

改訂版

災害時歯科保健活動指針

平成 26 年 3 月
兵庫県

改訂版

目次

1	指針改訂趣旨と考え方	P . 1
2	災害時歯科保健対策の流れ	P . 2
2 - 1	歯科保健体制の整備	P . 15
	(1) 被災状況の把握	
	(2) 歯科保健活動計画の策定	
	(3) 歯科保健活動の調整機能	
	(4) 歯科保健専門職の派遣調整	
	(5) 保健・医療・福祉等地域情報システム	
2 - 2	口腔ケア対策	P . 20
	(1) 災害に備えた準備	
	(2) 一般的指導内容	
	(3) ライフステージ別指導内容	
	(4) 在宅・仮設住宅での指導内容	
2 - 3	歯科医療（救護）対策	P . 27
	(1) 災害に備えた準備	
	(2) 歯科医療（救護）班の活動支援	
	参考資料	P . 29
	活動様式例	
	チラシ・ポスター例	

災害時歯科保健活動指針 改訂版

1 指針改訂趣旨と考え方

兵庫県では平成7年1月の阪神・淡路大震災での活動をふまえ、平成9年3月に策定した災害時歯科保健活動指針を基に、災害時に歯科口腔保健活動を実施してきた。

歯と口腔の健康状態は全身の健康状態や生活習慣等と密接な関係があるため、災害時の歯科口腔保健活動は、保健活動の一環として総合的に実施される必要がある。したがって、本指針の位置づけとしては、「災害時の地域保健福祉活動ガイドライン」(平成8年3月)に準じ、災害時の歯科口腔保健について、特に問題となるマンパワーの確保対策や活動体制、口腔ケアの指導方法、歯科医療(救護)対策等を示すものとなっている。

なお、「災害時の地域保健福祉活動ガイドライン」については、その後、平成16年の台風23号や新潟県中越大震災での経験を踏まえ、風水害による支援活動や被災地へ派遣される立場、また派遣を受ける立場の活動を加え、平成18年3月に「災害時の地域保健福祉活動ガイドラインハンドブック - 健康対策編 - 」が作成された。

そこで、このたび、平成21年の佐用町等での水害、平成23年の東日本大震災における教訓、被災地支援等の体験も踏まえ、災害時歯科保健対策のさらなる充実を図るため、「災害時の地域保健福祉活動ガイドライン」の改訂(「保健活動システム」及び「健康対策」について、「保健師の役割の明確化」と「市町の役割」を追記・修正し、「災害時の保健師活動ガイドライン」として改訂)と連動して、本指針の改訂を行い、被災地の保健活動で実際に活用できる指針とした。また当指針では、歯科衛生士の配置人数が限られていることに配慮し、歯科専門職以外の保健従事者が歯科保健活動を支援する場合も想定している。

主な改訂内容としては、関連する各計画等との整合を図りながら、災害時には生活環境の変化や口腔衛生状態の低下等により、高齢者の誤嚥性肺炎の発症率が高まることから、誤嚥性肺炎や災害関連死等の予防対策について記載を加えた。さらに、災害時に迅速に対応するために、過去の支援活動を踏まえ、県(本庁)・県(健康福祉事務所)・市町それぞれの果たすべき役割について示した。また時間的フェーズに分類のうえ発災前からの備えについても記載し、さらに、避難所等で活用する様式やチラシ・ポスター例を新たに追加した。

本書を災害時の歯科保健活動を円滑に展開するための一助として、発災前から関係機関との相互支援体制の確立に努めていただき、災害発生時における歯科保健活動の実践に役立てていただくほか、被災地へ派遣される場合や派遣を受ける際にも活用していただければ幸いです。

2 災害時歯科保健対策の流れ

災害時の健康対策は、「災害時の地域保健福祉活動ガイドラインハンドブック - 健康対策編 -」（平成18年3月作成）において、被災市町への支援体制を重視した健康福祉事務所（保健所）活動を中心に、具体的な活動内容と指揮系統を明記されてきた。

今回の改訂では、「災害時の地域保健福祉活動ガイドライン」の改訂に準じ、対策の目的とその時間的切迫性により、初動体制の確立、緊急対策、応急対策、復旧・復興対策、復興支援期等に分類した。時間的フェーズについては、過去の支援活動を踏まえて、発災前の準備を追加し、フェーズ0～5に分類した上で、必要な対応について新たに列記した。

注： 県(本庁)・県(健康福祉事務所)・市町、 関係機関等に関する役割分担を記載しているが、 において保健所設置市については、県型保健所である健康福祉事務所、もしくは市町の枠組みにはそのまま当てはまらない内容がある。

