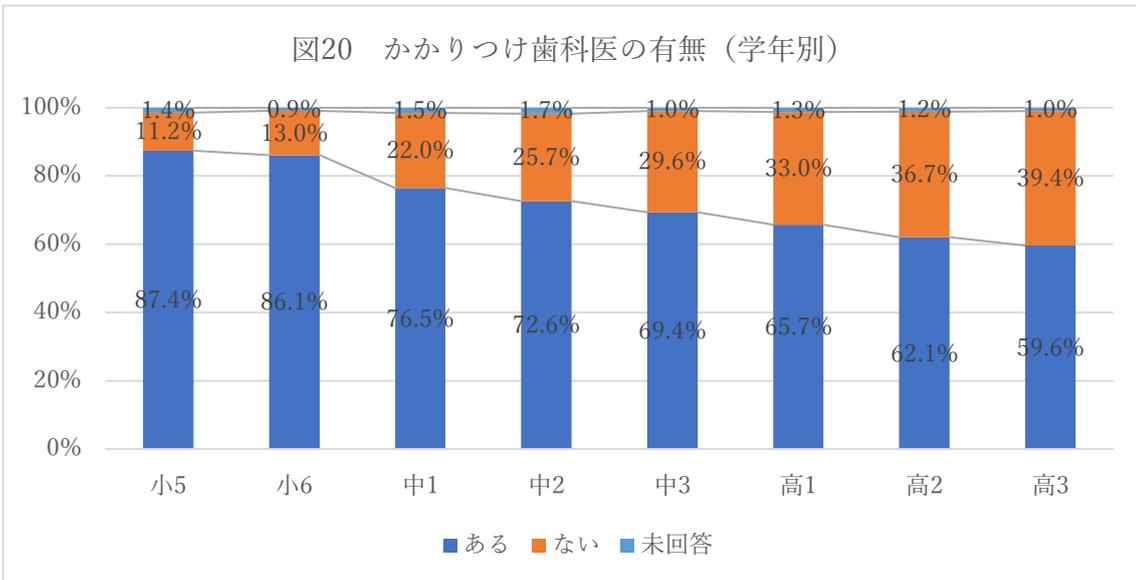
歯みがき時間と歯みがき補助器具の使用頻度を図19-1に示す。歯みがき時間が長いほど、歯みがき補助器具の使用頻度が高い傾向であった。



20. かかりつけ歯科医の有無

かかりつけ歯科医があると回答したのは72.2%、ないが26.6%、未回答が1.2%であった。

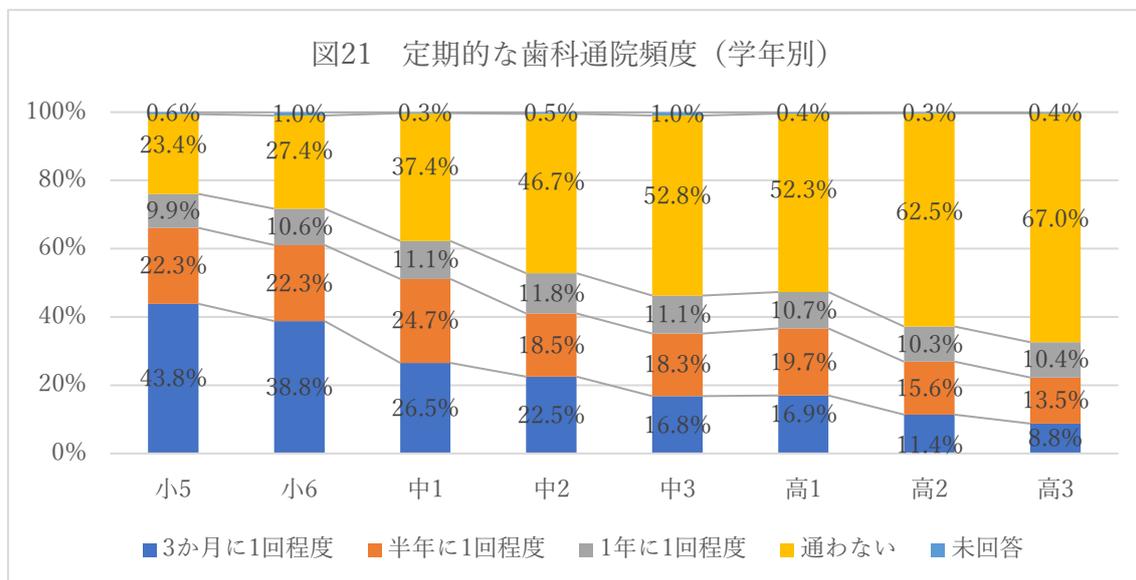
学年別の内訳を図20に示す。学年が上がるにつれ、かかりつけ歯科医がない者が増加した。小学6年生からの中学1年生にかけての減少割合が比較的大きかった。



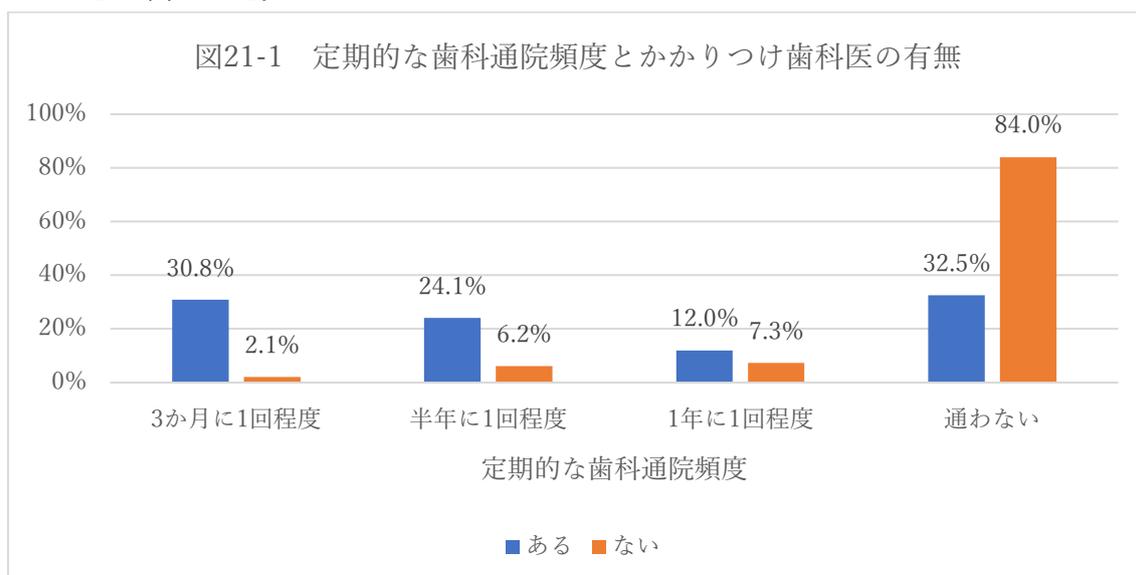
21. 定期的な歯科医院の通院頻度

歯が痛むなどの症状がなくても定期的に歯科医院に通院する頻度は、3か月に1回程度が23.1%、半年に1回程度が19.2%、1年に1回程度が10.7%、通わないが46.5%、未回答が0.5%であった。

学年別の内訳を図21に示す。学年が上がるにつれ定期的な歯科通院頻度は減少した。



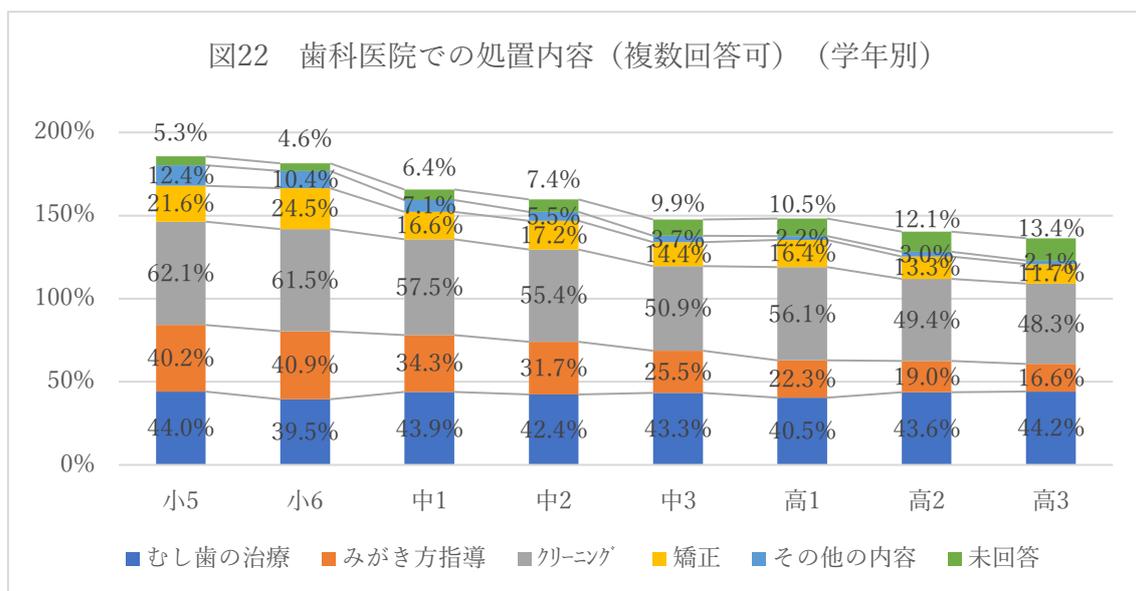
定期的な歯科通院頻度とかかりつけ歯科医の有無を図21-1に示す。定期的な歯科通院頻度が少ないほど、かかりつけ歯科医がない者が増加したが、通わないと回答した者でかかりつけ歯科医がある者の割合32.5%は、3か月に1回程度通院すると回答した者の割合30.8%より高かった。



22. 歯科医院での処置内容（複数回答可）

歯科医院での処置内容は複数回答可で、むし歯の治療が42.7%、歯のみがき方指導が28.5%、歯のクリーニング（歯石取り含む）が55.1%、矯正が16.9%、その他の内容が5.8%、未回答が8.9%であった。

学年別の内訳を図22に示す。全学年を通じてむし歯の治療が4割程度と概ね一定の割合を示した。最も多かったのはクリーニングであったが、学年が上がるにつれ、減少傾向であった。みがき方指導も学年が上がるにつれ減少した。



みがき方指導、クリーニングおよびその他の自由回答でフッ化物塗布またはシーラントの回答があった者を予防処置を受けているとして集計した結果を表1-2に示す。全学年平均では65.2%であった。小学5年生が最も高く、学年が上がるにつれ減少していた。

表1-2 予防処置を受けている者の割合（学年別）

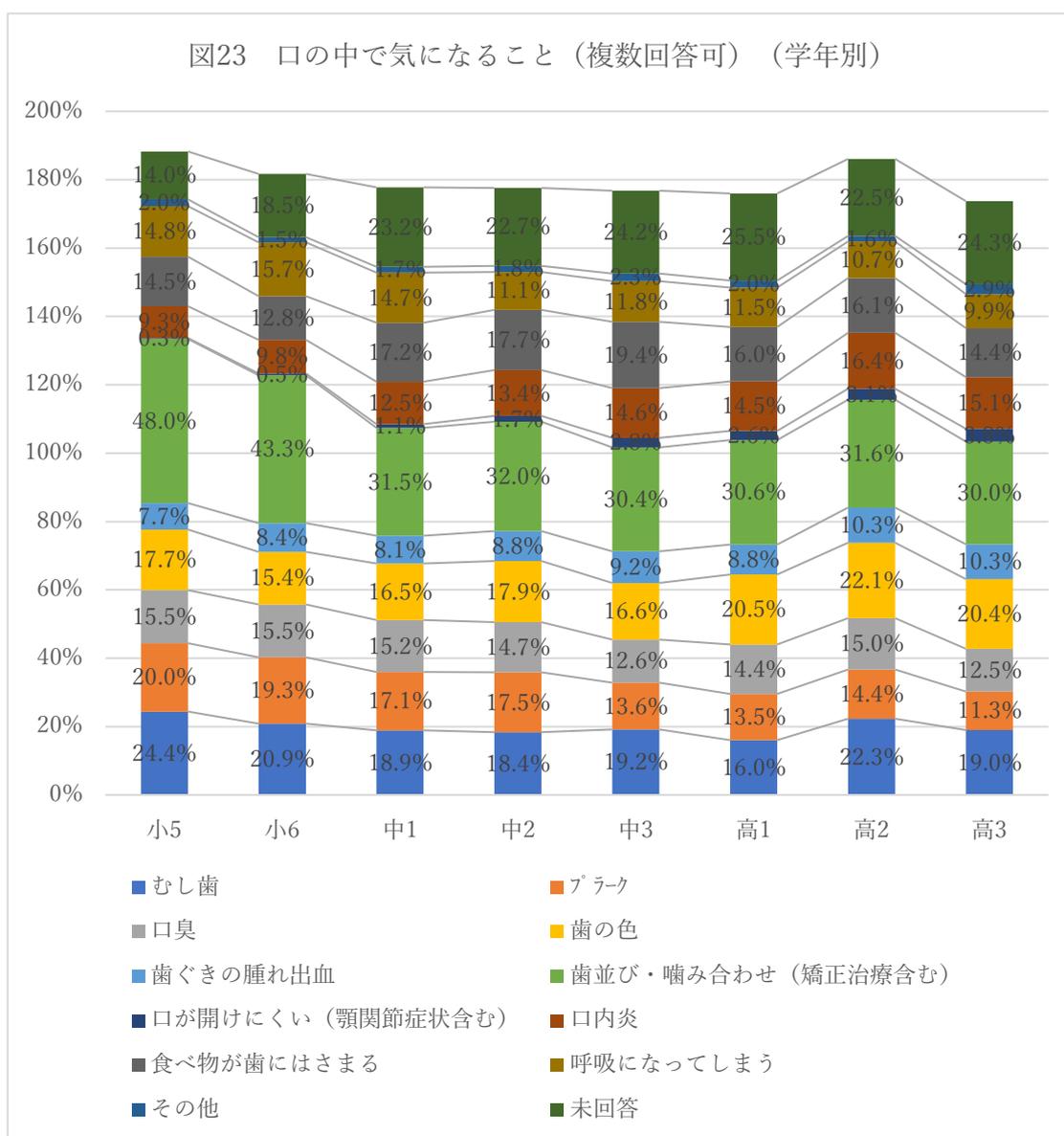
小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
76.6%	75.6%	70.2%	66.5%	60.3%	63.4%	56.2%	54.1%	65.2%

23. 口の中で気になること（複数回答可）

口の中で気になることは複数回答可で、むし歯が19.9%、プラークが15.8%、口臭が14.4%、歯の色が18.6%、歯ぐきの腫れ出血が9.0%、歯並び・噛み合わせ（矯正治療を含む）が34.8%、口が開けにくい（顎関節症状含む）が2.0%、口内炎が13.2%、食べ物が歯にはさまるが15.8%、口呼吸になってしまうが12.5%、その他の内容が2.0%、未回答が21.8%であった。

学年別の内訳を図23に示す。全学年を通じて、口の中で気になることに顕著な違いはみられなかった。矯正治療を含む歯並び・噛み合わせとプラークが小学生で多い傾向であった。

その他の項目で多かったのは、しみる・知覚過敏が34件、歯の生えかわりに関することが18件、歯が欠けたと舌に関することが12件ずつ、歯の先天欠如と歯石が11件ずつ、歯の形成不全が6件であった。



II 口腔内所見

A 歯肉の状態

歯肉の状態については、歯周疾患要観察者（GO）と歯周疾患（G）を区別して記載がある質問票とGO・Gの区別なく歯肉の炎症所見の有無の記載がある質問票を対象に、歯周疾患要観察者（GO）、歯肉に炎症所見あり（GOまたはG）、歯周疾患（G）の3つに分けて集計を行った。

集計対象とした児童・生徒数及び学校数を表 A-1-1 に示す。学年別の国公立の児童・生徒数を表 A-1-2 に示す。

表 A-1-1 集計対象児童・生徒数と対象学校数（歯周疾患）

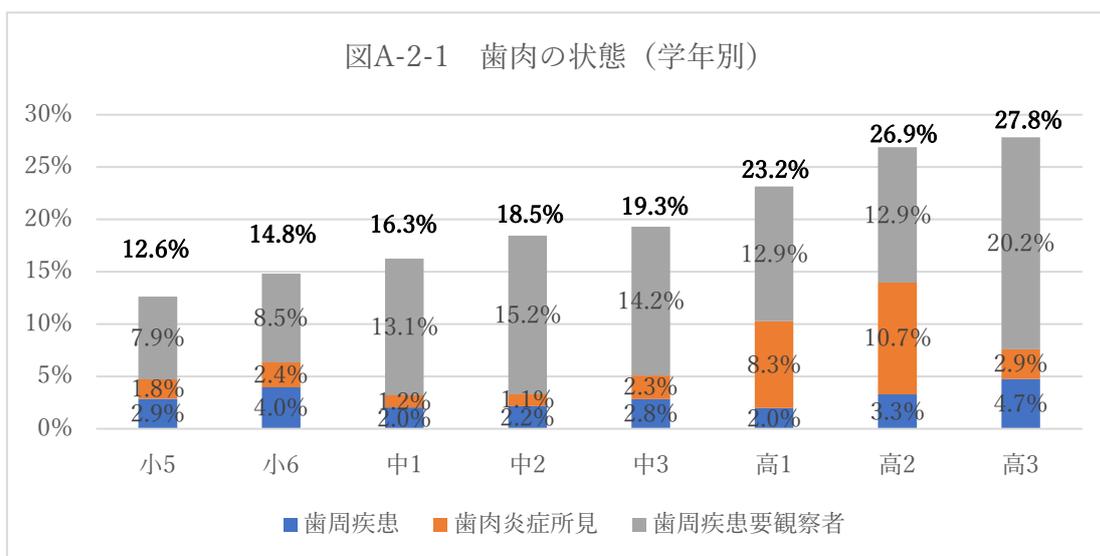
	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
男子	730	679	503	536	457	730	657	621	4,913
女子	734	672	739	706	653	730	924	1,034	6,192
未回答	64	85	136	96	86	108	115	95	785
合計	1,528	1,436	1,378	1,338	1,196	1,568	1,696	1,750	11,890
学校数	27	28	27	29	27	37	38	40	163

表 A-1-2 学年別の国公立の児童・生徒数（歯周疾患）

	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
公立	1,165	1,051	1,003	924	885	634	820	791	7,273
国立	363	355	0	122	0	40	43	36	959
私立	0	30	375	292	311	894	833	923	3,658

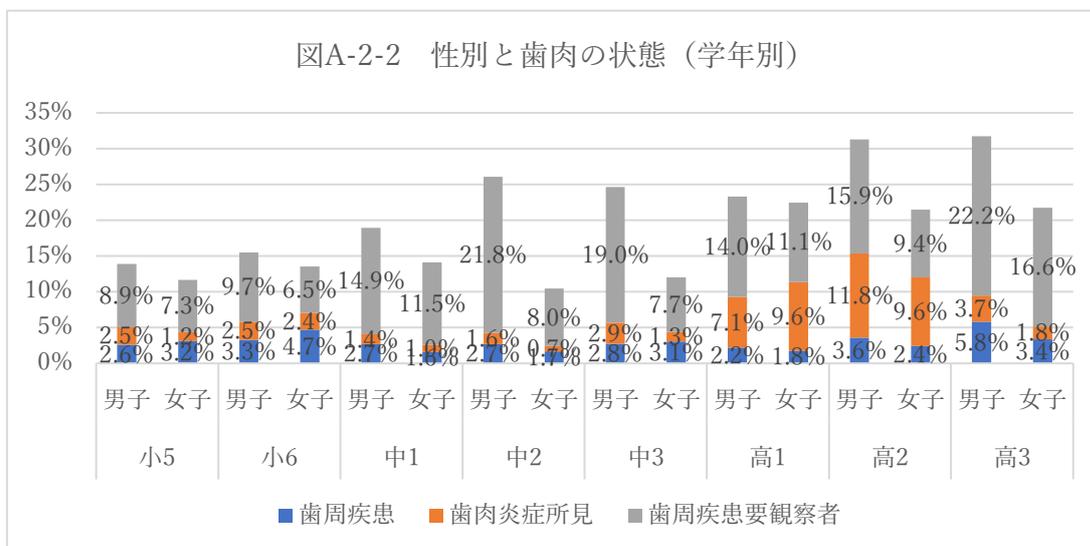
○学年別歯肉の状態

学年別の歯肉の状態（歯周疾患（G）、歯肉に炎症所見あり（GOまたはG）、歯周疾患用観察者（GO））を図A-2-1に示す。G、歯肉に炎症所見あり、GOの合計は、小学5年生で12.6%、小学6年生で14.8%、中学1年生で16.3%、中学2年生で18.5%、中学3年生で19.3%、高校1年生で23.2%、高校2年生で26.9%、高校3年生で27.8%であった。学年が上がるにつれ、歯肉の状態に所見を有する者の割合は増加する傾向であった。歯周疾患（G）は小学6年生と高校3年生で多く、歯周疾患用観察者（GO）は高校3年生で多かった。高校1、2年生では、歯肉に炎症所見ありが多かったため、実際のGO・Gの割合は測りかねるが、中学3年生から高校3年生にかけて漸次増加するものと推察される。