注：フェーズ0及びフェーズ1については、歯科単独での活動は困難であると思われるため、地域保健・医療(救護)活動全般の中に、包含する形で歯科保健・歯科医療(救護)活動を示している。

また、「歯科医療(救護)対策」は、医療(救護)活動の中で、歯科医療(救護)活動を行う場合を含んでいる。

注：フェーズ4及びフェーズ5の対策は、災害時歯科保健活動の特性上、一括して記載する。

フェーズ(目安)	対 応
発災前の準備	災害発生前の体制の整備・確認
フェーズ0 (概ね災害発生後24時間以内)	初動体制の確立
フェーズ1 (概ね災害発生後72時間以内)	緊急対策 - 生命・安全の確保
フェーズ2 (概ね4日目から2週間まで)	応急対策 - 生活の安定(避難所対策が中心)
フェーズ3 (概ね3週間から2か月まで)	応急対策 - 生活の安定(避難所から概ね仮設住宅入居まで)
フェーズ4 (概ね2か月から1年まで)	復旧・復興対策 - 人生の再建・地域の再建(仮設住宅対策や新しいコミュニティづくり)
フェーズ5 (概ね1年以降)	復興支援期 - コミュニティの再構築と地域との融合(復興住宅に移行するまで) ・新たなまちづくり

発災前の準備

(1) 県(本庁)・県(健康福祉事務所)・市町

発災前から、災害に関する計画等の内容を確認しておくとともに、歯科保健活動をあらかじめ「災害時の保健師活動マニュアル」に盛り込む等、発災後に速やかに歯科保健活動体制が整備できるように準備する。また、関係機関・団体等との相互支援や情報交換を行うための窓口担当者、物品の確保について確認するとともに、人材育成研修会や訓練も必要である。

	県(本庁)	県(健康福祉事務所)	市町
歯科保健体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> 各関連計画等(県地域防災計画等)に沿った役割、連絡体制の確認 災害対応を総括する担当課を設置し、関係機関等に周知 災害時に歯科保健活動の窓口となる歯科保健担当者の役割の確認 歯科相談窓口設置に向けた関係機関との調整 「兵庫県健康づくり推進実施計画(大規模災害)」の確認 「災害時歯科保健活動指針」の作成と、関係職員・県内市町・関係機関等への周知 災害時に行う口腔ケア活動に関する内容を含めた「災害時の保健師活動マニュアル(市町版)」の作成支援 歯科保健に関する人材育成研修会の開催 職員の派遣が迅速にできるように、派遣チームの編成や支援体制の整備 	<ul style="list-style-type: none"> 各関連計画等(県地域防災計画等)に沿った役割、連絡体制の確認 災害時に歯科保健活動の窓口となる歯科保健担当者の役割の確認(統括を担当する歯科衛生士等の調整等) 歯科相談窓口設置に向けた関係機関との調整 「兵庫県健康づくり推進実施計画圏域計画(大規模災害)」の確認 住民への防災教育の実施(食品や薬等の備蓄啓発等) 関係職員・市町・郡市区歯科医師会等への「災害時歯科保健活動指針」の周知 災害時に行う口腔ケア活動に関する内容を含めた「災害時の保健師活動マニュアル(市町版)」作成支援 歯科保健に関する人材育成研修会への参加、圏域研修会の開催 県民局等が実施する防災訓練への参画 	<ul style="list-style-type: none"> 各関連計画等(市町地域防災計画、市町災害時要援護者支援計画等)に沿った役割、連絡体制の確認 災害時に歯科保健活動の窓口となる歯科保健担当者の役割の確認 歯科相談窓口設置に向けた関係機関との調整 住民への防災教育の実施(食品や薬等の備蓄啓発等) 関係職員等への「災害時歯科保健活動指針」の周知 災害時に行う口腔ケア活動に関する内容を含めた「災害時の保健師活動マニュアル(市町版)」作成 歯科保健に関する人材育成研修会への参加 自治体等が実施する防災訓練への参画
口腔ケア対策	<ul style="list-style-type: none"> 発災前からの歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発 災害時の対応に関する情報提供及び県民への周知 企業及び関係機関との物資支援提携 	<ul style="list-style-type: none"> 発災前からの歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発 災害時の対応に関する情報提供及び県民への周知 巡回歯科保健相談等に必要な物品の準備 	<ul style="list-style-type: none"> 発災前からの歯と口腔の健康づくりに関する普及啓発 災害時の対応に関する情報提供及び住民への周知 巡回歯科保健相談等に必要な物品の準備