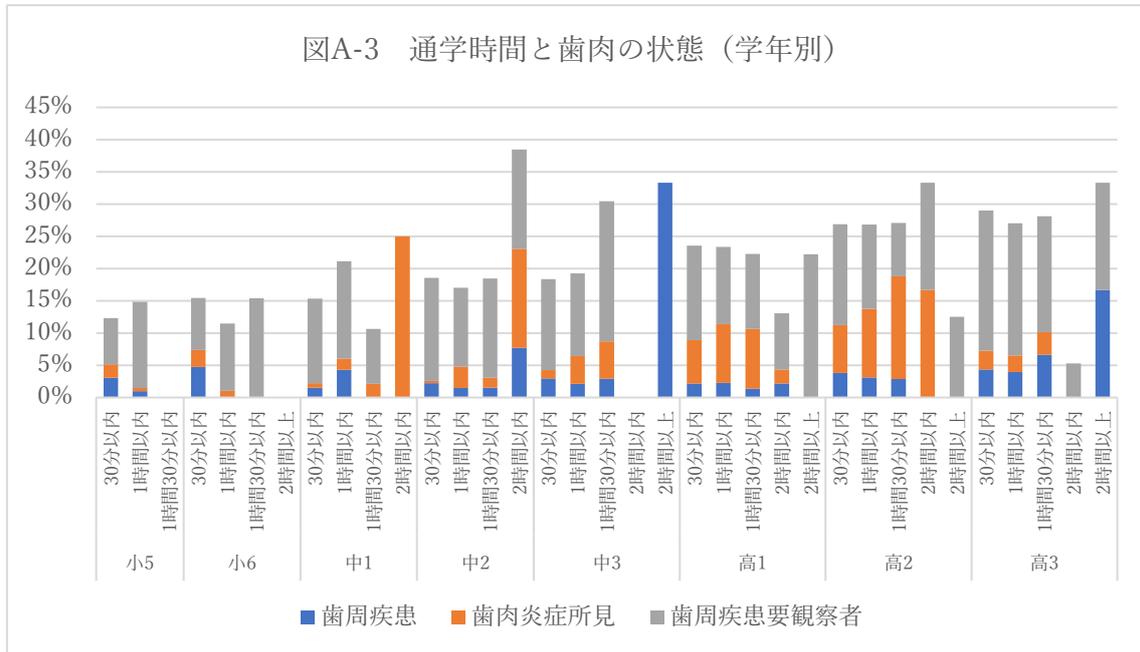
1. 学年別性別

学年別性別の歯肉の状態を図A-2-2に示す。すべての学年で女子の方が歯肉の状態に所見を有する者が少なかった。



2. 通学時間

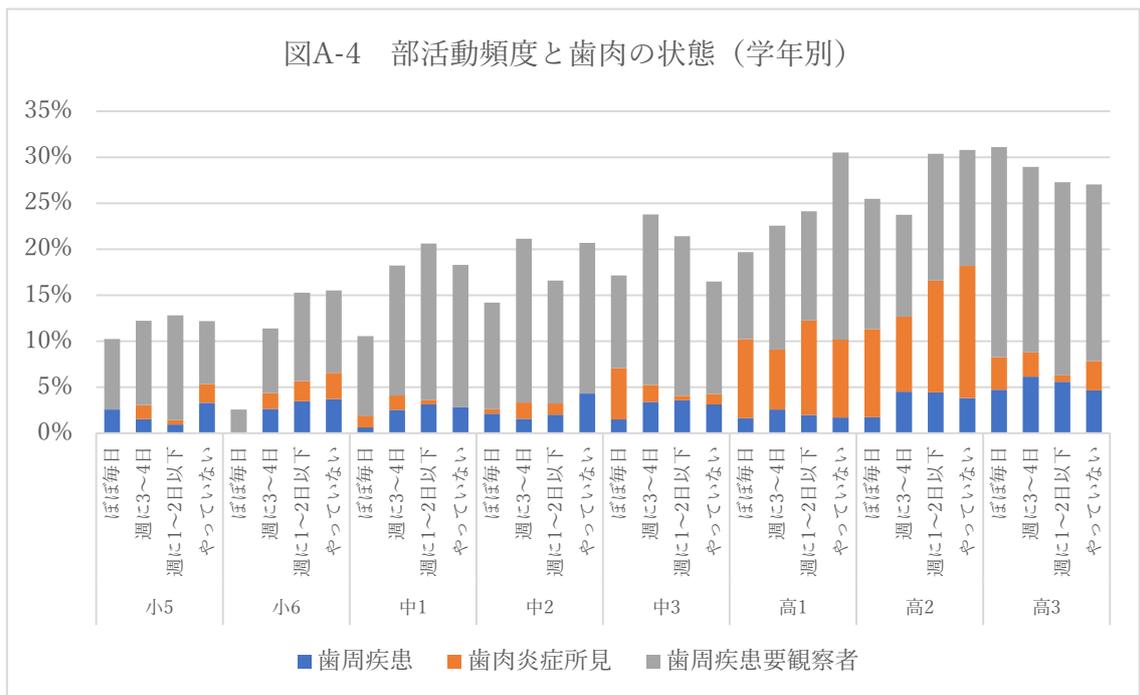
学年別通学時間別の歯肉の状態を図 A-3 に示す。通学時間が2 時間以上で歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



3. 放課後や土日の活動

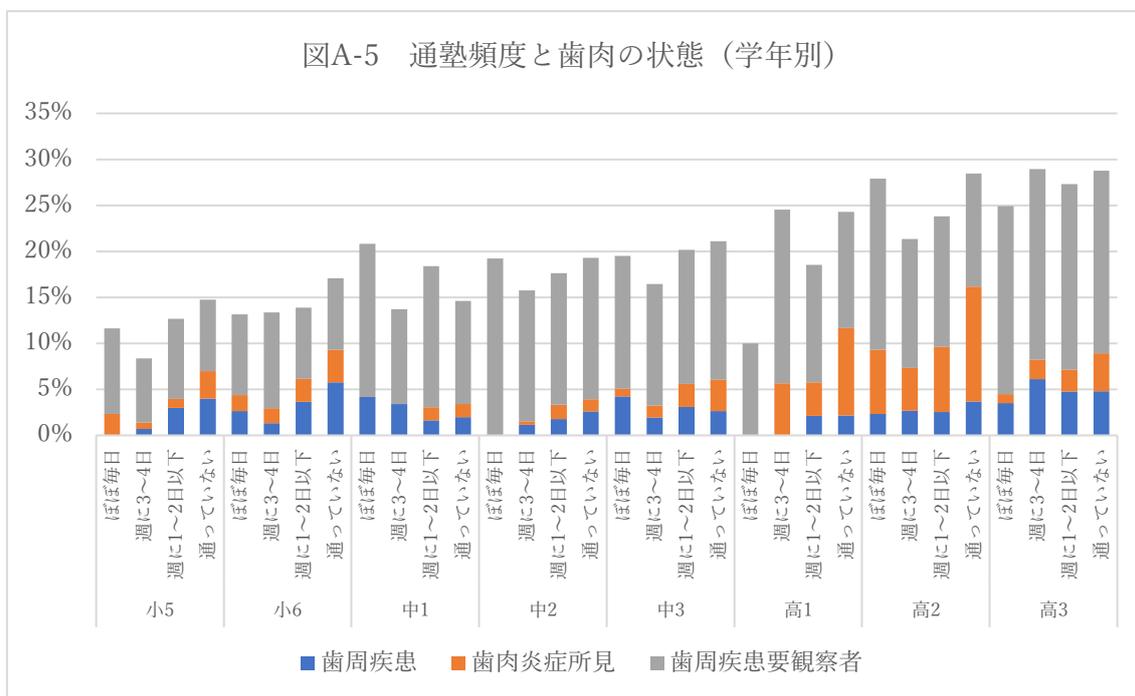
(1) 部活

学年別部活動頻度別の歯肉の状態を図 A-4 に示す。高校1 年生までは部活をほぼ毎日やっている者で歯肉の状態に所見を有する者が少ない傾向であった。



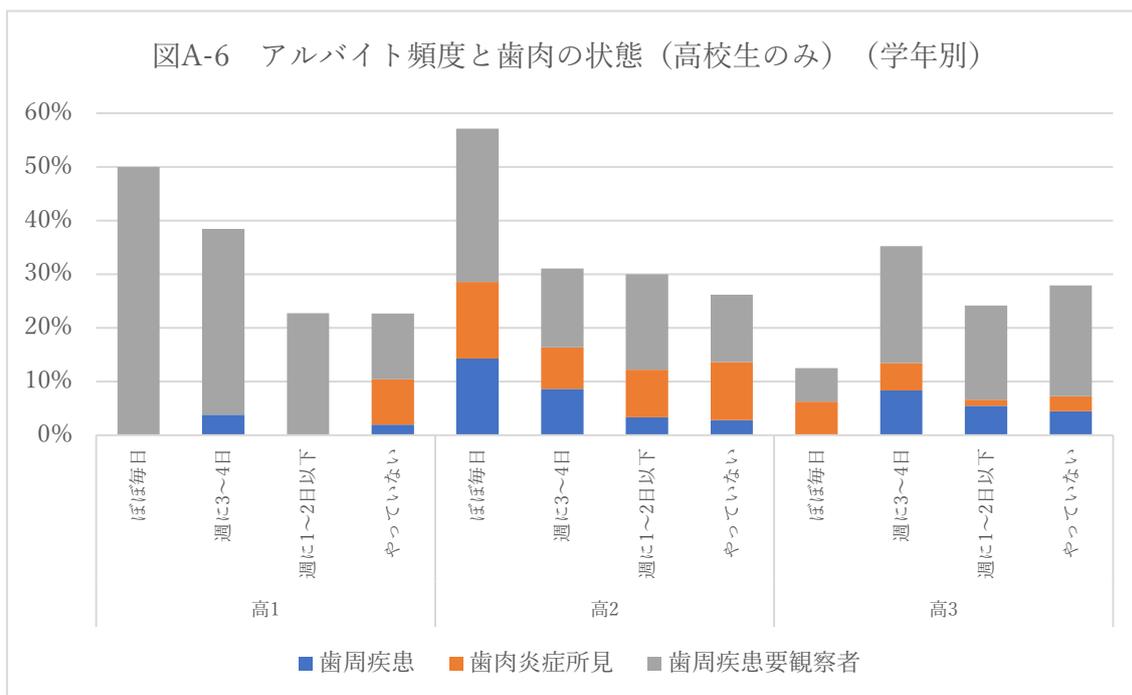
(2) 塾

学年別通塾頻度別の歯肉の状態を図 A-5 に示す。通塾の頻度と歯肉の状態の間には一定の傾向を認めなかった。



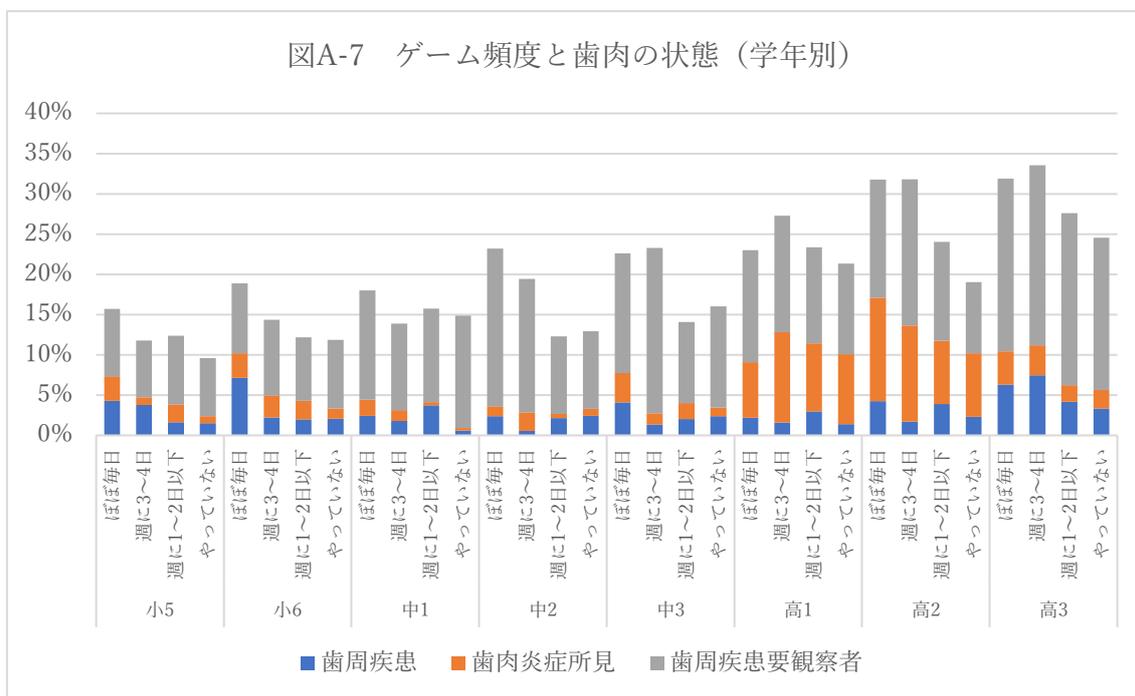
(3) アルバイト（高校生のみ）

学年別アルバイト頻度別の歯肉の状態を図 A-6 に示す。高校1、2年生ではアルバイトの頻度が低いほど歯肉の状態に所見を有する者が少なかった。



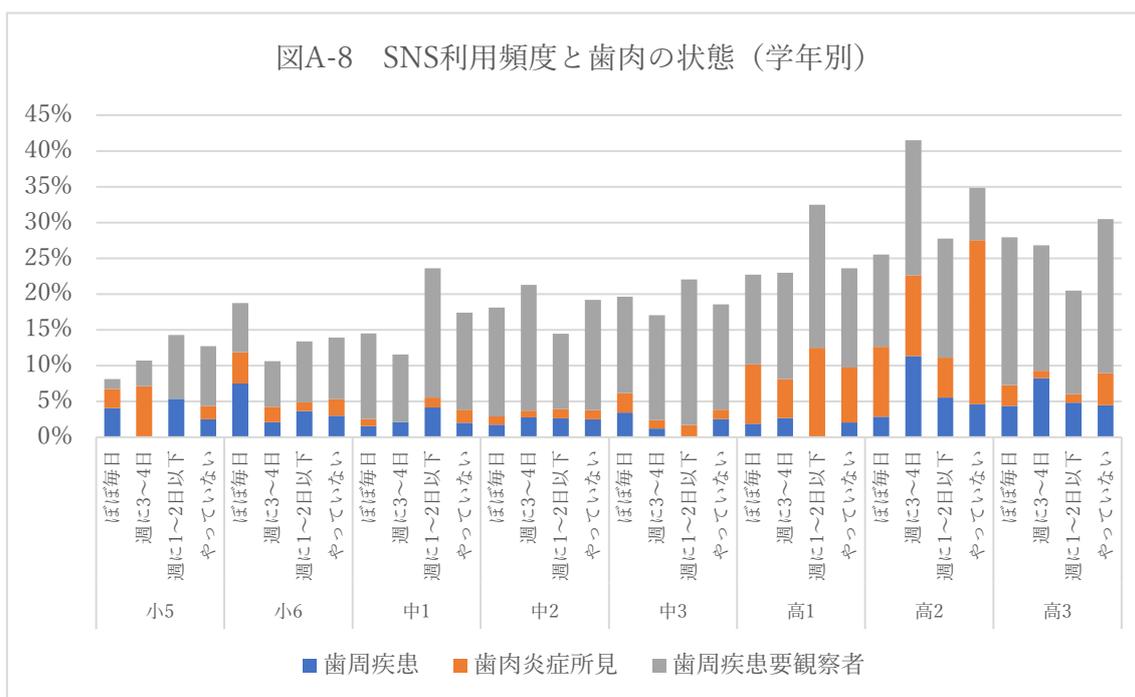
(4) ゲーム

学年別ゲーム頻度別の歯肉の状態を図 A-7 に示す。ゲームの頻度が低いほど、歯肉の状態に所見を有する者が少なかった。



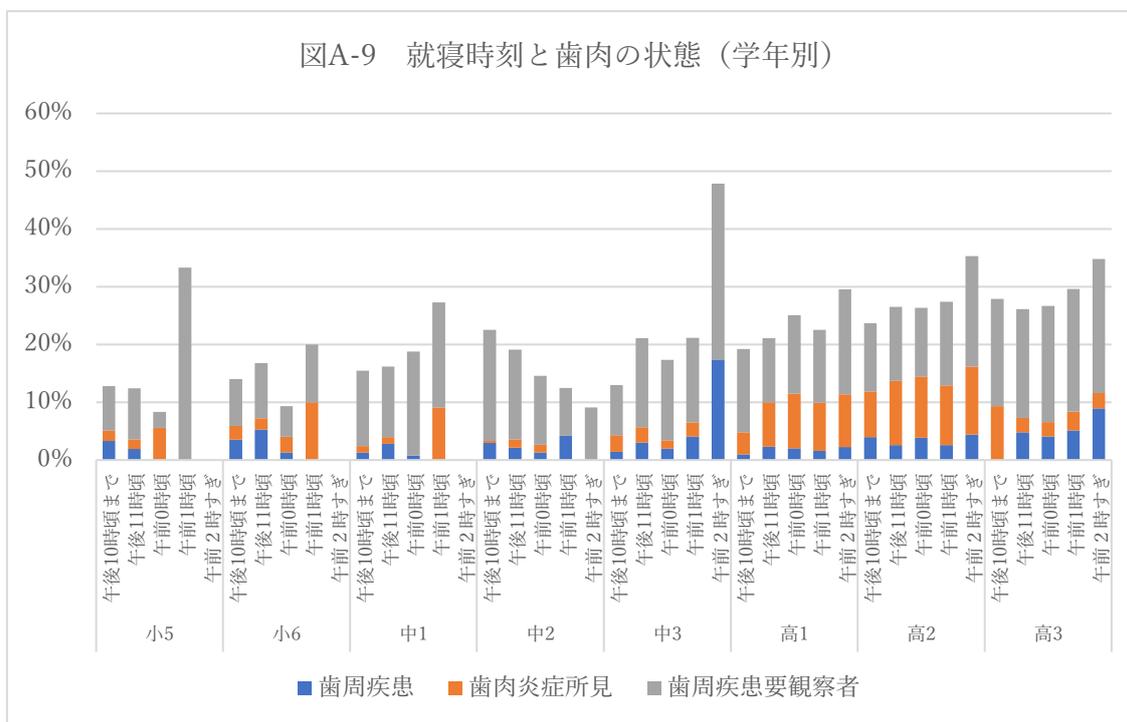
(5) SNS 利用と歯肉の状態

学年別 SNS 利用頻度別の歯肉の状態を図 A-8 に示す。SNS の利用頻度と歯肉の状態の間には一定の傾向を認めなかった。



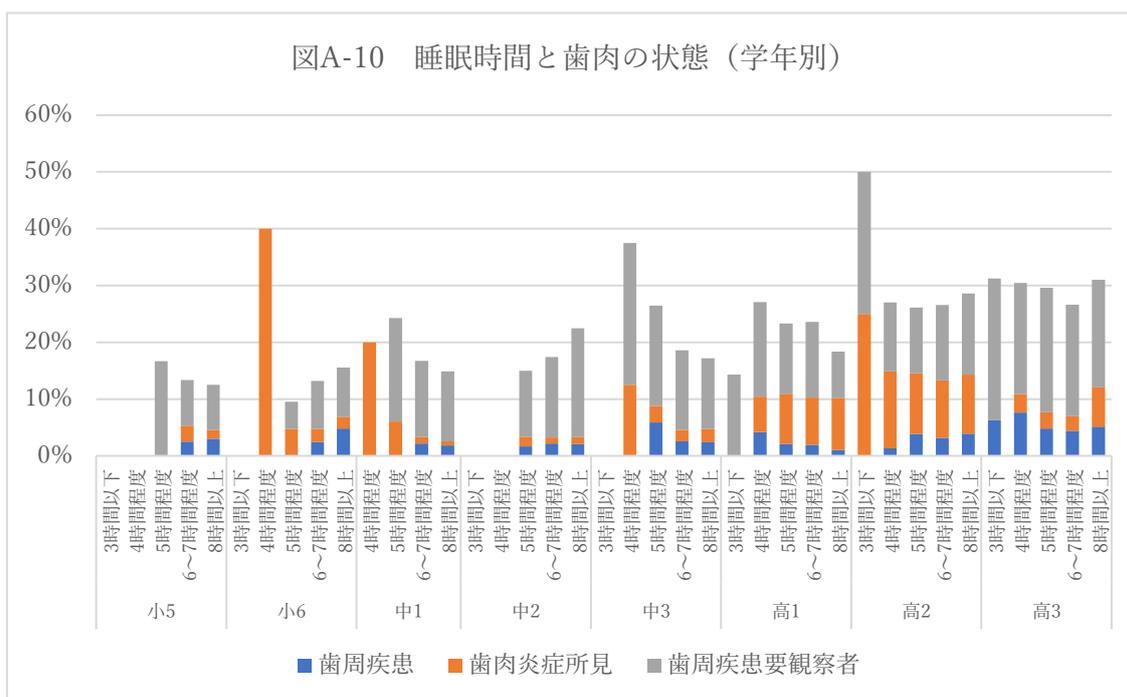
4. 就寝時刻と歯肉の状態

学年別就寝時刻別の歯肉の状態を図 A-9 に示す。就寝時刻が遅いほど歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



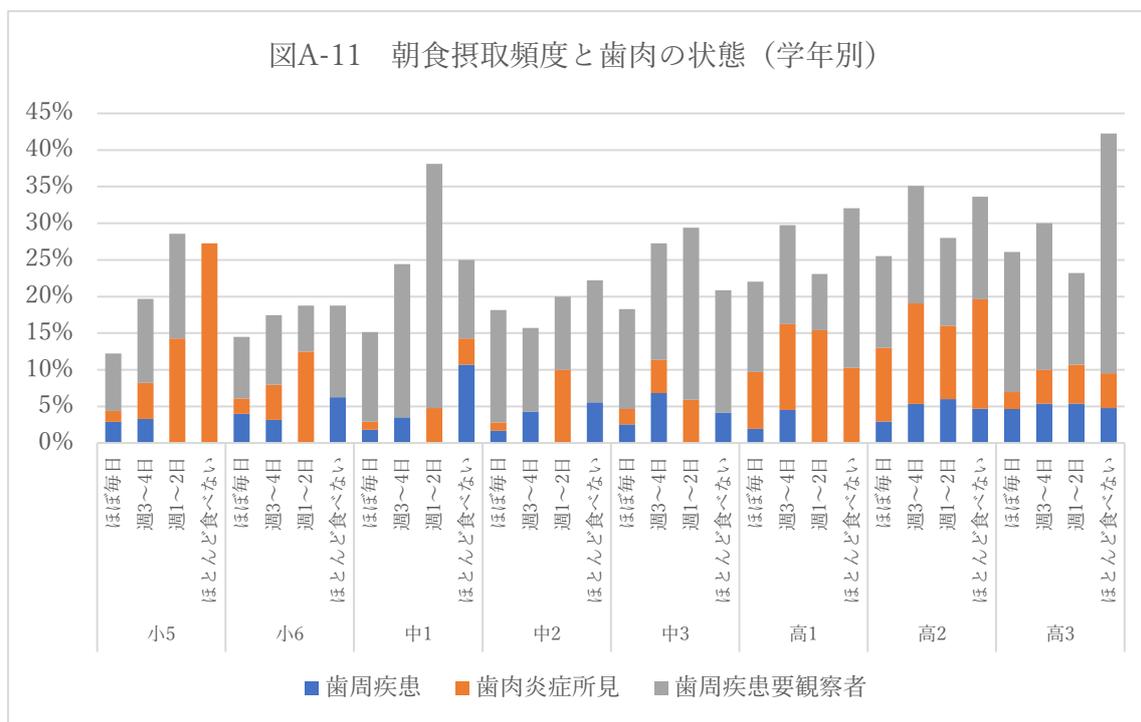
5. 睡眠時間と歯肉の状態

学年別睡眠時間別の歯肉の状態を図 A-10 に示す。概ね睡眠時間が短い方が歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



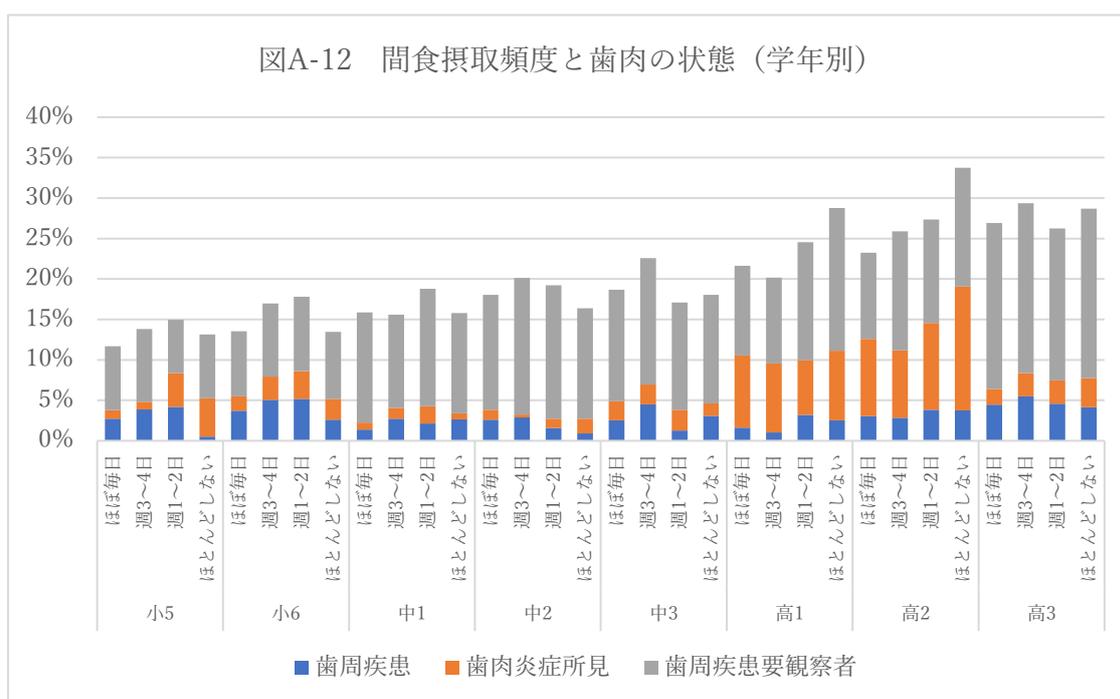
6. 朝食摂取頻度と歯肉の状態

学年別朝食摂取頻度と歯肉の状態を図 A-11 に示す。概ね朝食の摂取頻度が低いほど、歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



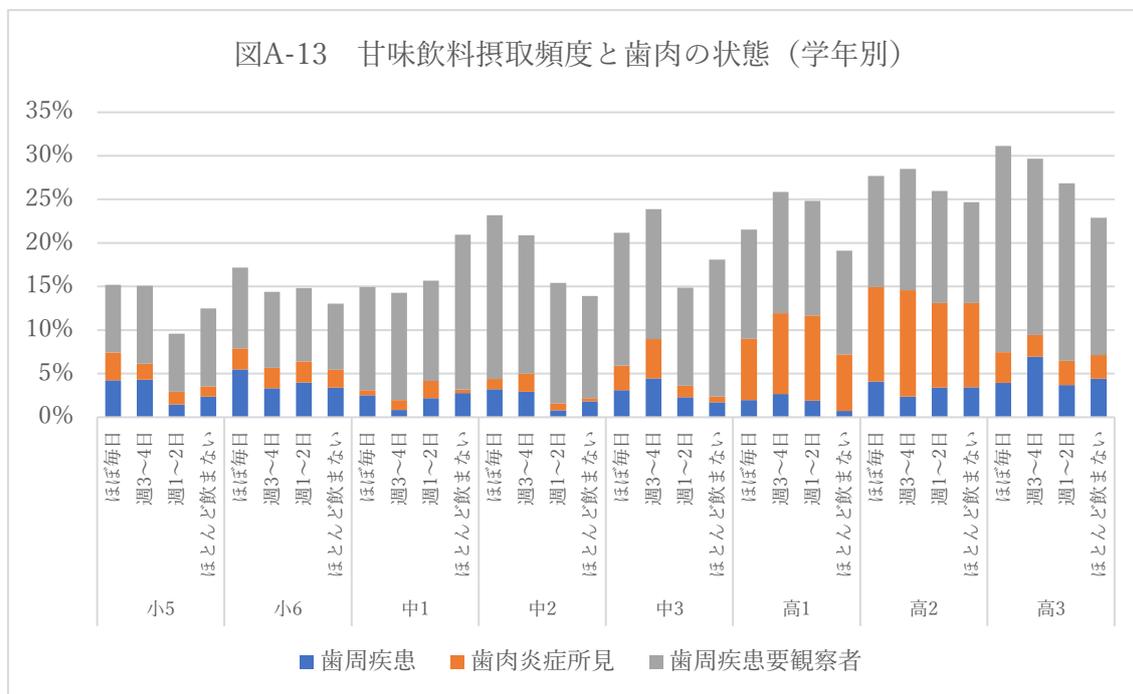
7. 間食摂取頻度と歯肉の状態

学年別間食（朝・昼・夕飯以外の食事）摂取頻度と歯肉の状態を図 A-12 に示す。間食の摂取頻度と歯肉の状態の間に一定の傾向を認めなかった。



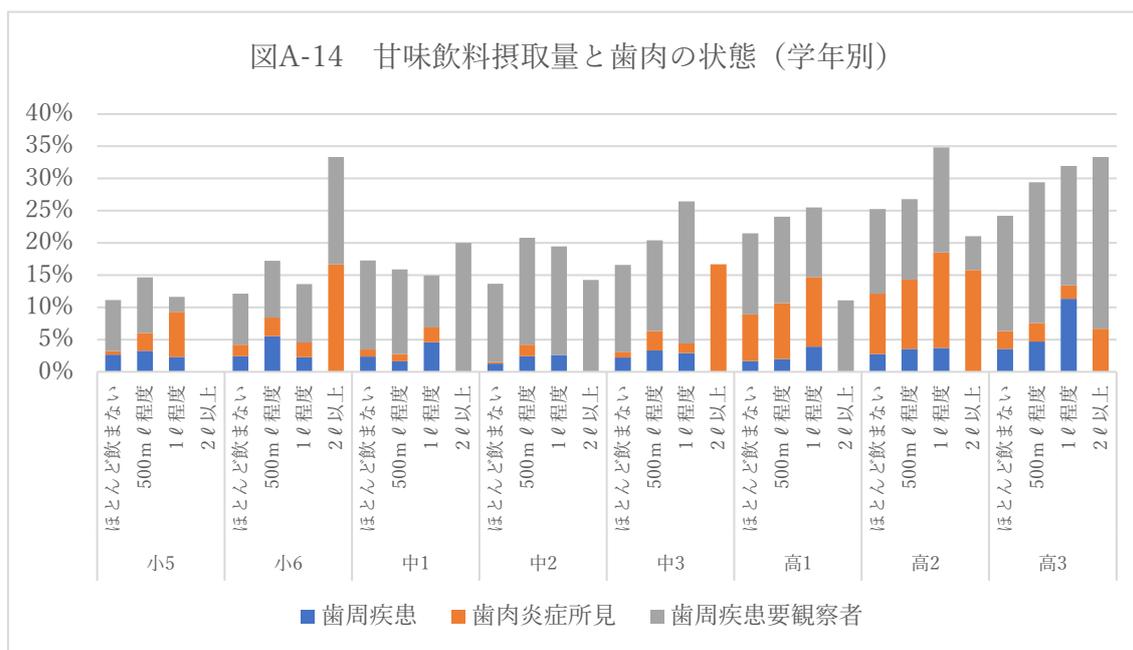
8. 甘味飲料摂取頻度と歯肉の状態

学年別甘味飲料（ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク・エナジードリンクなど）摂取頻度と歯肉の状態を図A-13に示す。中学1年生を除き、摂取頻度が低いほど、歯肉の状態に所見を有する者が少ない傾向であった。



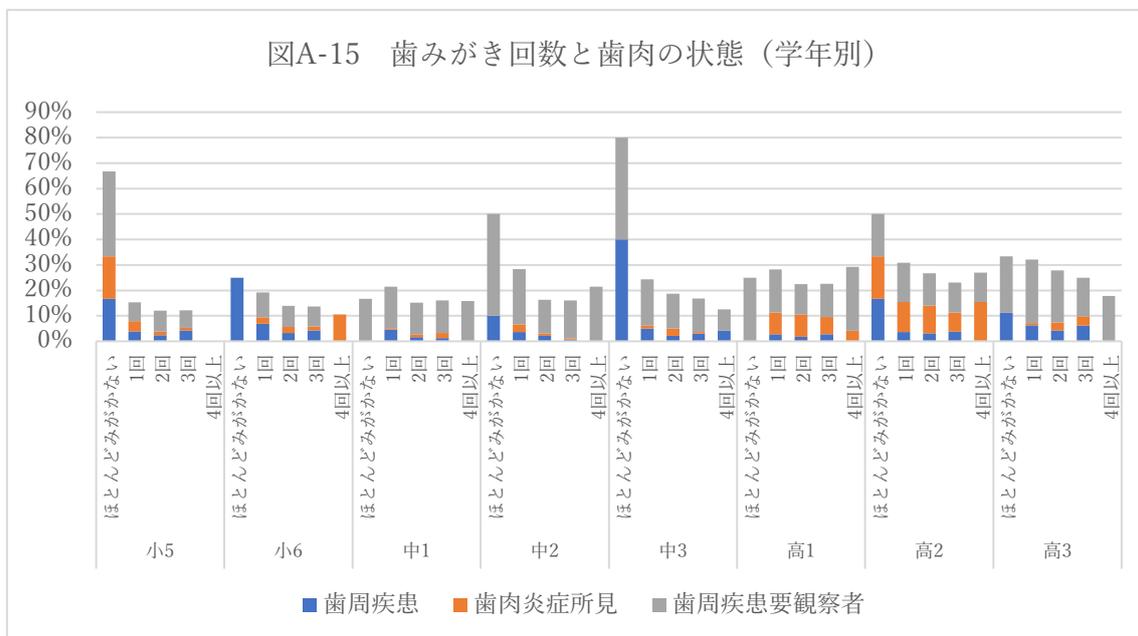
9. 1日あたり甘味飲料摂取量と歯肉の状態

学年別1日あたり甘味飲料（ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク・エナジードリンクなど）摂取量と歯肉の状態を図A-14に示す。概ね1日あたり摂取量が多いほど歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



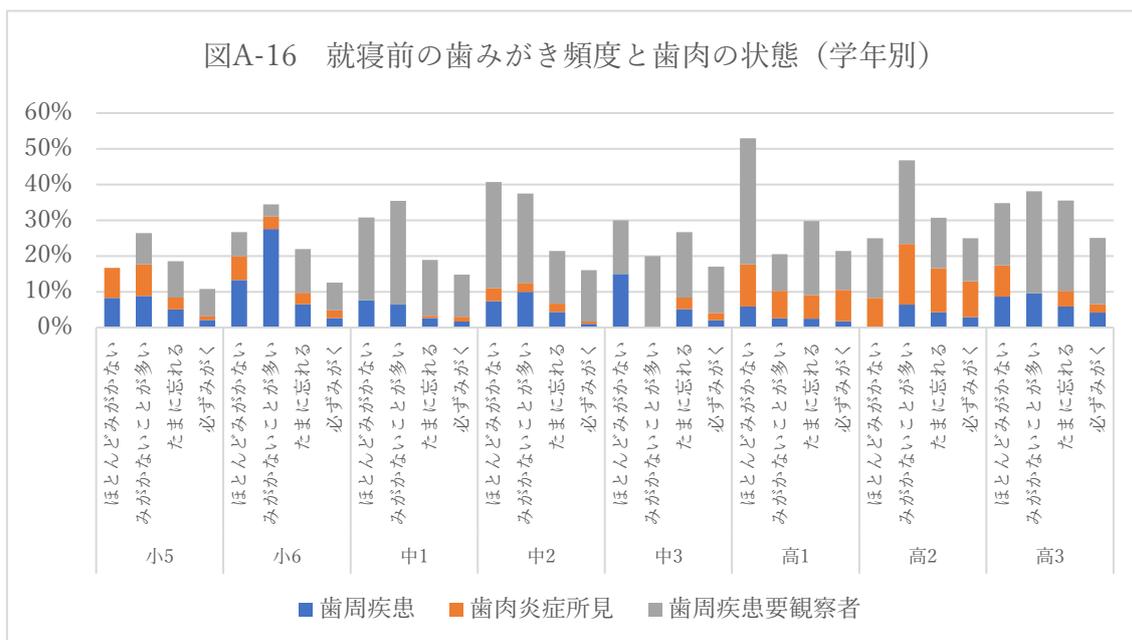
10. 歯みがき回数と歯肉の状態

学年別歯みがき回数別の歯肉の状態を図 A-15 に示す。ほとんどみがかない者で歯肉の状態に所見を有する者が多かった。また、概ね歯みがき回数が多いほど歯肉の状態に所見を有する者が少なかった。ほとんどみがかない者で他の集計と比して明らかに高い数値を示したことから、歯をみがかないことがリスクとして影響が大きいことがうかがわれる。



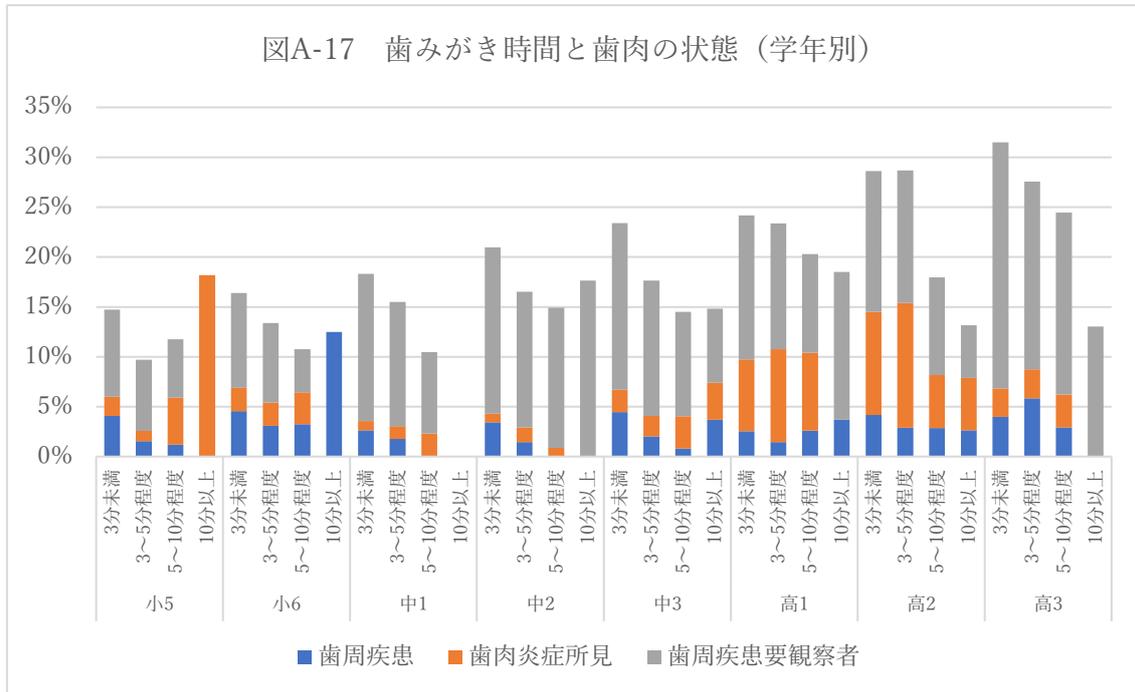
11. 就寝前の歯みがきと歯肉の状態

学年別就寝前（その日最後に食べた後から、寝るまでの間）の歯みがきと歯肉の状態を図 A-16 に示す。みがかない頻度が高いほど概ね歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であったが、必ずしもほとんどみがかない者が最も多いわけではなかった。



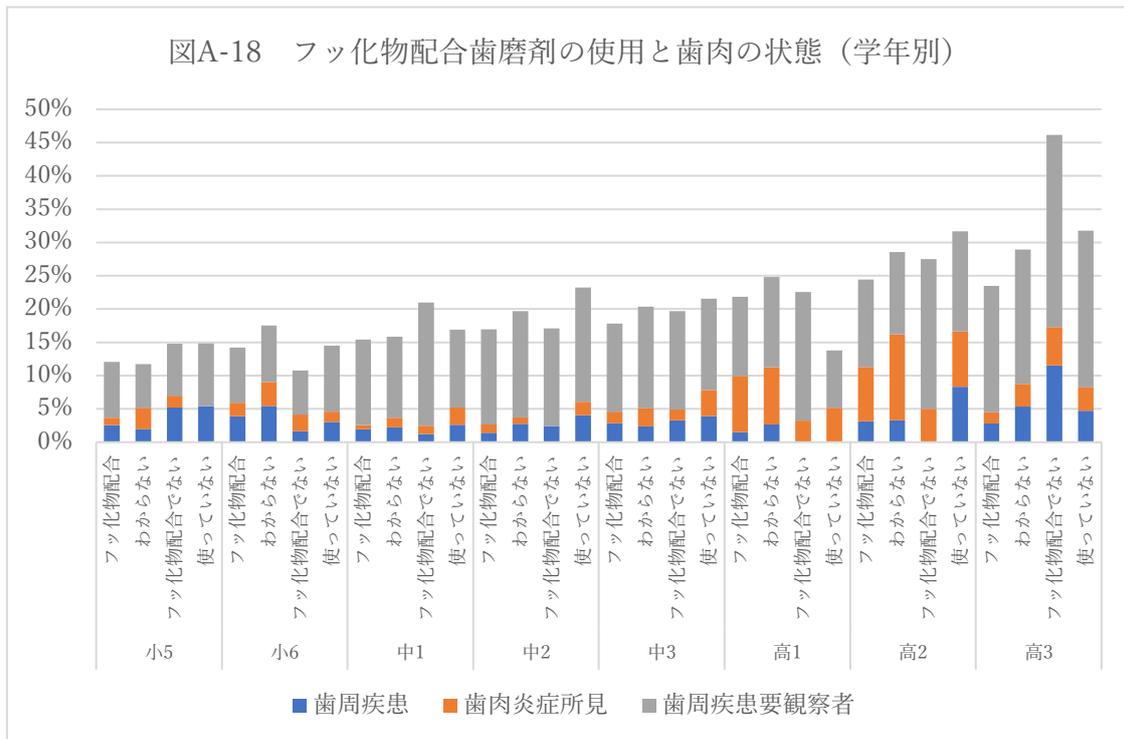
12. 歯みがき時間と歯肉の状態

学年別歯みがき時間別の歯肉の状態を図 A-17 に示す。歯みがき時間が短いほど歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