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
口腔ケア対策	・避難所等に貼付・配布するチラシ・ポスター等の準備、作成及び関係機関への周知	・避難所等に貼付・配布するチラシ・ポスター等の準備、作成及び関係機関への周知	・避難所等に貼付・配布するチラシ・ポスター等の確認と事前準備 ・口腔ケア用品の備蓄及び活用できる体制の整備
歯科医療（救護）対策	・県内緊急連絡網の整備 ・県内災害拠点病院、救護病院等の緊急時連絡先の確認 ・企業及び関係機関との医療物資の支援提携 ・住民への情報伝達方法の確認 ・病院及び歯科診療所での災害準備の周知広報	・圏域内の歯科医療機関の所在地等のリスト整理、緊急連絡網整備 ・圏域内の災害拠点病院、救護病院等の緊急時連絡先の確認 ・住民への情報伝達方法の確認	・管内の歯科医療機関の所在地等のリスト整理、緊急連絡網整備 ・管内の災害拠点病院、救護病院等の緊急時連絡先の確認 ・救急薬品の整備（消毒薬等） ・自治会、住民への情報伝達方法の確認

（２）関係機関等

- ・歯科関連団体・学校等の健康危機管理等に関する研修会及び実地訓練等の実施（各団体における防災対策の推進）
- ・各団体での災害時活動マニュアル等の整備
- ・管内の歯科医療機関や各関係団体の所在地等のリスト整理
- ・各団体の緊急連絡網の整備と確認
- ・備蓄資器材・薬剤等の整備
- ・歯科医療（救護）班の活動支援、補助の準備
- ・災害時対策に係る関連団体等との連携・活動体制の確認（地域医療連携の推進）
- ・関係団体の各近隣都道府県支部等との災害協定等、協力関係の確認

「関係機関等」とは、主に以下の団体を指す。

【職能団体等】	<ul style="list-style-type: none"> ・兵庫県歯科医師会 ・兵庫県歯科衛生士会 ・兵庫県歯科技工士会 ・国保歯科診療所 ・郡市区歯科医師会（口腔保健センター等） ・地域活動歯科衛生士会 ・兵庫県病院歯科医会 ・兵庫県医師会 ・兵庫県薬剤師会 ・兵庫県看護協会 ・兵庫県栄養士会等
【学校】	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科衛生士養成専門学校 ・大学等
【関連業者】	

フェーズ0（概ね発災後24時間以内）

（1）県（本庁）・県（健康福祉事務所）・市町

災害発生時は稼働できる職員数に限りがあることから、命を守ることを最優先に、統括保健師等を配置し人員確保を図りながら、災害対策本部等と連携し、効果的に被災情報を集め組織的に対応することとなっている。一連の動きの中で、歯科医療(救護)対策への協力、歯科保健対策及び感染症予防の観点から避難所の環境整備を図る。

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市町
活動拠点の確立	<ul style="list-style-type: none"> 保健活動拠点の確立（職場の施設整備・安全確保） 県災害対策本部との連携 連絡手段の確保 	<ul style="list-style-type: none"> 保健活動拠点の確立（職場の施設整備・安全確保） 県民局災害対策本部との連携 連絡手段の確保 	<ul style="list-style-type: none"> 保健活動拠点の確立（職場の施設整備・安全確保） 市町災害対策本部との連携 連絡手段の確保 救護所・避難所の設置
	<ul style="list-style-type: none"> 被災状況の現地確認 健康福祉事務所や関係団体を通じた情報の集約・発信 県地域防災計画等に基づいて職員を配置(安否確認含む) 健康福祉事務所より要請を受け、他健康福祉事務所・県内市町と派遣調整、県看護協会・近隣府県・関西広域連合・厚生労働省へ派遣を要請（主に保健師・看護師）(P18 図参照) 保健活動全体の統括保健師等による歯科保健を含む調整 	<ul style="list-style-type: none"> 管内市町の被災状況を把握し、本庁の主管課へ報告 県地域防災計画等に基づいて職員を配置(安否確認含む) 市町とともに保健師等稼働状況及び派遣要請人数を検討し、本庁へ派遣要請 保健活動全体の統括保健師等による歯科保健を含む調整 相談窓口の設置に向けた準備 	<ul style="list-style-type: none"> 被災状況を把握し、健康福祉事務所へ報告 市町地域防災計画等に基づいて職員を配置(安否確認含む) 被災状況等により保健師等の要請人数を算定し、健康福祉事務所へ派遣要請 保健活動全体の統括保健師等による歯科保健を含む調整 相談窓口の設置に向けた準備
情報収集・人材確保			
口腔ケア対策	<ul style="list-style-type: none"> 保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保 保健活動報告の集約 	<ul style="list-style-type: none"> 保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保 避難所での衛生管理及び環境整備 咀嚼・嚥下困難者への嚥下食等の配食調整 	<ul style="list-style-type: none"> 保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保 避難所での衛生管理及び環境整備 咀嚼・嚥下困難者への嚥下食等の配食調整
歯科医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> 医療状況の把握と情報整理 県災害対策本部からDMAT(災害派遣医療チーム)や日本赤十字社等への応援要請状況を確認 災害拠点病院、救護病院等との緊急時連絡調整 	<ul style="list-style-type: none"> 一般科救護所での救急対応 医療機関の稼働状況、医療チームの活動状況について把握し、関係機関・被災者に情報発信 災害拠点病院、救護病院等との緊急時連絡調整 	<ul style="list-style-type: none"> 一般科救護所での救急対応 医療機関の稼働状況、医療チームの活動状況について把握し、関係機関・被災者に情報発信 健康福祉事務所、及び市町災害対策本部からDMATや