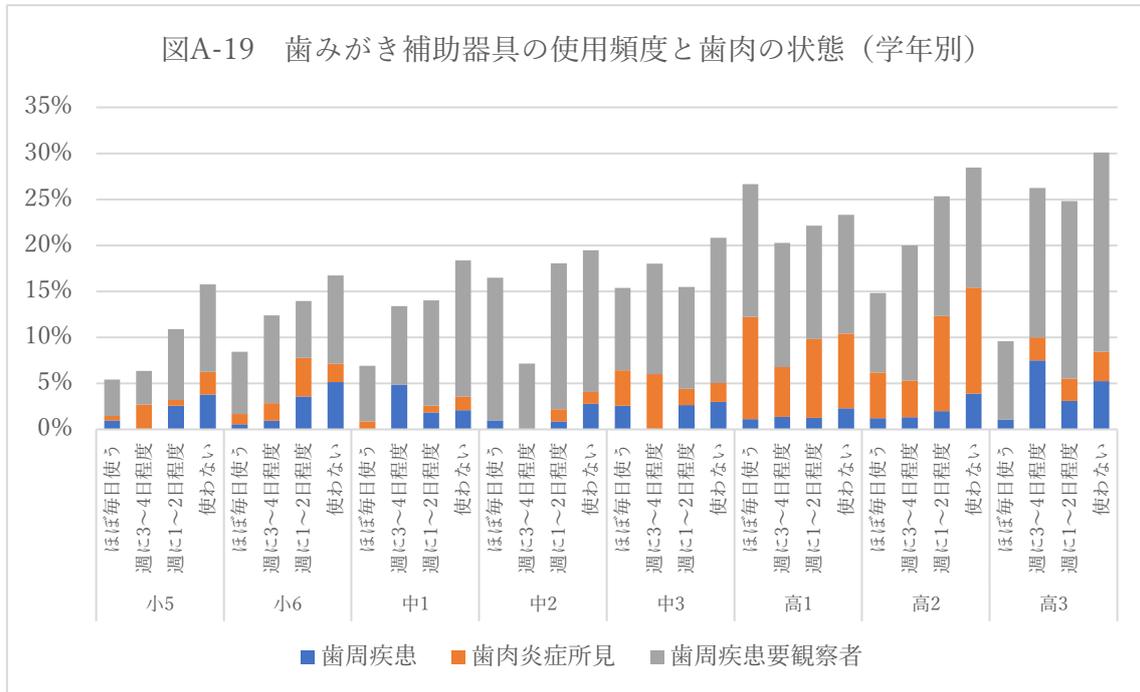
13. フッ化物配合歯磨剤の使用と歯肉の状態

学年別フッ化物配合歯磨剤の使用状況別の歯肉の状態を図 A-18 に示す。フッ化物配合歯磨剤の使用と歯肉の状態の間に一定の傾向を認めなかった。



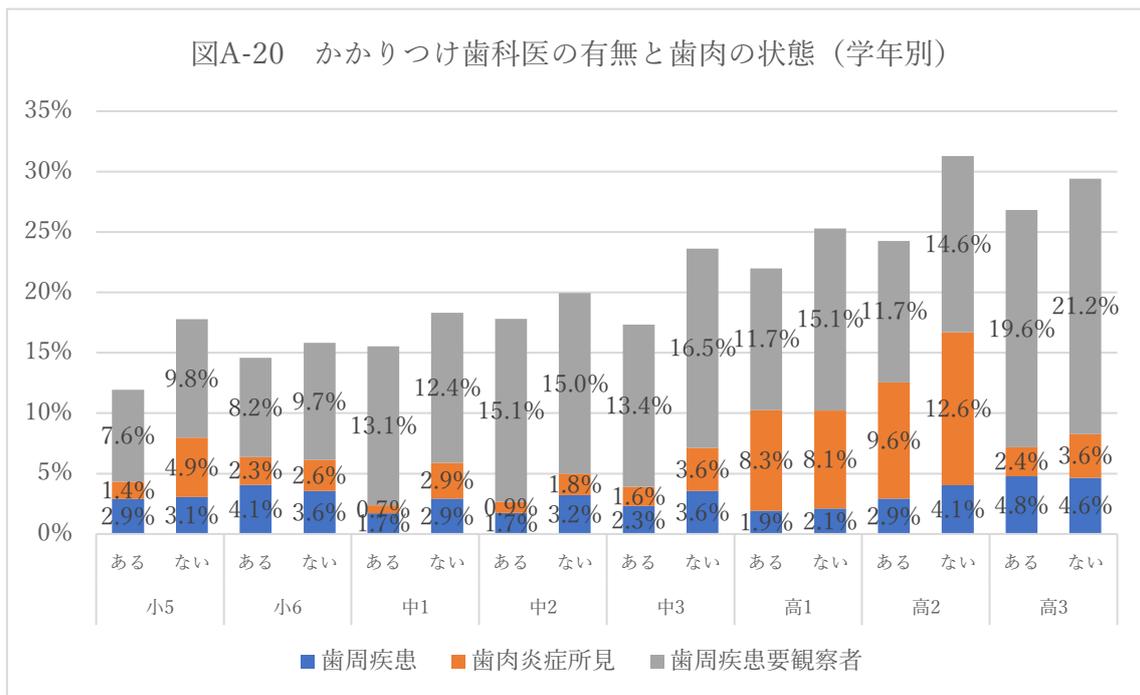
14. 歯みがき補助器具の使用頻度と歯肉の状態

学年別歯みがき補助器具の使用頻度別の歯肉の状態を図 A-19 に示す。歯みがき補助器具の使用頻度が高いほど概ね歯肉の状態に所見を有する者が少ない傾向であった。



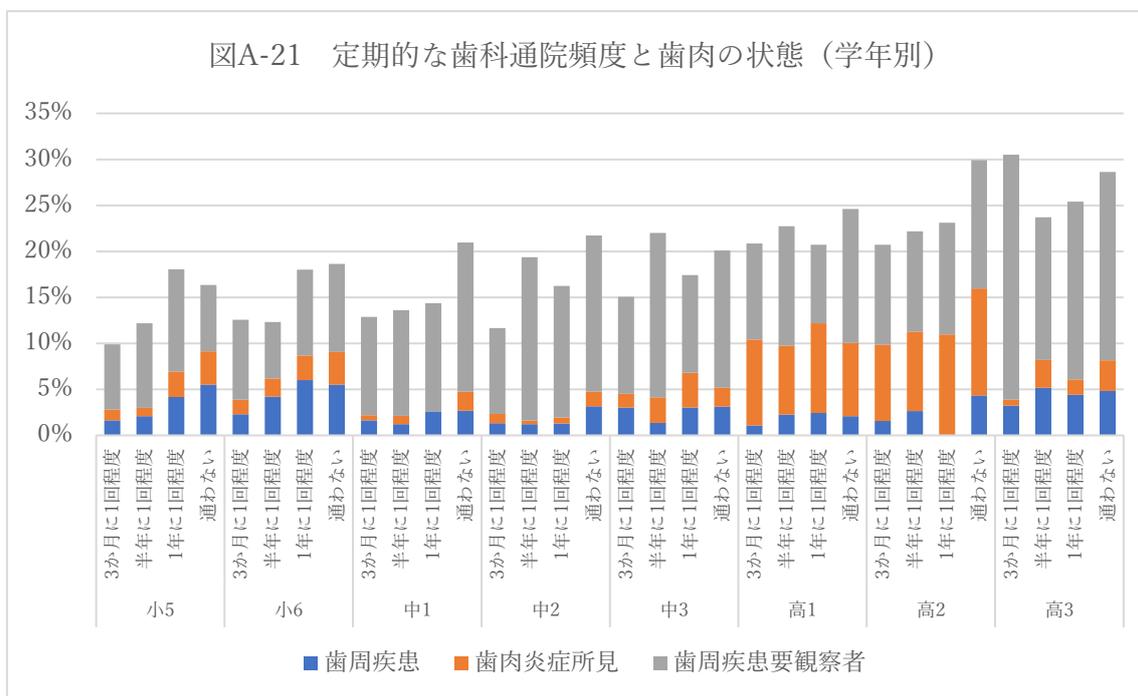
15. かかりつけ歯科医の有無と歯肉の状態

学年別かかりつけ歯科医の有無別の歯肉の状態を図 A-20 に示す。すべての学年においてかかりつけ歯科医がある者で歯肉の状態に所見を有する者が少なかった。



16. 定期的な歯科通院頻度と歯肉の状態

学年別の定期的な歯科通院頻度別の歯肉の状態を図 A-21 に示す。定期的な歯科通院頻度が低いほど概ね歯肉の状態に所見を有する者が多い傾向であった。



以上から、概ね規則正しい食事と睡眠、歯みがきといった生活習慣が歯肉の炎症を減少させると推察される。特に、

- ・ゲームをする頻度が高い
- ・就寝時間が遅い／睡眠時間が短い
- ・朝食をほとんど食べない
- ・甘味飲料の摂取頻度が高い／摂取量が多い
- ・歯みがき回数が少ない
- ・就寝前に歯を磨かない
- ・歯みがき時間が短い
- ・歯みがき補助具の使用頻度が低い

ことがリスクであることが示唆された。

これらの生活習慣を改善し、かかりつけ歯科医をもち定期的に歯科通院をすることで歯肉の炎症を防ぐことができると考えられる。

B 歯の状態

歯の状態については、未処置歯数、喪失歯数、処置歯数のすべてが記録された質問票を対象に集計を行った。性別の集計については、性別を区別しない場合には合計で、性別を区別する場合には未回答を除外して集計を行った。アンケートの各項目で未回答の結果は表示していない。

集計対象となった児童・生徒数及び学校数を表 B-1-1 に示す。学年別の国公立の児童・生徒数を表 B-1-2 に示す。

表 B-1-1 集計対象児童・生徒数と対象学校数（う歯）

	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
男子	875	768	793	706	677	813	970	1,097	6,699
女子	860	762	552	558	507	803	695	682	5,419
未回答	76	96	157	104	98	120	126	105	882
合計	1,811	1,626	1,502	1,368	1,282	1,736	1,791	1,884	13,000
学校数	33	32	28	29	27	43	41	44	181

表 B-1-2 学年別の国公立の児童・生徒数（う蝕）

	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
公立	1,368	1,244	975	868	859	727	896	859	7,796
国立	363	355	116	208	112	40	43	36	1,273
私立	80	27	411	292	311	969	852	989	3,931

なお、本調査用紙には乳歯と永久歯の別を記載していないため、乳歯が含まれた結果を含んでいると考えられることから、特に小学生の数値については注意を要する。また、喪失歯数（M）については、う蝕による喪失歯を対象とするが、歯科矯正治療による便宜抜歯が疑われる4本といった結果が散見されたことから、この数値についても注意が必要である。ただし、喪失歯4本を除外しても喪失歯数は少数第2位に影響を及ぼす程度であったため、除外せずに集計を行った。

○むし歯（う歯）被患率

むし歯（う歯）被患率とは、むし歯（治療済みのむし歯を含む。）のある者の割合である。むし歯（う歯）被患率は、小学校（5、6年生のみ）29.74%、中学校27.63%、高等学校42.40%であった。

これは公立学校のみを対象とした平成30年度の定期健康診断疾病異常調査結果の小学校38.81%、中学校35.36%、高等学校46.18%と比べ、いずれも低い数値を示した。小学校が5、6年生のみで乳歯のむし歯の影響が少ないこと、調査年度が1年新しいことを考慮しても、低い結果であると考えられる。高等学校では、その差は小さくなっていた。

表 B-2 むし歯（う歯）被患率

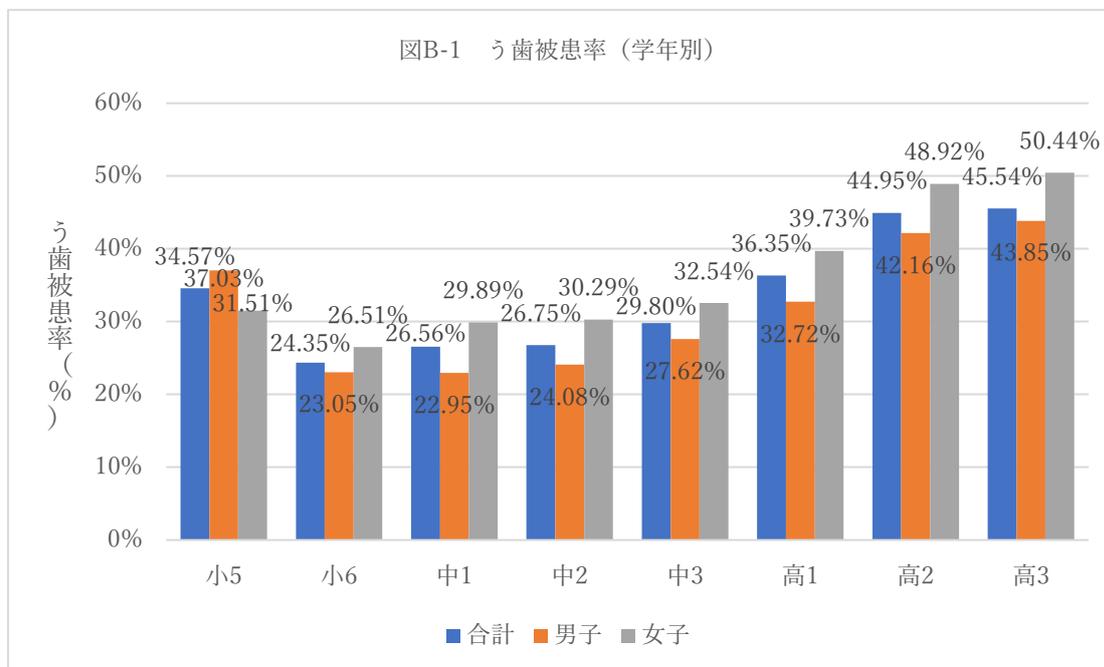
	小学校			中学校			高等学校		
	合計	男子	女子	合計	男子	女子	合計	男子	女子
本調査	29.74%	30.49%	29.16%	27.63%	24.77%	30.86%	42.40%	40.14%	46.01%
(参考)	38.81%	40.18%	37.35%	35.36%	33.61%	37.24%	46.18%	44.17%	48.17%

注：本調査の小学校は5、6年生のみ

(参考)は平成30年度定期健康診断疾病異常調査の値（出典：平成30年度東京都の学校保健統計書）

○学年別むし歯（う歯）被患率

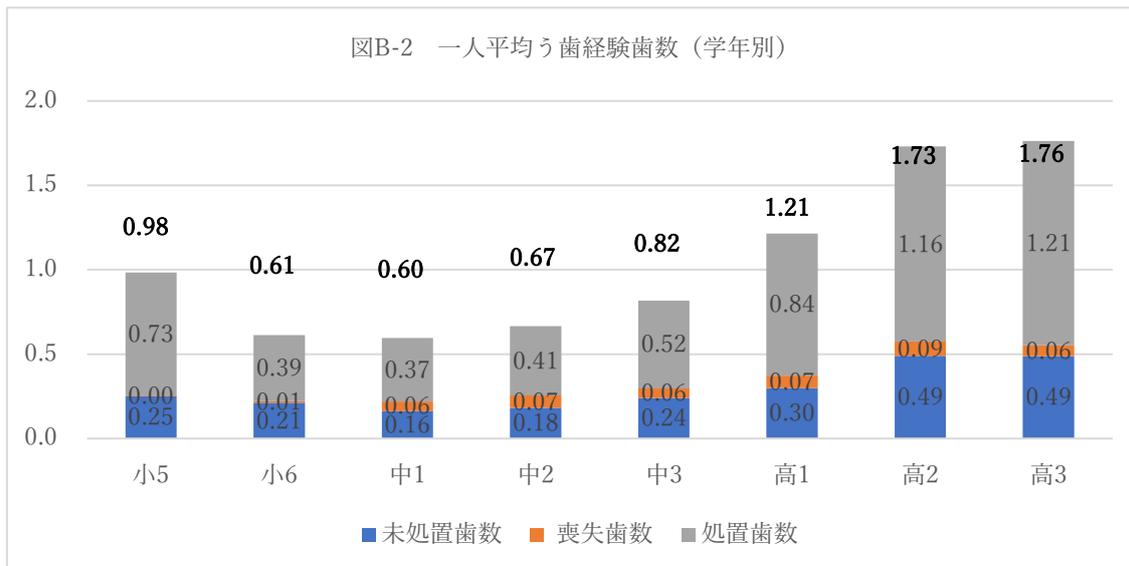
学年別のむし歯（う歯）被患率を図B-1に示す。乳歯を含んでいることから、小学5年生で小学6年生より高くなったものと考えられる。



1. 学年別・性別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数

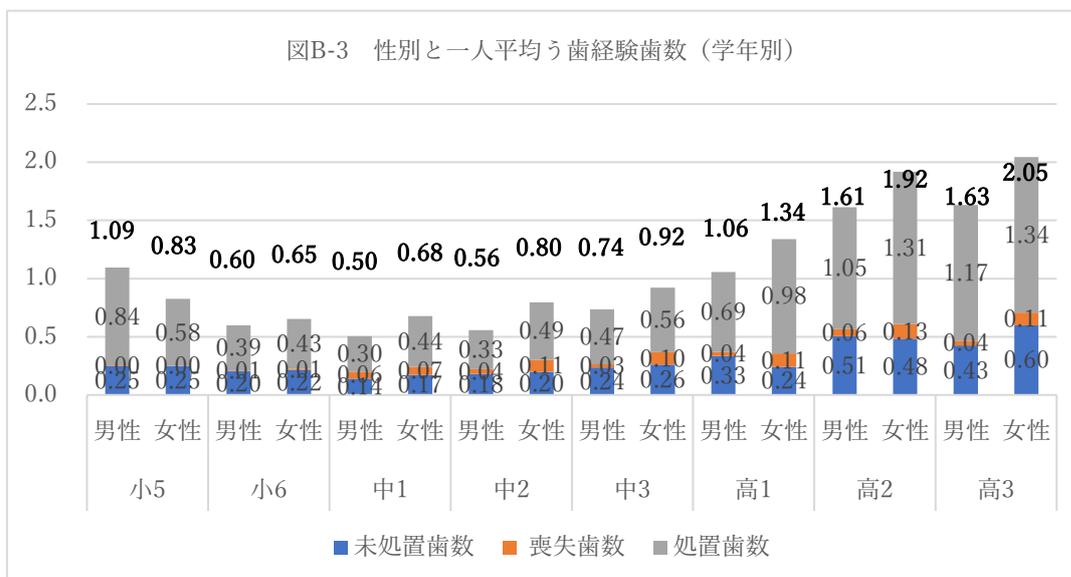
(1) 学年別

学年別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数（注：乳歯を含んでいる可能性あり）は、小学5年生が0.98、小学6年生が0.61、中学1年生が0.60、中学2年生が0.67、中学3年生が0.82、高校1年生が1.21、高校2年生が1.73、高校3年生が1.76で、平均では1.09であった。学年別の一人平均処置歯数、喪失歯数、未処置歯数を図B-2に示す。小学生で高い数値を示したのは、乳歯を含んで集計されているためと考えられる。高校2年生で未処置歯数と処置歯数が顕著に増加した。



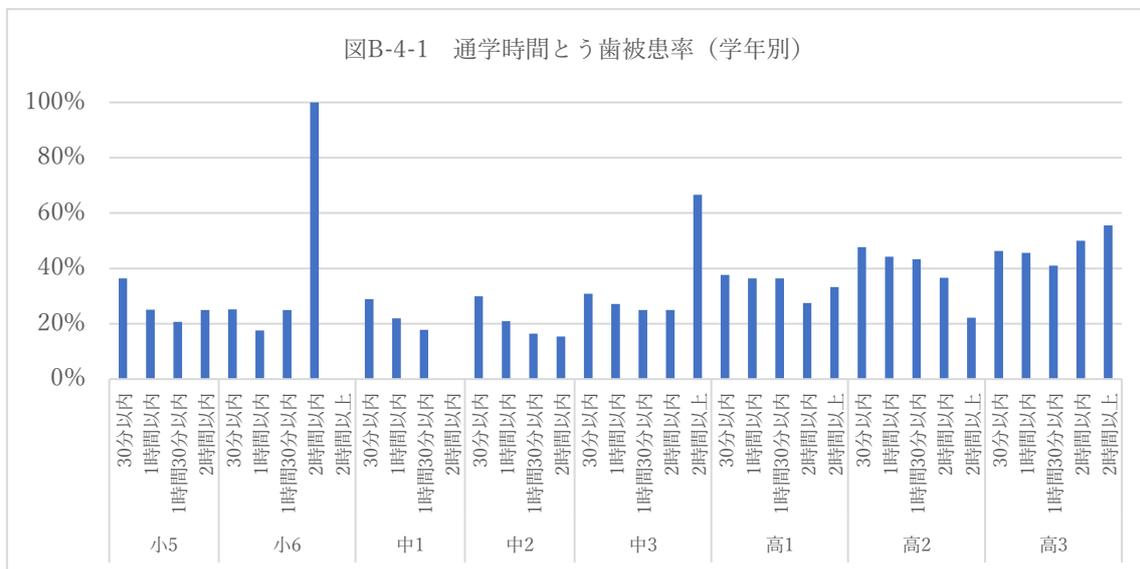
(2) 学年別性別

学年別性別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-3に示す。一人平均むし歯（う歯）経験歯数は、小学5年生では男子の方が高いが、それ以外の学年では女子の方が高い結果であった。

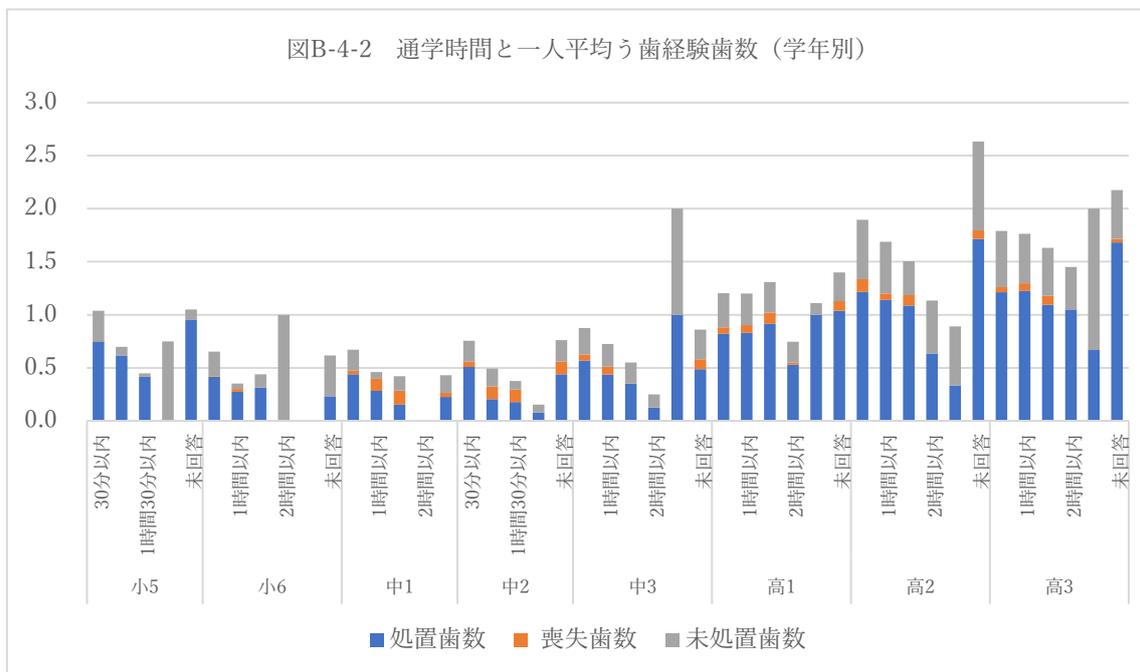


2. 通学時間

学年別通学時間別のう歯罹患率を図 B-4-1 に示す。小学 6 年生の 2 時間以内は 1 名、中学 3 年生の 2 時間以上は 3 名と人数が少なかったため、突出した数値となったものの、通学時間の長さとう歯被患率に一定の傾向は認められなかった。



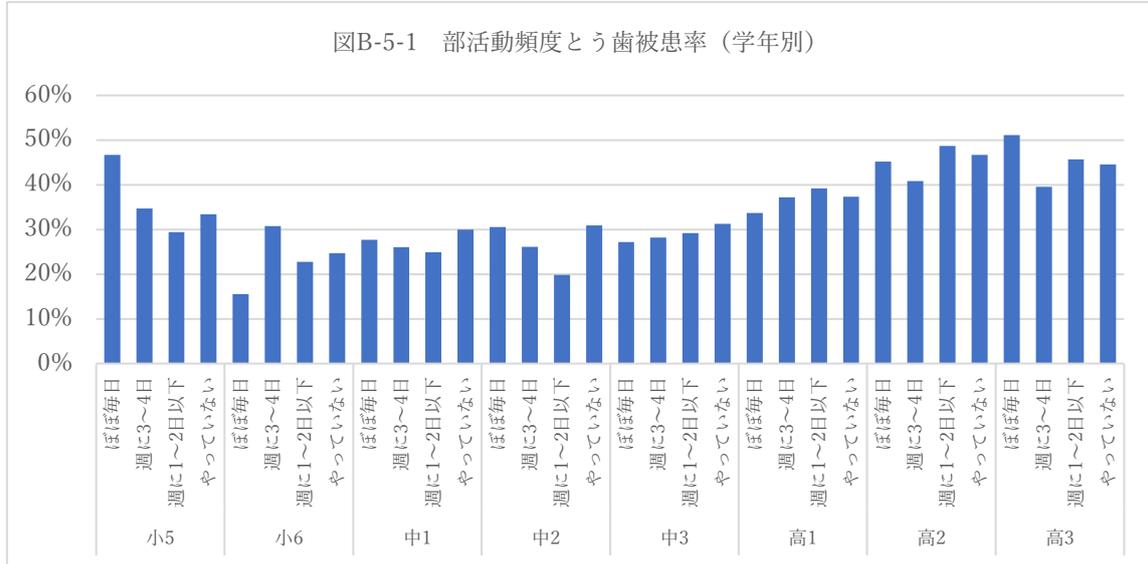
学年別通学時間別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-4-2 に示す。2 時間以上を除き、通学時間が短いほど多い傾向であった。また、通学時間が長い方が未処置歯数は多い傾向であった。



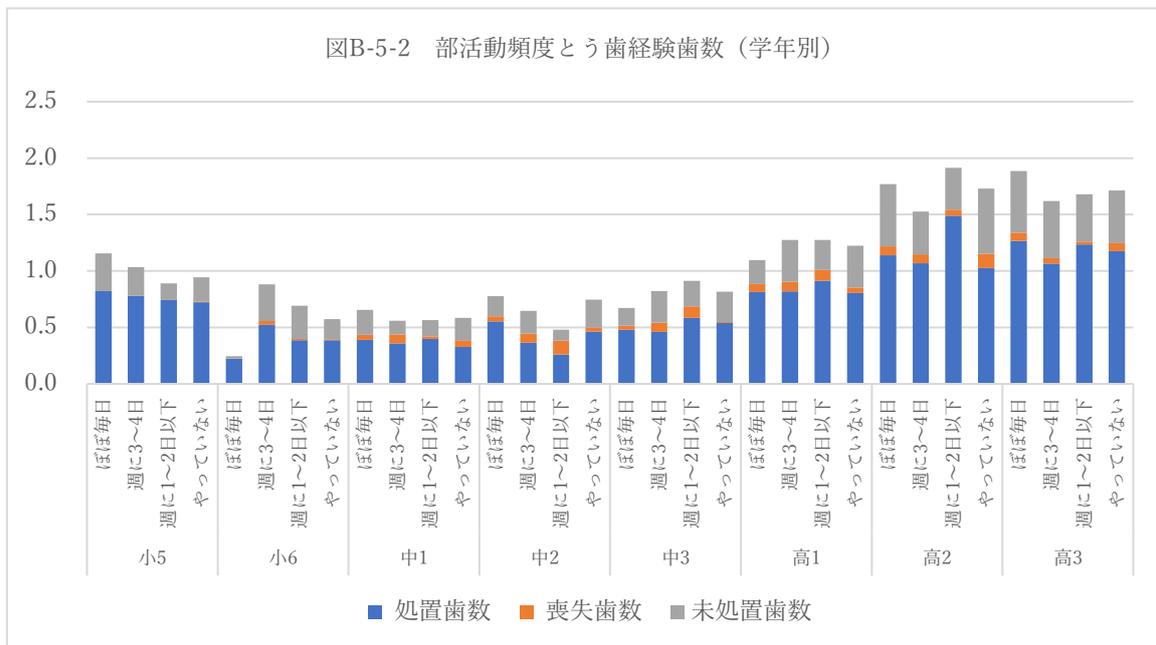
3. 放課後や土日の活動

(1) 部活

学年別部活動頻度別のう歯被患率を図 B-5-1 に示す。部活動の頻度とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。

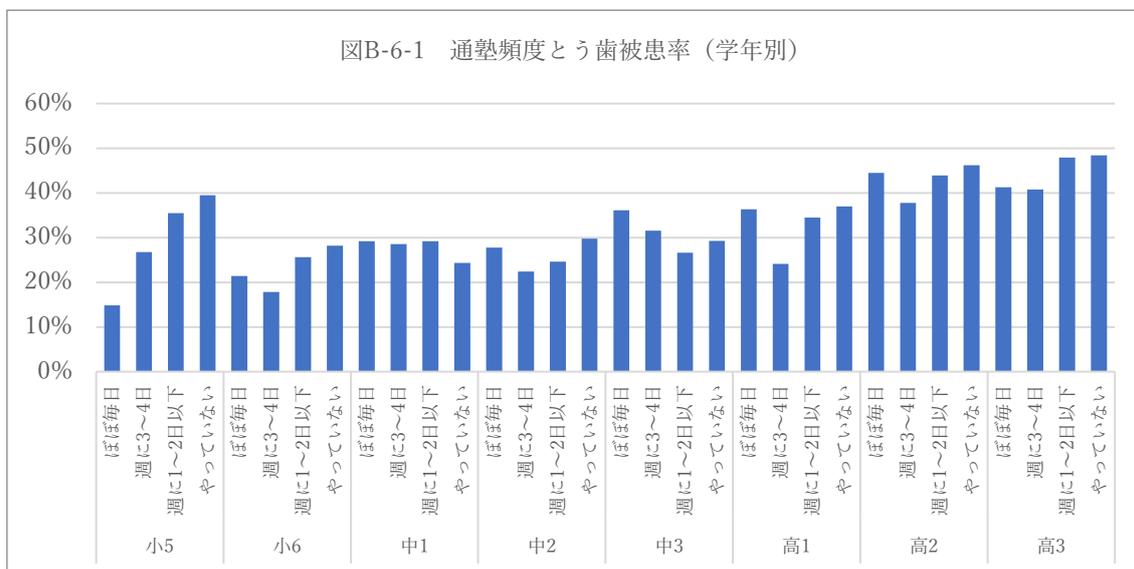


学年別部活動頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-5-2 に示す。部活動の頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数の間に一定の傾向を認めなかった。

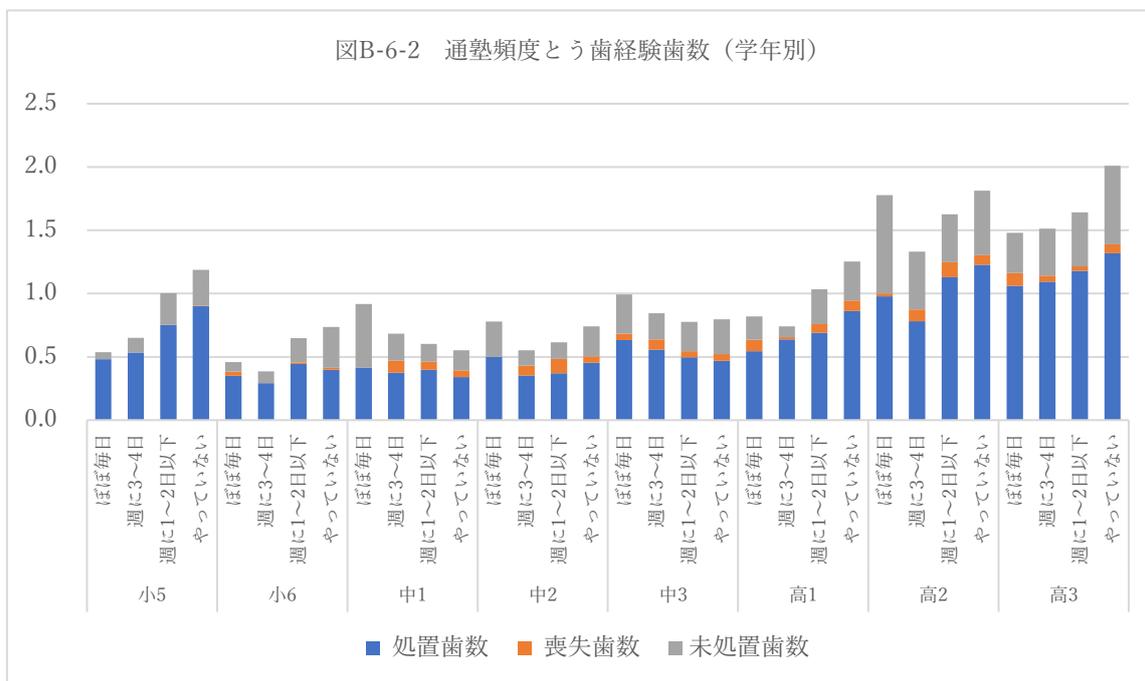


(2) 塾

学年別通塾頻度別のう歯被患率を図B-6-1に示す。う歯被患率は、小学生と高校生ではやっていない者で高い傾向であり、中学生では逆にほぼ毎日の者で高い傾向であった。

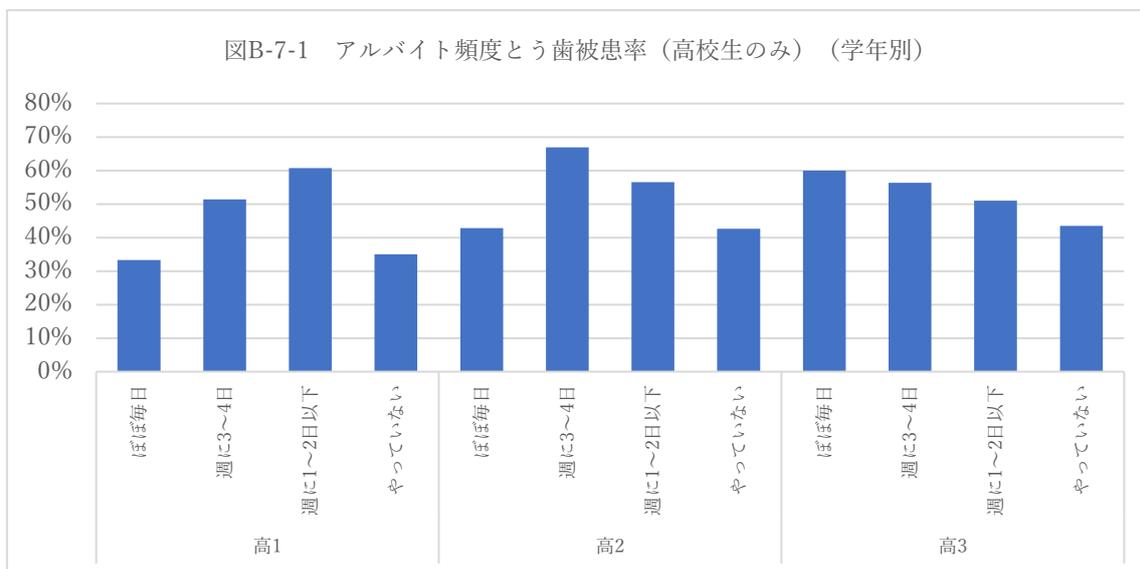


学年別通塾頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-6-2に示す。通塾の頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数の間に一定の傾向を認めなかった。

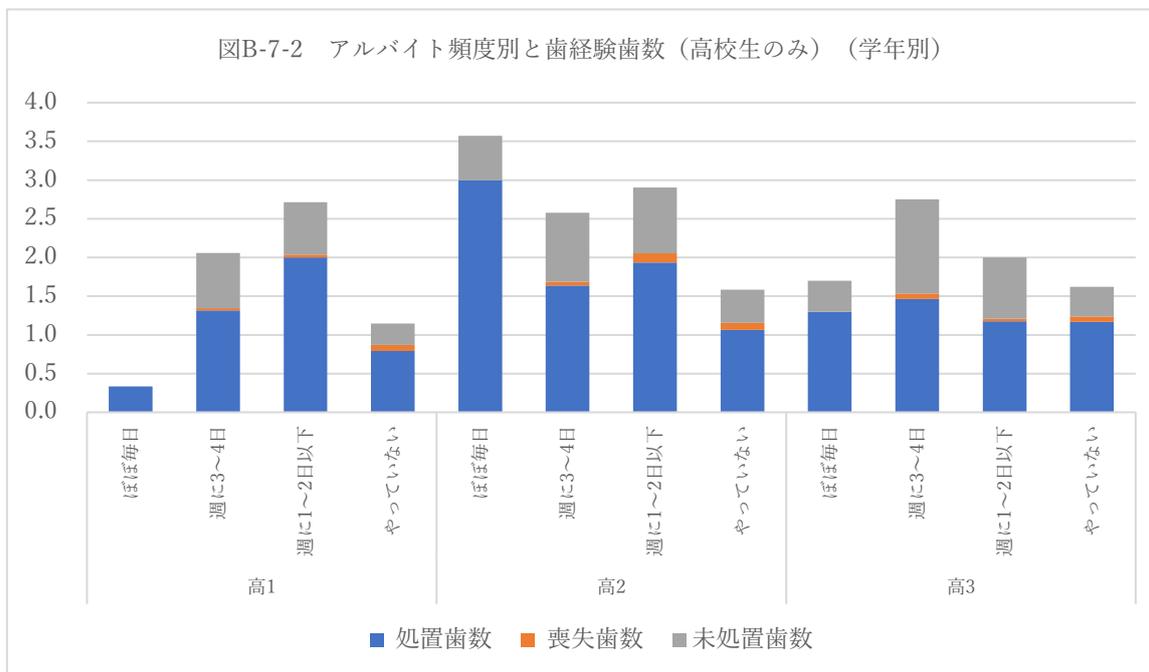


(3) アルバイト（高校生のみ）

学年別アルバイト頻度別のう歯被患率を図B-7-1に示す。アルバイトの頻度とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかったものの、やっていない者で低い傾向であった。

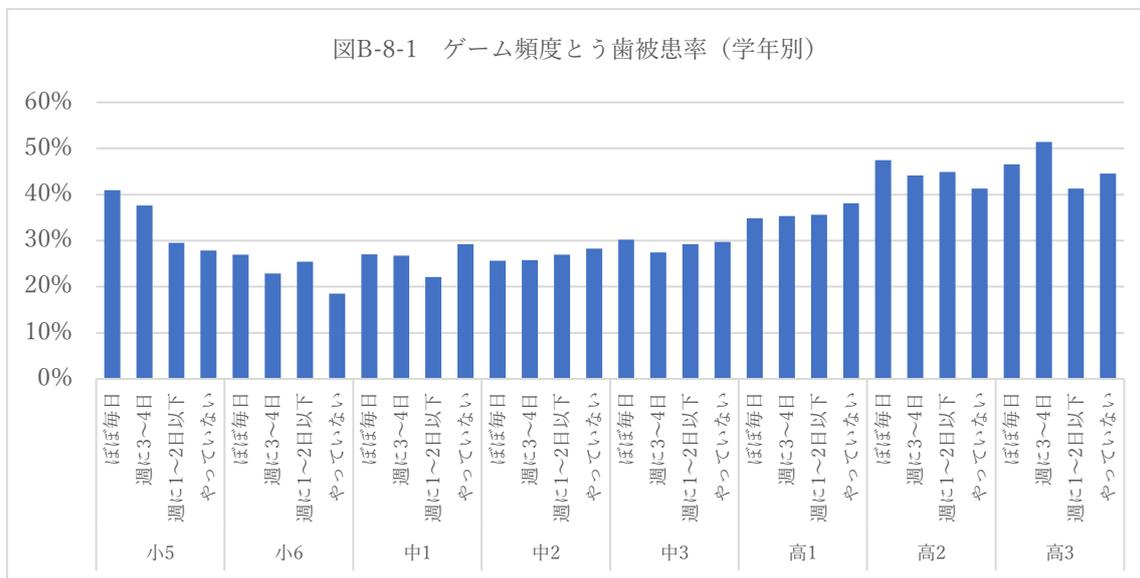


学年別アルバイト頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-7-2に示す。一人平均むし歯（う歯）経験歯数はアルバイトをやっていない者で少なく、週に3~4日で多い傾向であった。

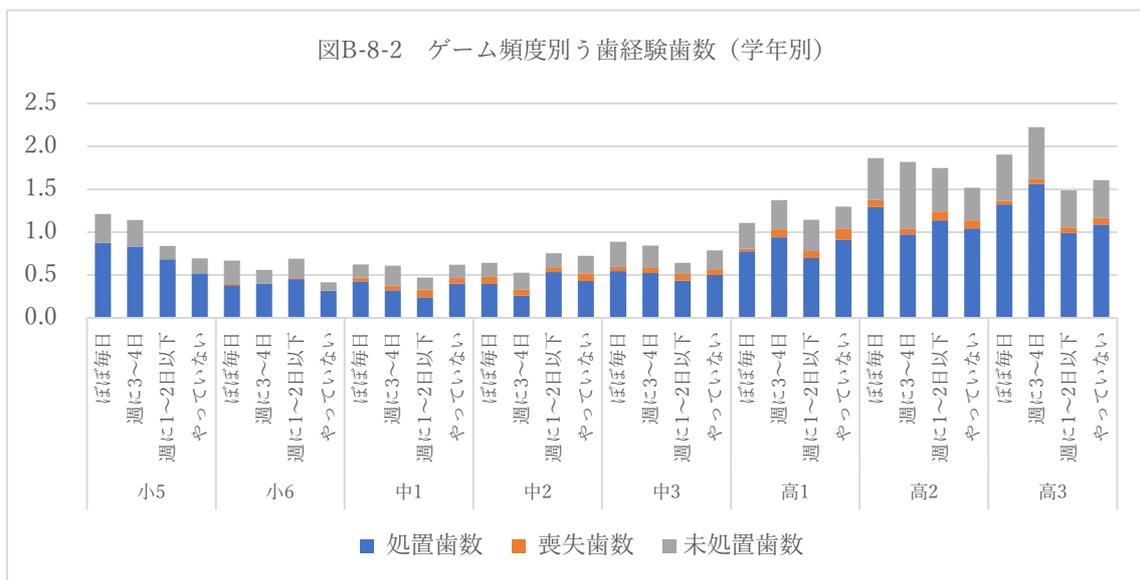


(4) ゲーム

学年別ゲーム頻度別のう歯被患率を図 B-8-1 に示す。小学生ではゲームをする頻度が高い者でう歯被患率は高い傾向であったが、中学生と高校生では一定の傾向を認めなかった。

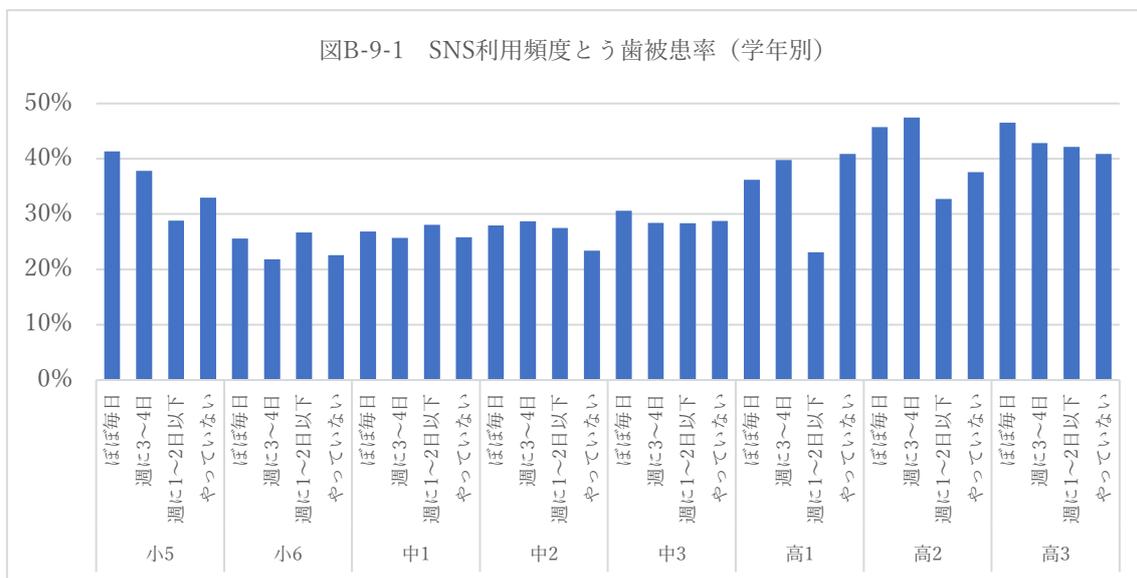


学年別ゲーム頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-8-2 に示す。週に1~2日とやっていない者で一人平均むし歯（う歯）経験歯数は少ない傾向を示した。

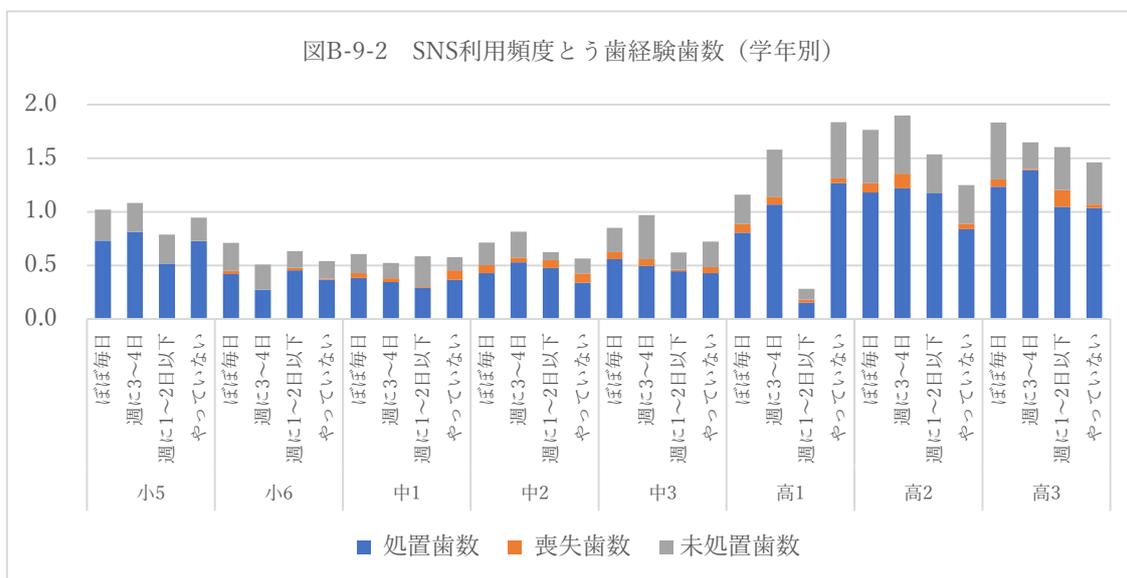


(5) SNS 利用

学年別 SNS 利用頻度別のう歯被患率を図 B-9-1 に示す。SNS の利用頻度とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。

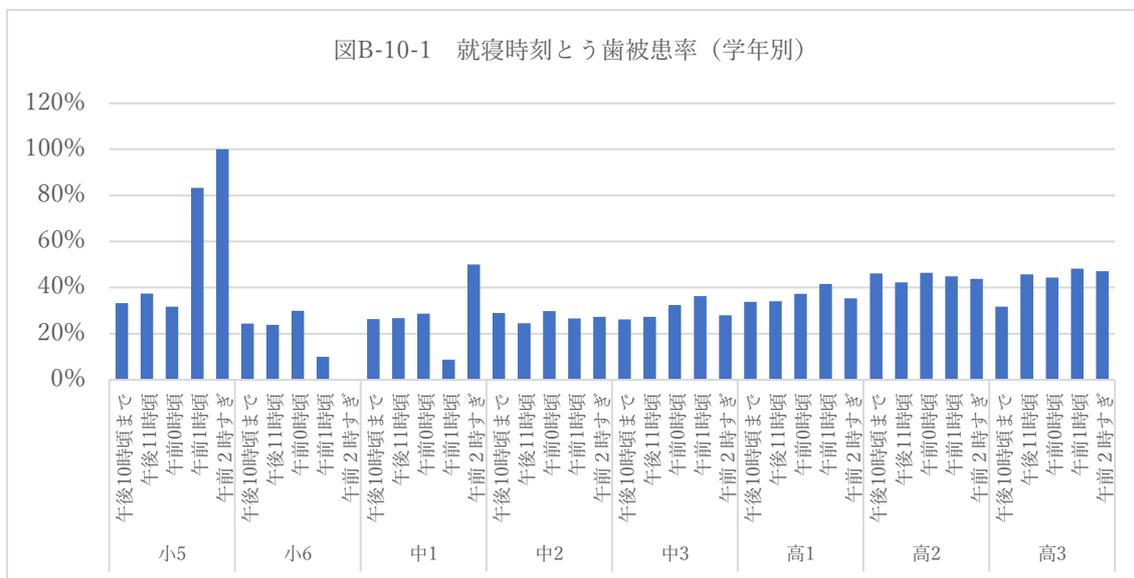


学年別 SNS 利用頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-9-2 に示す。SNS の利用頻度が低い方がやや一人平均むし歯（う歯）経験歯数が少ない傾向を示した。

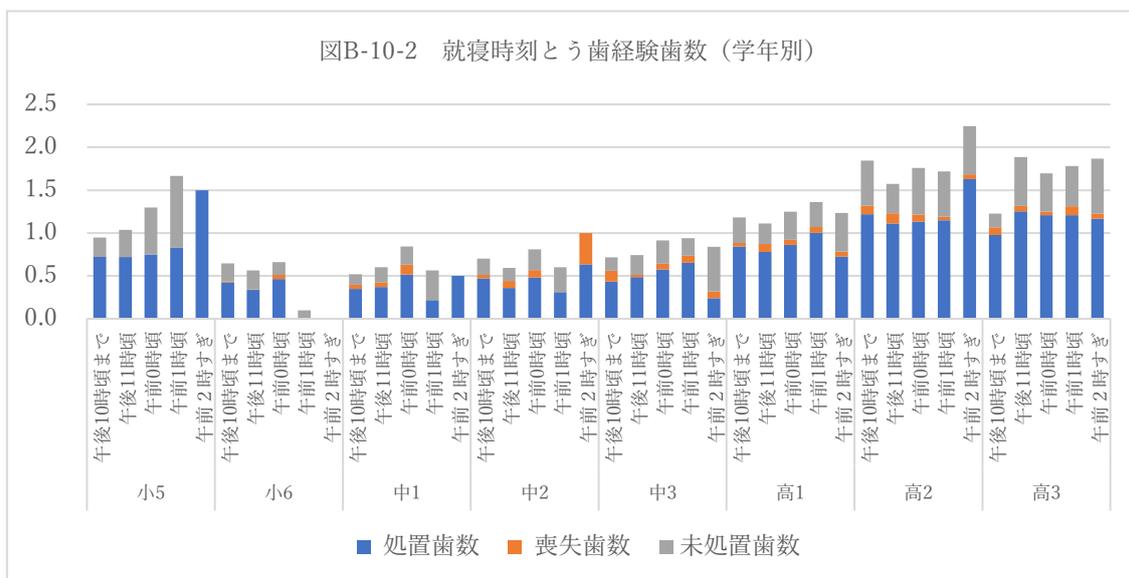


4. 就寝時刻

学年別就寝時刻別のう歯被患率を図B-10-1に示す。小学5年生と中学1年生で、就寝時刻が遅い者で顕著にう歯被患率が高かった。小学5年生の午前1時頃は6名、午前2時過ぎは2名、中学1年生の午前2時過ぎは2名と少ないものの、就寝時刻の遅さがう歯被患率に影響を及ぼしているものと推察される。

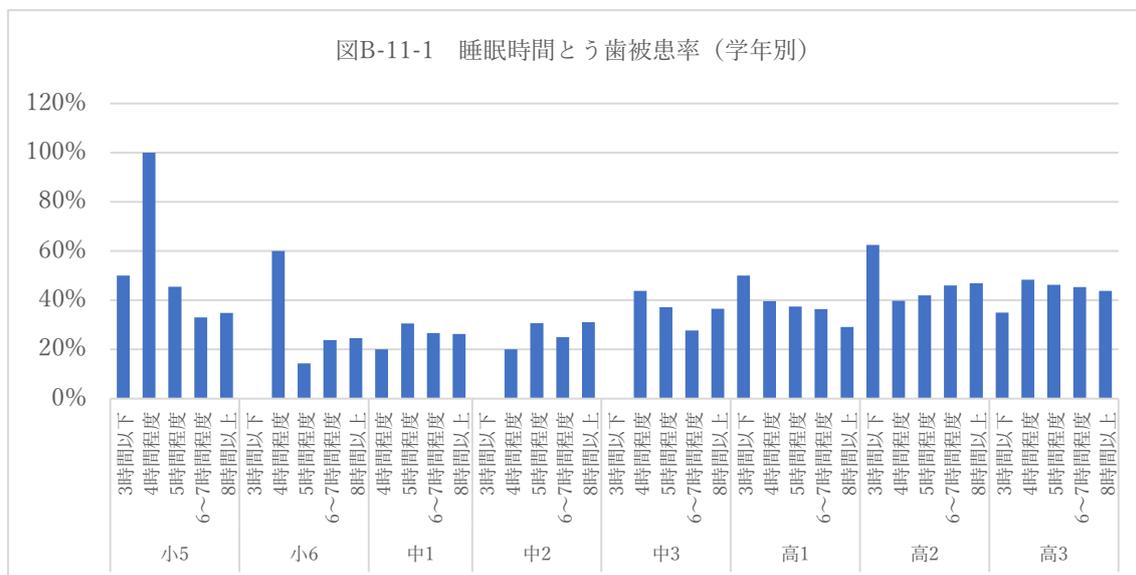


学年別就寝時刻別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-10-2に示す。小学6年生を除き、就寝時刻が遅いほど一人平均むし歯（う歯）経験歯数は多い傾向であった。

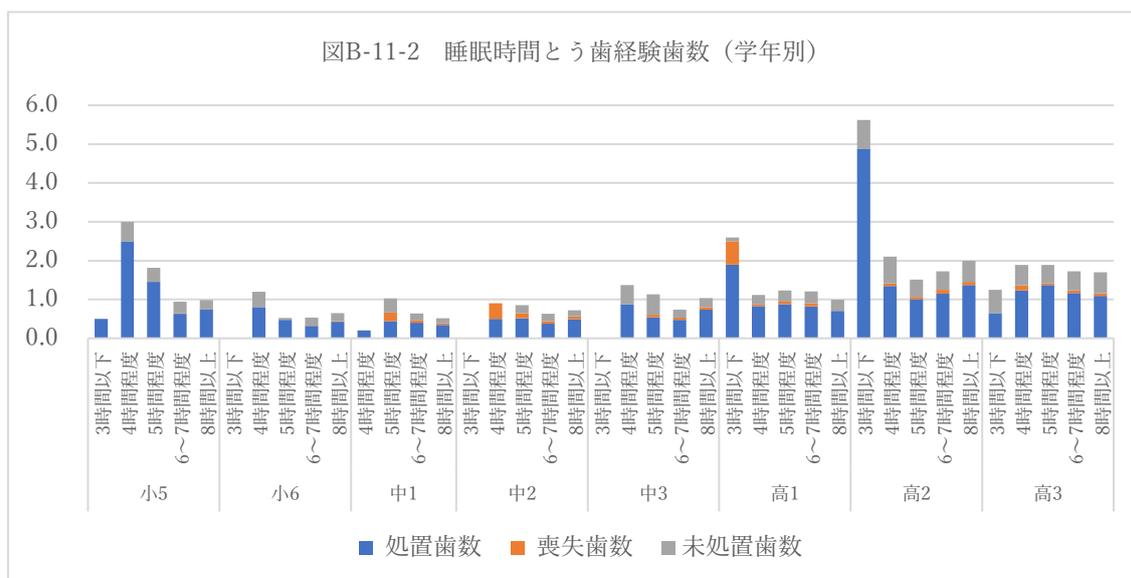


5. 睡眠時間

学年別睡眠時間別のう歯被患率を図 B-11-1 に示す。睡眠時間が短い者でう歯被患率が高い傾向であった。

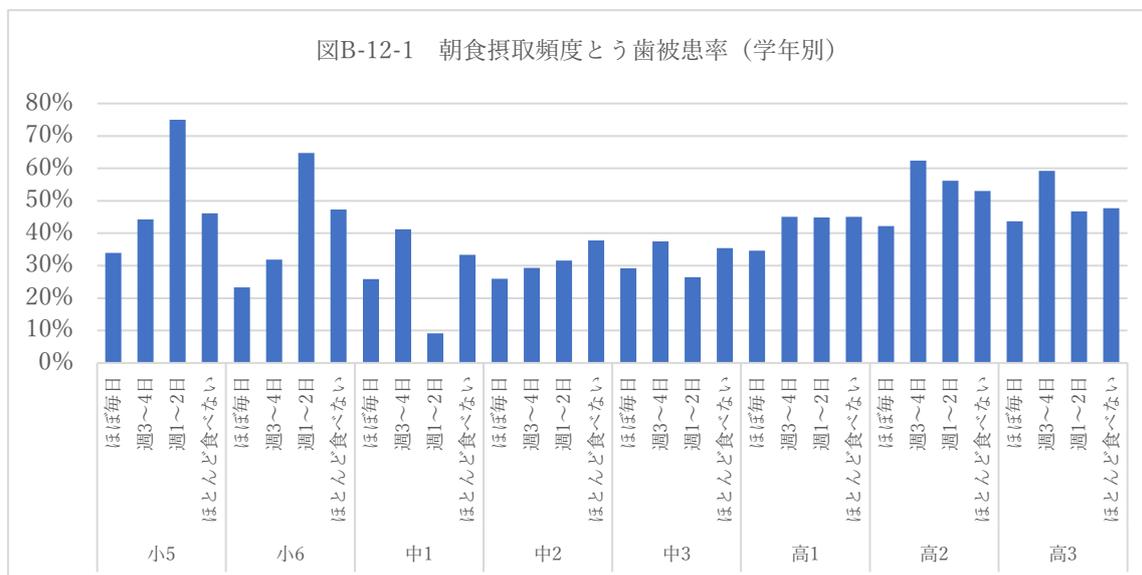


学年別睡眠時間別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-11-2 に示す。高校2年生で睡眠時間3時間以下の者8名のうち、処置歯数が20本弱と多い者が2名いたため、当該データのみ突出して多い結果となった。学年が上がるにつれ睡眠時間が短くなり、総じて睡眠時間が短いほど一人平均むし歯（う歯）経験歯数は多い傾向であった。睡眠時間の短さが一人平均むし歯（う歯）経験歯数のリスクとして影響が大きい可能性がうかがわれる。

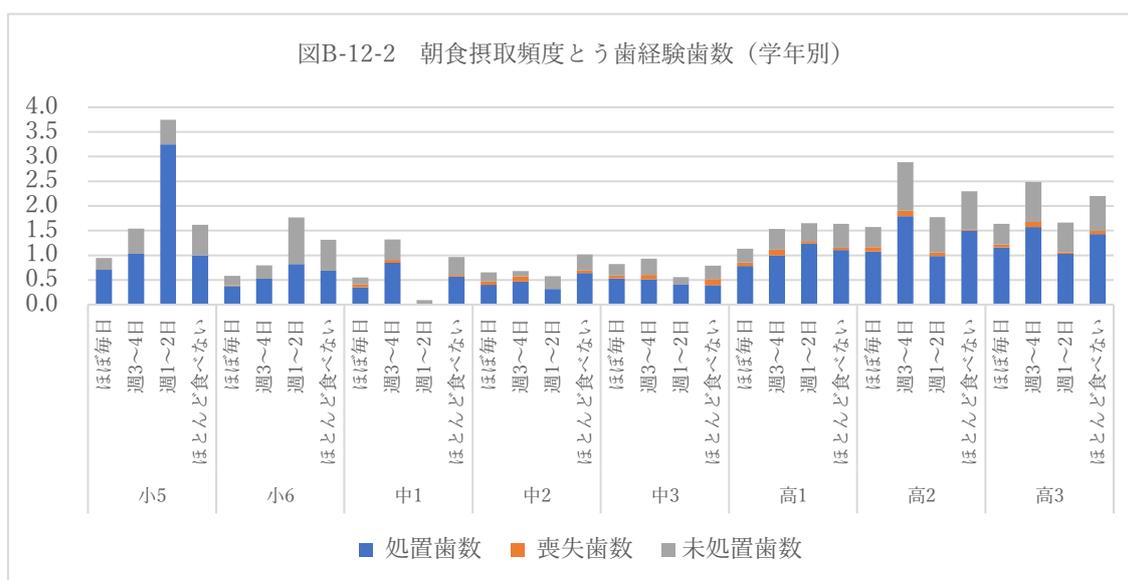


6. 朝食摂取頻度

学年別朝食摂取頻度別のう歯被患率を図 B-12-1 に示す。朝食を摂る頻度が高い者で、概ねう歯被患率が低い傾向であった。

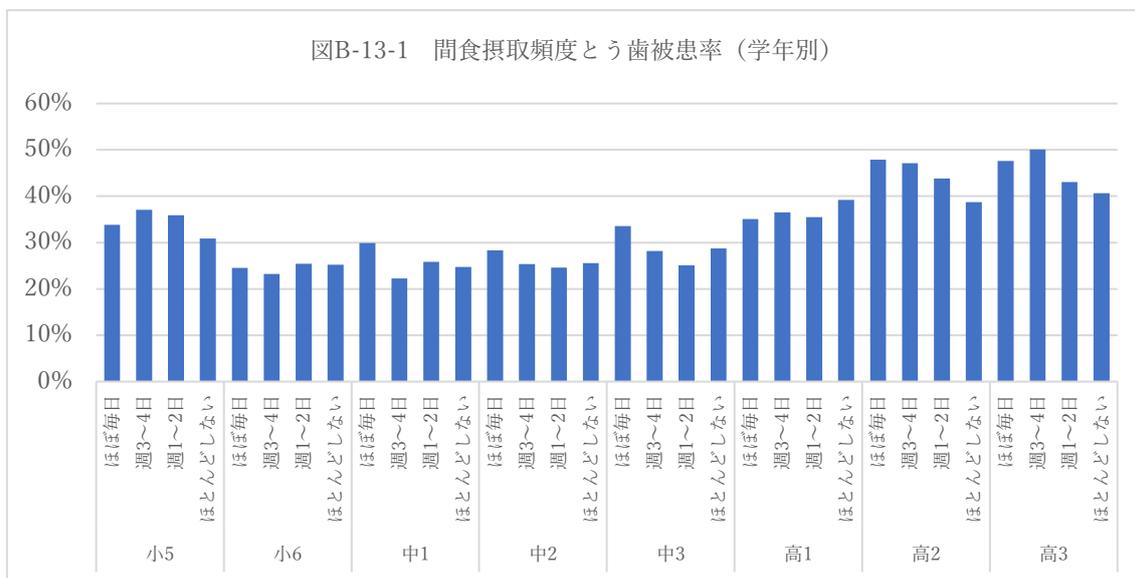


学年別朝食摂取頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-12-2 に示す。毎日朝食を食べている者は概ね一人平均むし歯（う歯）経験歯数が少ない傾向であった。また、小学生で週に 1～2 日と回答した者で多かったこと、特に小学 5 年生では他の集計に比して高い数値を示したことから、朝食の欠食がリスクとして影響が大きい可能性がうかがわれる。

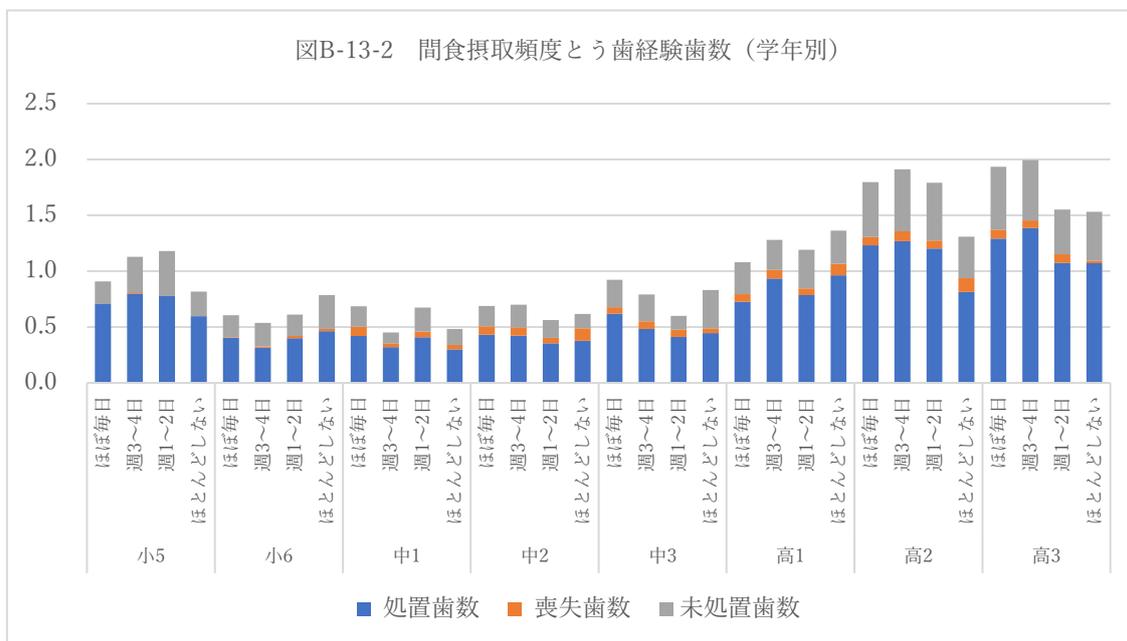


7. 間食摂取頻度

学年別間食（朝・昼・夕飯以外の食事）摂取頻度別のう歯被患率を図 B-13-1 に示す。間食の摂取頻度とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。

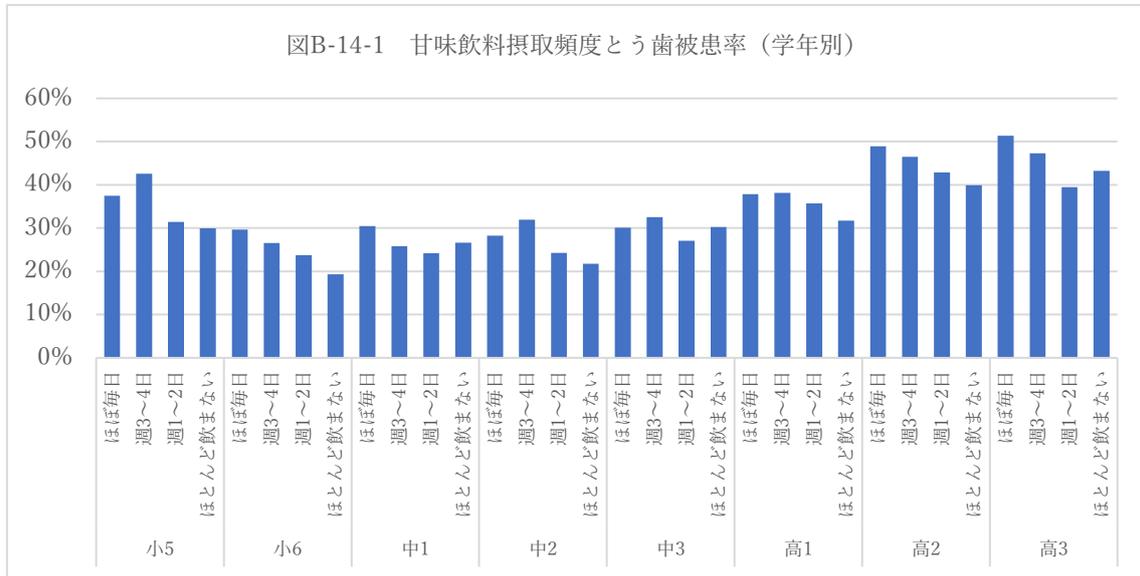


学年別間食摂取頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-13-2 に示す。間食の摂取頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数の間に一定の傾向を認めなかった。

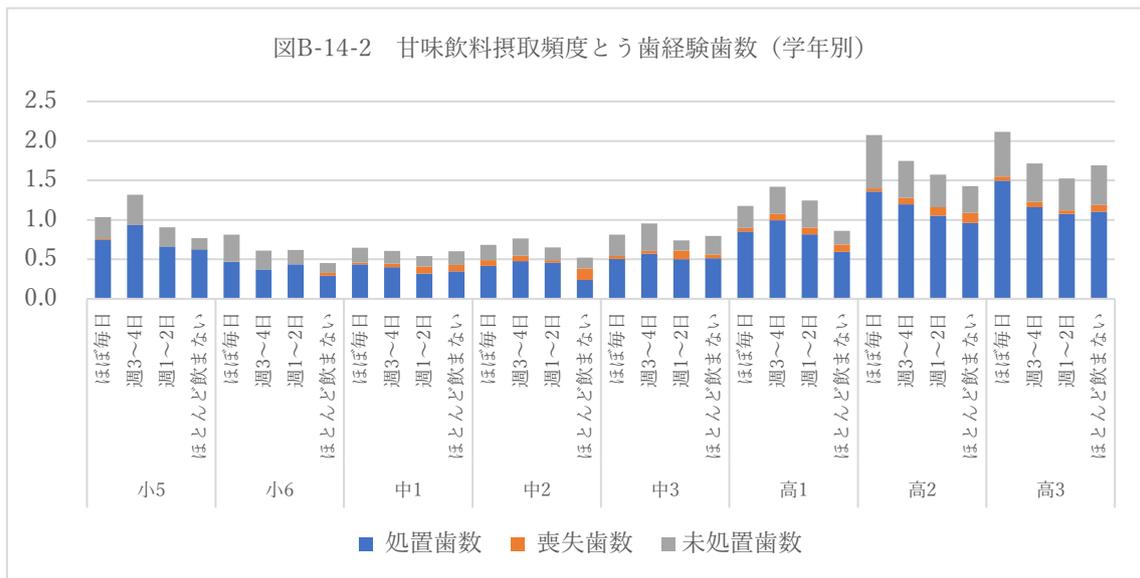


8. 甘味飲料摂取頻度

学年別甘味飲料（ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク・エナジードリンクなど）摂取頻度別のう歯被患率を図 B-14-1 に示す。甘味飲料の摂取頻度が少ない者でう歯被患率は低い傾向であった。

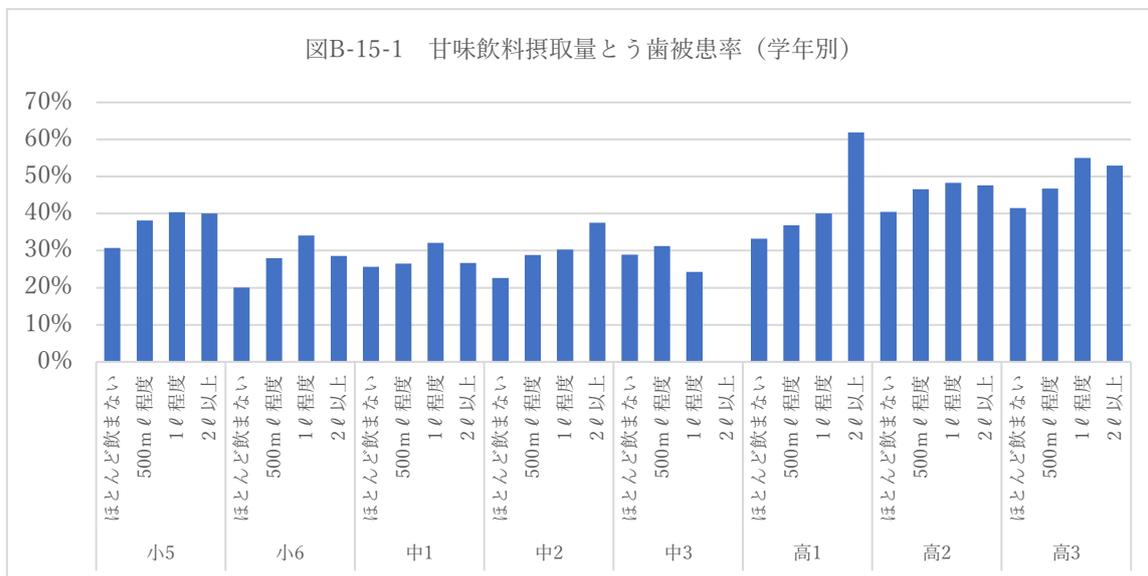


学年別甘味飲料摂取頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-14-2 に示す。摂取頻度が低いほど概ね一人平均むし歯（う歯）経験歯数は少ない傾向であった。

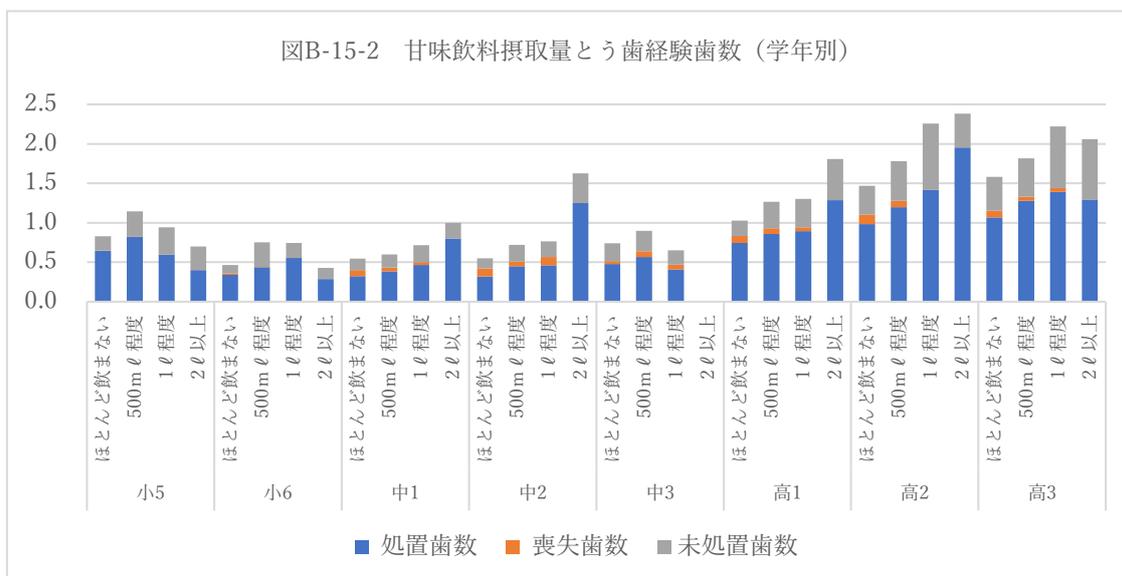


9. 1日あたり甘味飲料摂取量

学年別1日あたり甘味飲料（ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク・エナジードリンクなど）摂取量別のう歯被患率を図B-15-1に示す。1日あたりの甘味飲料摂取量が多いほど、う歯被患率が高い傾向であった。

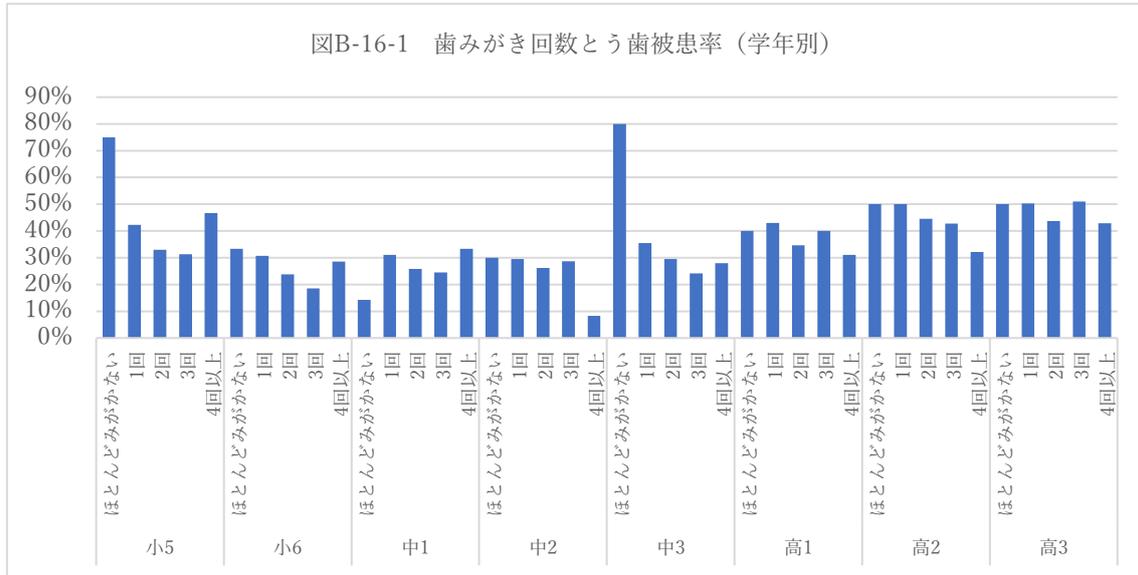


学年別1日あたり甘味飲料摂取量と一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-15-2に示す。中学生以上では、1日あたり摂取量が多いほど一人平均むし歯（う歯）経験歯数は多い傾向であった。

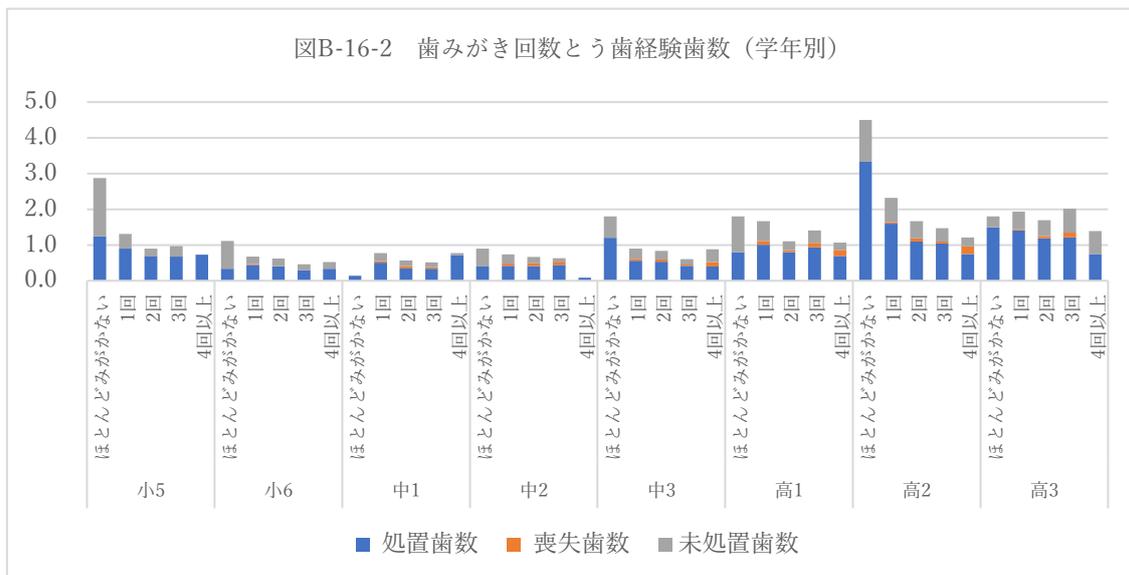


10. 歯みがき回数

学年別歯みがき回数別のう歯被患率²を図B-16-1に示す。小学生では歯みがき頻度が少ないほどう歯罹患率が高い傾向で、ほとんどみがかない者は小学5年生が8名、中学3年生が3名で、う歯被患率が高かった。それ以外は歯みがき回数とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。少数ではあるが、歯をみがかない者に高いう歯被患率を認めたことから、歯みがき習慣がないことがむし歯の発生のリスクたり得ると考えられる。

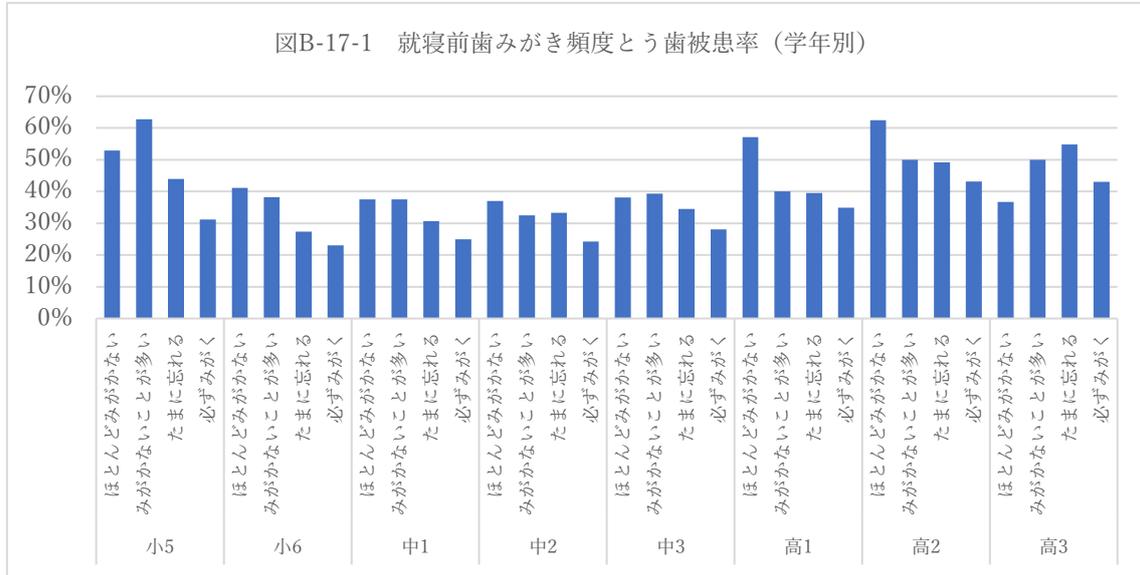


学年別歯みがき回数別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-16-2に示す。歯みがき回数と一人平均むし歯（う歯）経験歯数の間に一定の傾向を認めなかった。高校2年生では、ほとんどみがかない者6名の中に、未処置歯数2、処置歯数16という者がいたため、突出した値を示したと考えられる。

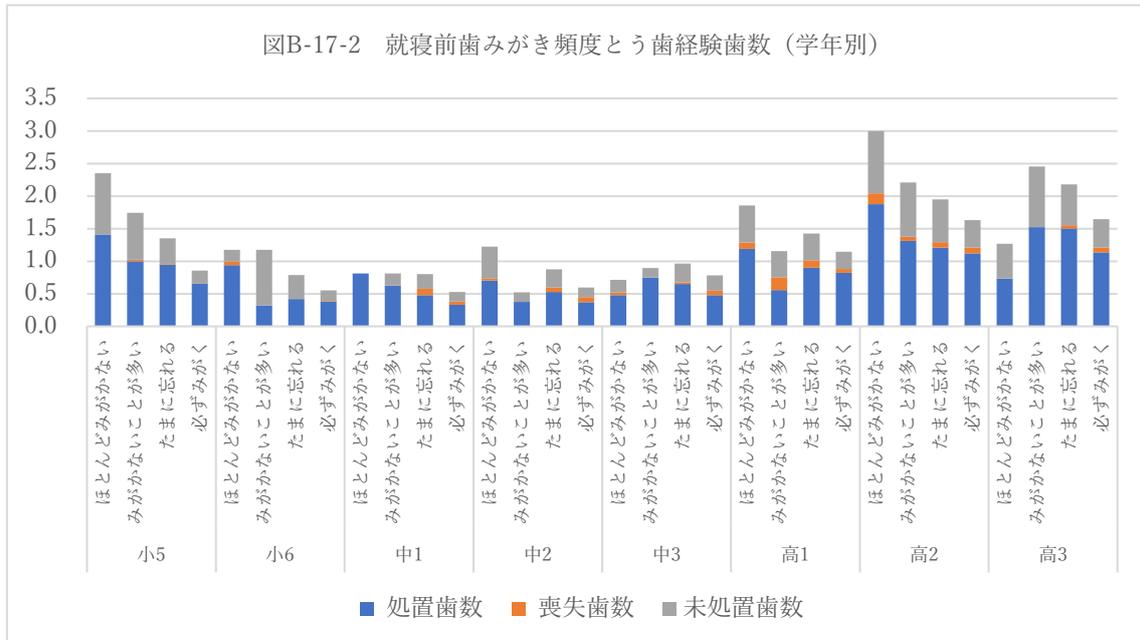


11. 就寝前の歯みがき

学年別就寝前（その日最後に食べた後から、寝るまでの間）の歯みがき（その日最後に食べた後から、寝るまでの間の歯みがき）頻度別のう歯被患率を図 B-17-1 に示す。歯みがきの頻度と異なり、就寝前の歯みがき頻度が低いほど、う歯被患率が高い傾向であった。

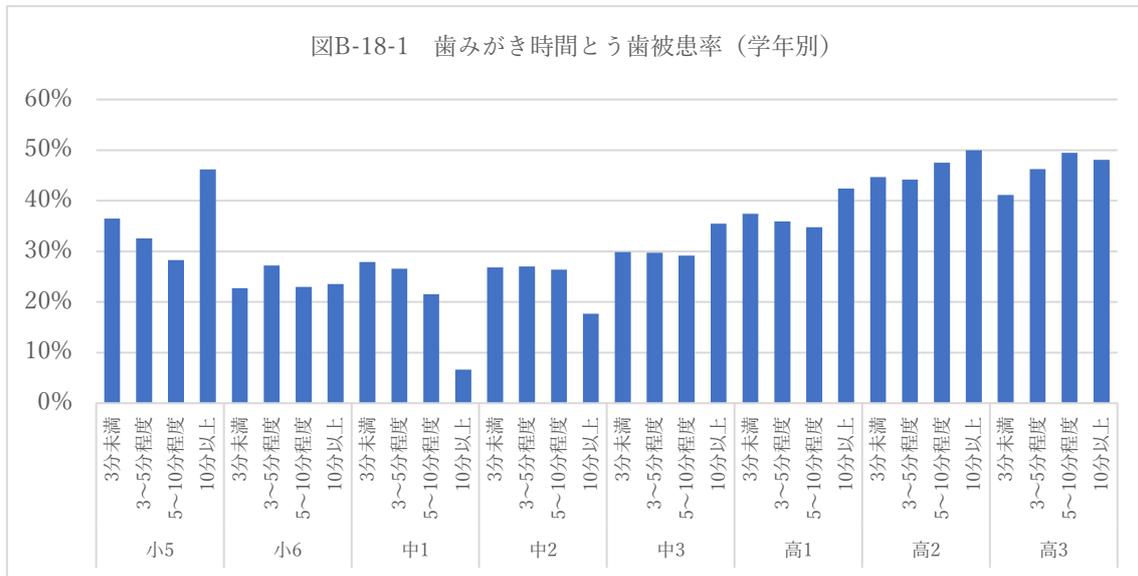


学年別就寝前の歯みがき頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-17-2 に示す。みがかない頻度が高いほど概ね一人平均むし歯（う歯）経験歯数は多い傾向であった。

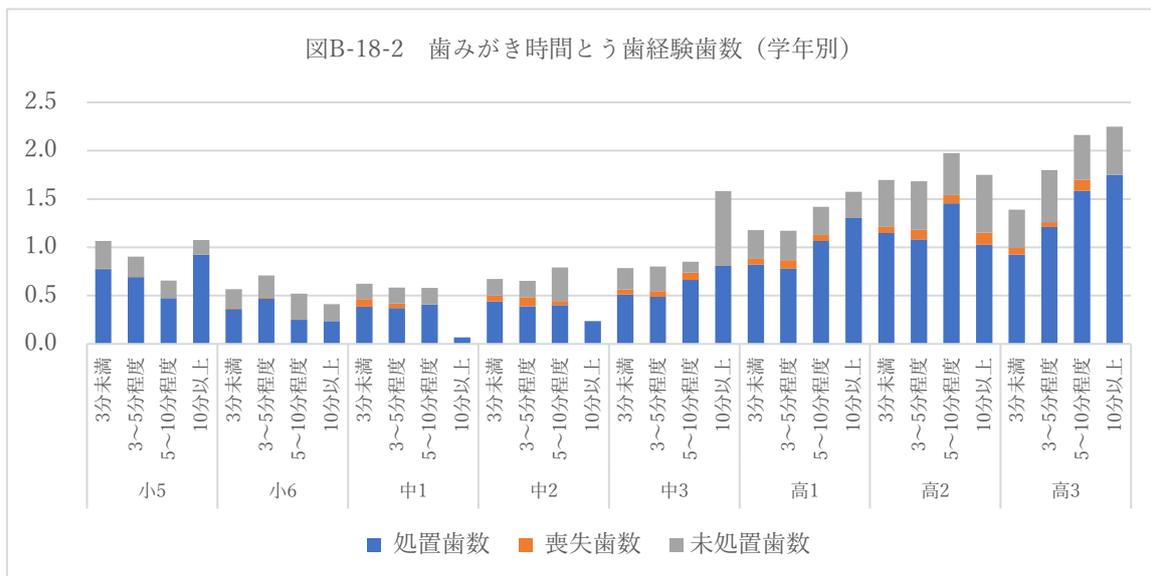


12. 歯みがき時間

学年別歯みがき時間別のう歯被患率を図 B-18-1 に示す。歯みがき時間とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。

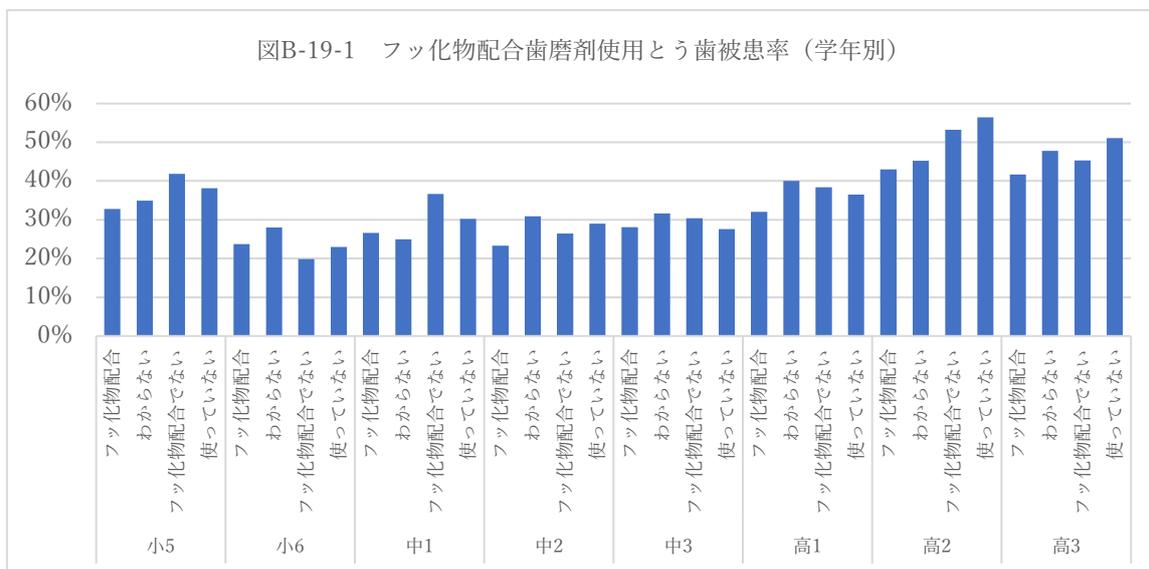


学年別歯みがき時間別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-18-2 に示す。中学3年生以上で歯みがき時間が長いほど多い傾向であった。未処置歯数では特に一定の傾向を示さず、処置歯数が歯みがき時間が長いほど多い傾向であったことから、むし歯（う歯）治療を多く受けた者が歯みがきを時間をかけて行っているものと推察される。

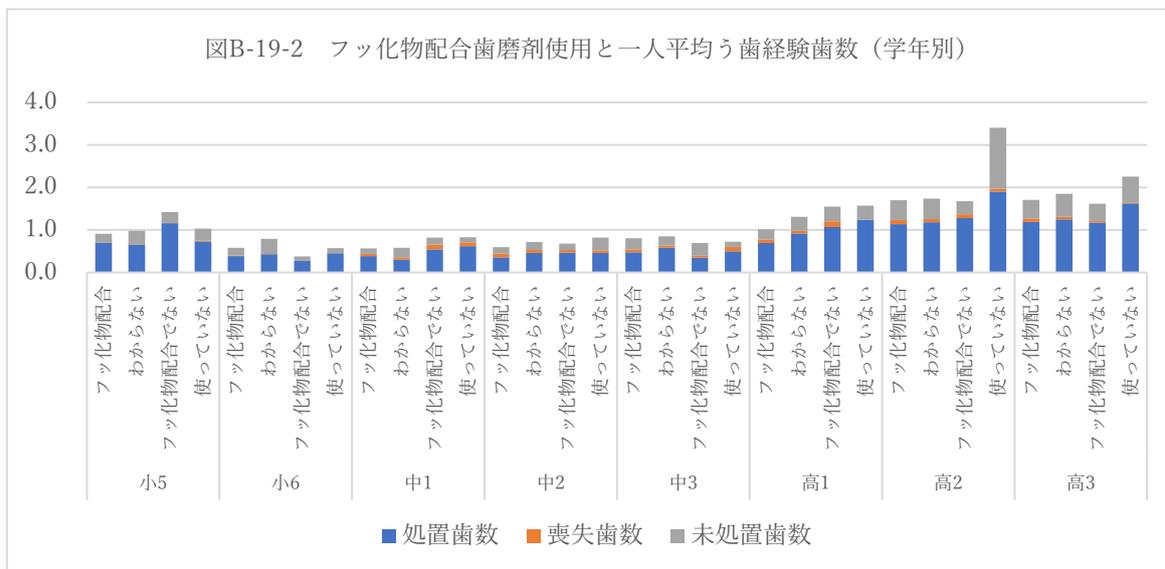


13. フッ化物配合歯磨剤の使用

学年別フッ化物配合歯磨剤の使用とう歯被患率を図B-19-1に示す。フッ化物配合歯磨剤を使用していると認識している者はう歯被患率が低い傾向であった。

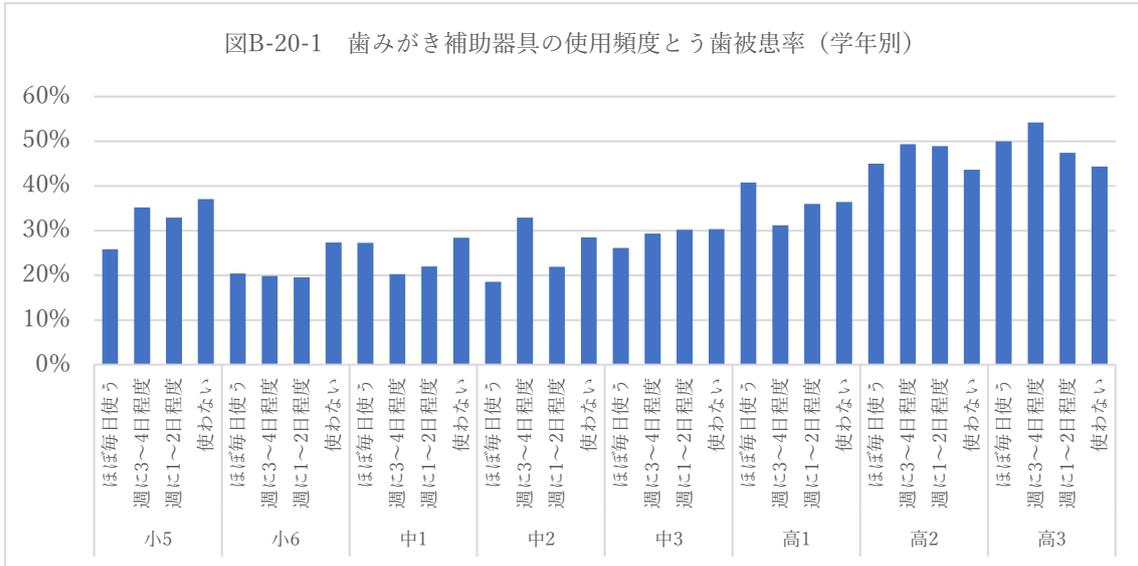


学年別フッ化物配合歯磨剤の使用状況別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図B-19-2に示す。フッ化物配合歯磨剤を使用していることを認識している者でやや少ない傾向であった。また、高校生では歯磨剤を使っていない者が多い傾向であった。特に高校2年生で歯磨剤を使っていない者62名については、他の集計に比して高い数値を示したことから、歯磨剤を使わないことがリスクとして影響が大きい可能性がうかがわれる。

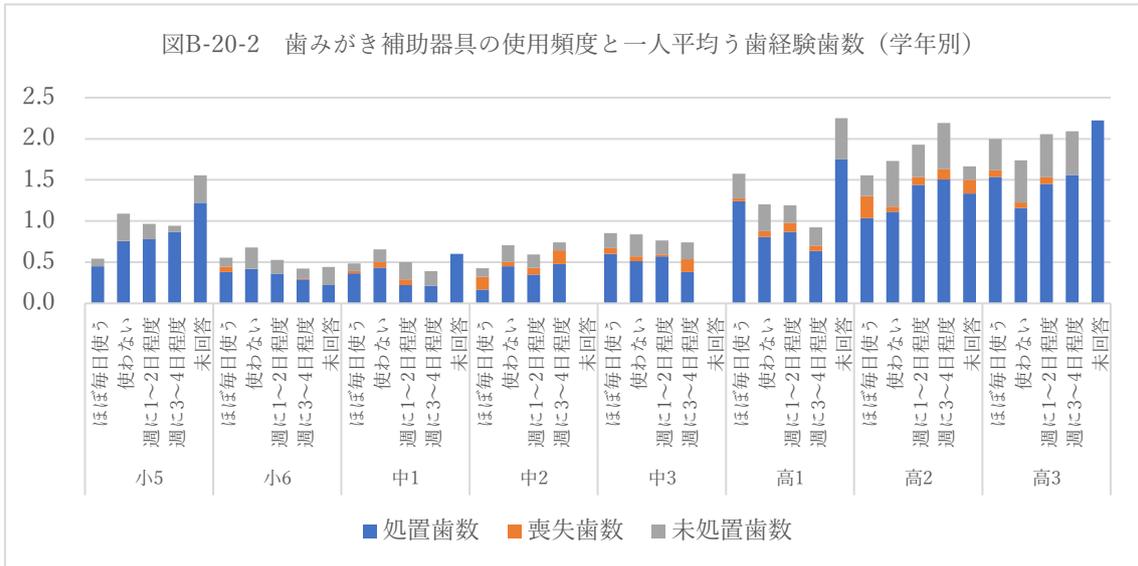


14. 歯みがき補助器具の使用頻度

学年別歯みがき補助器具の使用頻度別のう歯被患率を図 B-20-1 に示す。歯みがき補助器具の使用頻度とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。

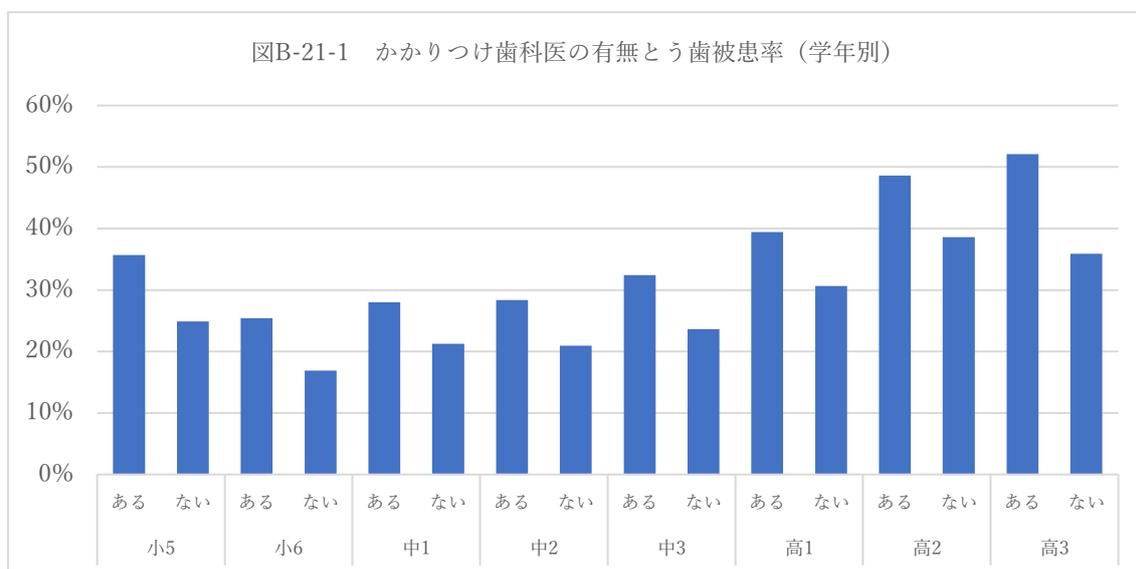


学年別歯みがき補助器具の使用頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-20-2 に示す。歯みがき補助器具の使用頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数の間に一定の傾向を認めなかった。

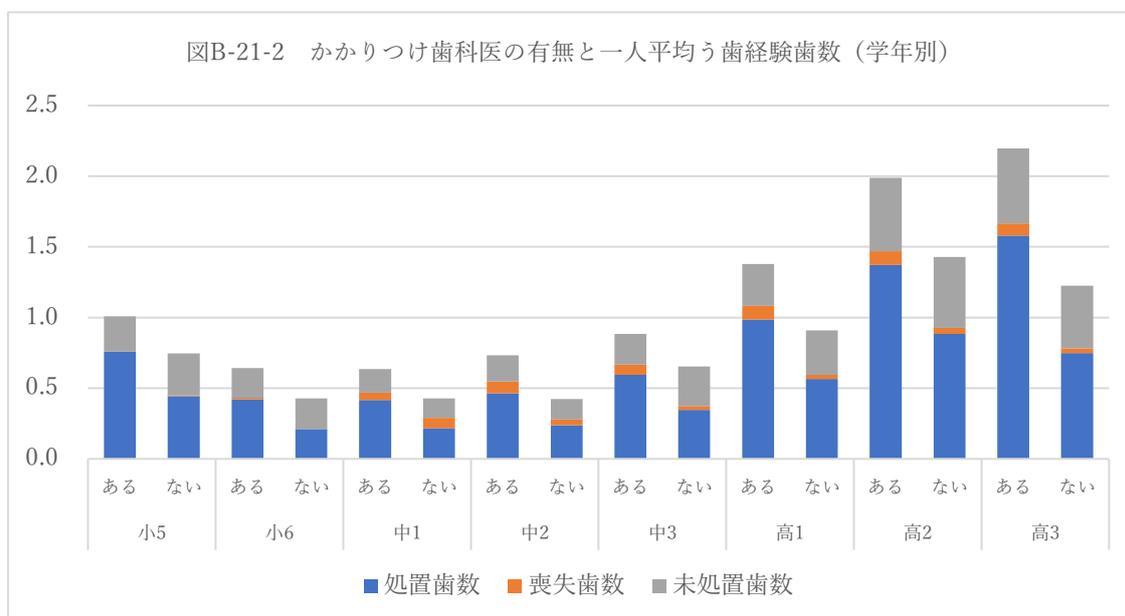


15. かかりつけ歯科医の有無と一人平均むし歯（う歯）経験歯数

学年別かかりつけ歯科医の有無別のう歯被患率を図 B-21-1 に示す。かかりつけ歯科医がある者の方がう歯被患率が高かった。

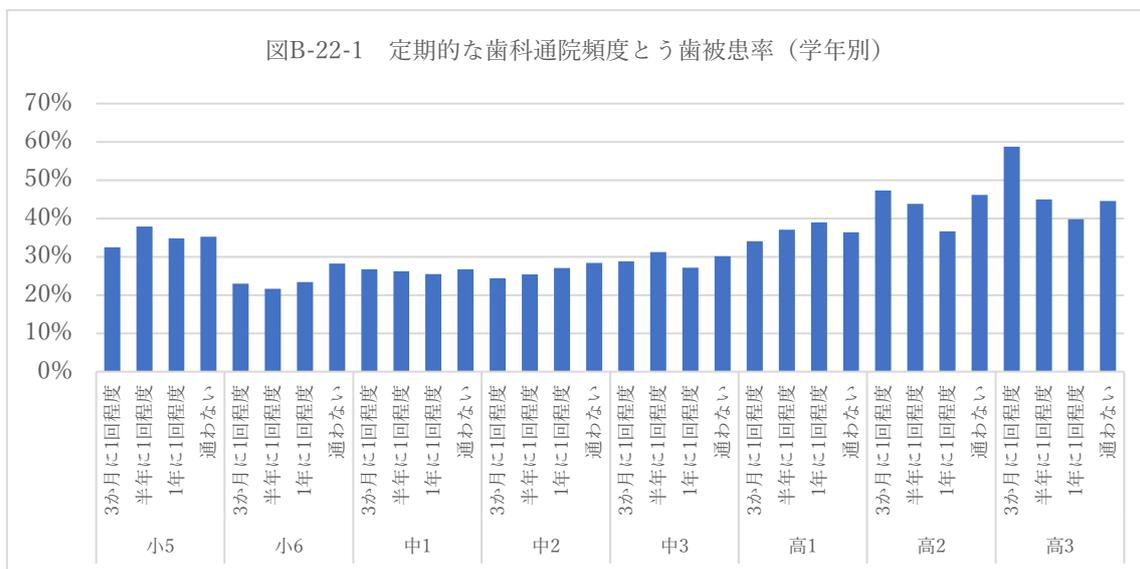


学年別かかりつけ歯科医の有無別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-21-2 に示す。かかりつけ歯科医の有無に関わらず未処置歯数には差は見られず、かかりつけ歯科医がある者で処置歯数が多かった。歯科治療の経験がある者がかかりつけ歯科医をもっているものと推察される。

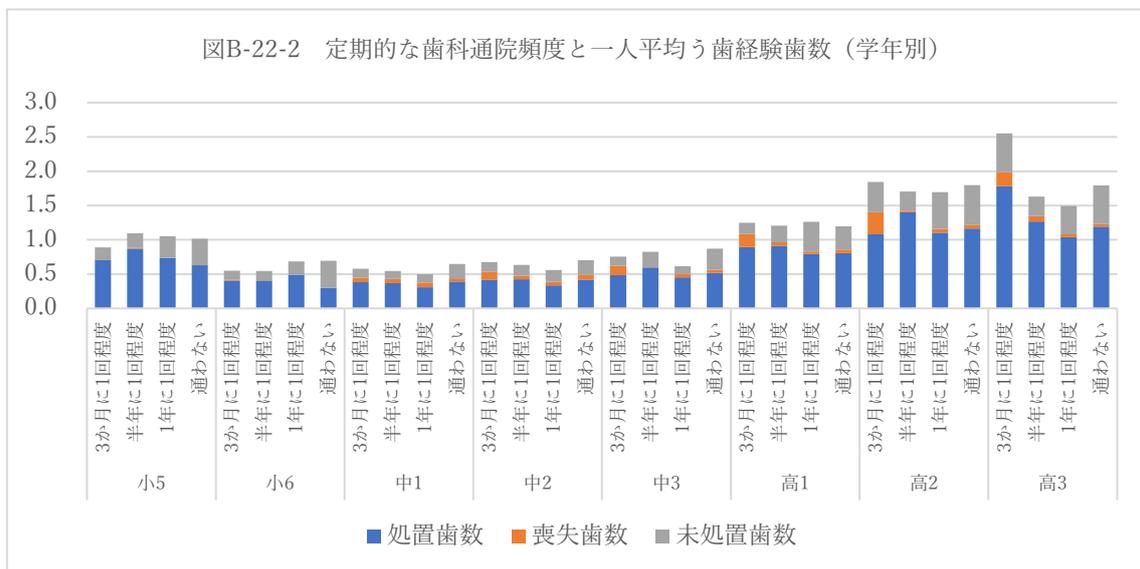


16. 定期的な歯科通院頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数

学年別の定期的な歯科通院頻度別のう歯被患率を図 B-22-1 に示す。定期的な歯科通院頻度とう歯被患率の間に一定の傾向を認めなかった。



学年別の定期的な歯科通院頻度別の一人平均むし歯（う歯）経験歯数を図 B-22-2 に示す。定期的な歯科通院頻度と一人平均むし歯（う歯）経験歯数の間に一定の傾向を認めなかった。



以上から、概ね規則正しい食事と睡眠、歯みがきといった生活習慣が一人平均むし歯（う歯）経験歯数を減少させると推察される。特に、

- ・就寝時間が遅い／睡眠時間が短い

- ・朝食をとらない
- ・甘味飲料の摂取頻度が高い／摂取量が多い
- ・就寝前の歯みがき頻度が低い

ことがリスクであることが示唆された。

市販の歯磨剤の9割がフッ化物配合であることから、本調査でのフッ化物配合歯磨剤の使用の結果は、アンケート調査であるが故に現状を正確に反映できていないと考えられる。しかし、高校生では歯磨剤を使用していない者で一人平均むし歯（う歯）経験歯数が多い傾向であり、歯磨剤の適正な使用も一人平均むし歯（う歯）経験歯数を減少させるものと推察される。

一方、歯みがき時間の長さやかかりつけ歯科医があることは、むし歯（う歯）の治療経験によって増加するものと考えられた。

児童・生徒の歯科保健行動調査 質問票

本質問票に回答すること及び裏面の口腔内所見について、情報提供することに同意します。

同意する ※保護者にも確認したうえで、左の四角の中にチェック(レ点)を付けてください。

【次の質問のあてはまる番号に○、また、()の中に必要なことを書いてください。】

- 1 あなたの学年・性別・住所地をお答えください。
(1)学年 ①小学5年 ②小学6年 ③中学1年 ④中学2年 ⑤中学3年 ⑥高校1年 ⑦高校2年 ⑧高校3年
(2)性別 ①男性 ②女性 (3)住所地 ①東京都内 ②東京都以外
- 2 通学にどれくらい時間がかかりますか(片道)。
(1)30分以内 (2)1時間以内 (3)1時間30分以内 (4)2時間以内 (5)2時間以上
- 3 放課後や土日などに、していることはありますか。また、その回数(時間)をお答えください。
(1)部活 ①ほぼ毎日 ②週に3~4日 ③週に1~2日以下 ④やっていない
(2)塾 ①ほぼ毎日 ②週に3~4日 ③週に1~2日以下 ④やっていない
(3)アルバイト(※) ①ほぼ毎日 ②週に3~4日 ③週に1~2日以下 ④やっていない ※3(3)は、高校生のみ対象
(4)ゲーム ①ほぼ毎日 ②週に3~4日 ③週に1~2日以下 ④やっていない ⇒1週間に行う時間数は、()時間
(5)SNS ①ほぼ毎日 ②週に3~4日 ③週に1~2日以下 ④やっていない ⇒1週間に行う時間数は、()時間
- 4 普段、何時頃寝ていますか。
(1)午後10時頃まで (2)午後11時頃 (3)午前0時頃 (4)午前1時頃 (5)午前2時過ぎ
- 5 睡眠時間は、1日何時間くらいですか。
(1)8時間以上 (2)6~7時間程度 (3)5時間程度 (4)4時間程度 (5)3時間以下
- 6 朝ごはんを毎日食べますか。
(1)毎日食べる (2)週に3~4日は食べる (3)週に1~2日は食べる (4)ほとんど食べない
- 7 1週間のうちに、どのくらい間食(朝・昼・夕飯以外の食事)をしますか。
(1)ほぼ毎日 (2)週に3~4日 (3)週に1~2日 (4)ほとんどしない
- 8 ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク・エナジードリンクなど甘い飲み物を、1週間でどのくらい飲みますか(頻度)
(1)ほぼ毎日 (2)週に3~4日 (3)週に1~2日 (4)ほとんど飲まない
- 9 ジュース、乳酸飲料、スポーツドリンク・エナジードリンクなど甘い飲み物を、1日でどのくらい飲みますか(量)
(1)ほとんど飲まない (2)500ml(ペットボトル1本)程度 (3)1ℓ程度 (4)2ℓ以上
- 10 1日に何回、歯をみがきますか。
(1)1回 (2)2回 (3)3回 (4)4回以上 (5)ほとんどみがかない
- 11 その日最後に食べた後から、寝るまでの間に必ず歯をみがきますか。
(1)必ずみがく (2)たまにみがき忘れることがある (3)みがかないことが多い (4)ほとんどみがかない
- 12 歯をみがく時、どれくらい時間をかけてみがきますか。
(1)3分未満 (2)3分~5分程度 (3)5分~10分程度 (4)10分以上
- 13 歯をみがく時、フッ化物配合の歯みがき剤を使っていますか。
(1)フッ化物配合の歯みがき剤を使っている (2)歯みがき剤は使っているが、フッ化物配合かどうかはわからない
(3)歯みがき剤は使っているが、フッ化物配合ではない (4)歯みがき剤は使っていない
- 14 歯をみがく時、デンタルフロス(糸ようじなど)を使いますか。
(1)ほぼ毎日使う (2)週に3~4日程度使う (3)週に1~2日程度使う (4)使わない
- 15 かかりつけの歯科医院は、ありますか。
(1)ある (2)ない
- 16 歯が痛むなどの症状がなくても、定期的に歯科医院に通っていますか。
(1)3か月に1回程度 (2)半年に1回程度 (3)1年に1回程度 (4)症状がないと通わない
- 17 歯科医院で、どんなことをしてもらっていますか。(複数回答可)
(1)むし歯の治療 (2)歯のみがき方の指導 (3)歯のクリーニング(歯石取り含む) (4)矯正
(5)その他()
- 18 お口の中で、気になることはありますか。(複数回答可)
(1)むし歯 (2)プラーク(歯垢) (3)口臭 (4)歯の色 (5)歯ぐきの腫れや出血 (6)歯並び・噛み合わせ
(7)口が開けにくい (8)口内炎 (9)食べ物が歯にはさまる (10)鼻で呼吸せず口呼吸になってしまう
(11)その他()

※ご協力ありがとうございました。この調査に関するお問い合わせは、下記にお願いいたします。

問い合わせ先: 東京都福祉保健局医療政策部医療政策課(電話 03-5320-4433)

キリトリセン

※ 以下は、養護教諭等にご記入いただくものです。

児童・生徒の方は記入しないでください。

【児童・生徒の口腔内所見】

太枠の部分について、ご記載ください。

歯肉の状態		歯の状態			
歯周疾患要観察者 (GO)	歯周疾患 (G)	要観察歯 (CO)	未処置歯数	喪失歯数	処置歯数
本		本	本	本	本

※該当するものに○を付けてください

※GOとGの区別をしていない場合で、
歯肉に所見がある際は、上記の
「歯肉の状態」に○を付けてください

※ご協力ありがとうございました。この調査に関するお問い合わせは、下記にお願いいたします。

問い合わせ先：東京都福祉保健局医療政策部医療政策課（電話 03-5320-4433）