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
歯科医療（救護）対策	<ul style="list-style-type: none"> ・医療救護班の編成及び支援活動への要望集約 ・医薬品及び保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保 	<ul style="list-style-type: none"> ・本庁、及び県民局災害対策本部からDMATや日本赤十字社等への応援要請状況を確認 ・医薬品及び保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保 ・歯科応急処置が必要な住民の医療確保に向け、連絡調整（義歯の調整含む） 	<ul style="list-style-type: none"> 日本赤十字社等への応援要請状況を確認 ・医薬品及び保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保 ・歯科応急処置が必要な住民の医療確保に向け、連絡調整（義歯の調整含む）

（２）関係機関等

歯科保健・医療活動の稼働に向けた被災状況の情報を共有し、歯科保健・医療活動計画を策定する（歯科に関するニーズを把握する）

- ・各団体構成員の安否確認、被災状況の把握
- ・内外での緊急連絡体制の整備、伝達体制の構築
- ・関連団体（中央団体、行政等）に連絡を取り、状況と準備体制等について情報交換
- ・各団体等での災害対策本部（活動拠点）の設置
- ・緊急歯科医療（救護）体制の整備（病院歯科、歯科口腔外科等との連携及び支援）
- ・今後の歯科保健活動体制の想定（専門チーム編成の検討等）
- ・医薬品及び保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保
- ・歯科医療（救護）班の活動補助の準備（移動車両・水・電源等の確保、物資の運搬、ポータブル診療機器の確保等）

フェーズ1（概ね発災後72時間以内）

（1）県（本庁）・県（健康福祉事務所）・市町

引き続き組織的な保健活動を中心とし、避難所巡回等により、全体的な被災情報や保健医療福祉ニーズとともに、歯科関連ニーズの把握に努め、必要な支援を検討する。また、ライフラインの断絶による衛生状態や栄養状態の悪化に対し、歯科保健対策の観点から必要な支援や、活動の準備を行う。

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市町
歯科保健体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> 被災状況の把握と情報整理 県災害対策本部へ報告及び要望等必要事項についての調整 当面の保健活動計画の策定 保健師等の派遣情報を把握し、健康福祉事務所に連絡 健康福祉事務所の要請に基づき、他健康福祉事務所・県内市町と派遣調整、県看護協会・近隣府県・関西広域連合・厚生労働省へ派遣を要請（保健師等） 保健活動全体の統括保健師等による歯科保健を含む調整 	<ul style="list-style-type: none"> 管内市町のライフラインや物資の供給状況等、生活状況の把握 情報の集約、本庁へ報告（被災状況、救護所・避難所の数、避難者数等） 県民局災害対策本部との連携 活動の進捗状況を把握・共有するためのミーティングの開催 保健師等の派遣情報を本庁から把握し、市町に連絡、受入体制の整備を行う 本庁への保健関係職員の応援要請・動員計画の検討 保健相談窓口の設置、歯科相談窓口設置に向けた準備 避難所での洗面所の確保・整備 保健活動全体の統括保健師等による歯科保健を含む調整 	<ul style="list-style-type: none"> ライフラインや物資の供給状況等、生活状況の把握 情報の集約、健康福祉事務所へ報告（被災状況、救護所・避難所の数、避難者数等） 市町災害対策本部との連携 活動の進捗状況を把握・共有するためのミーティングの開催 保健師等の派遣情報を健康福祉事務所から把握し、受入体制の整備を行う 健康福祉事務所への保健関係職員の応援要請 保健相談窓口の設置、歯科相談窓口設置に向けた準備 避難所での洗面所の確保・整備 保健活動全体の統括保健師等による歯科保健を含む調整
口腔ケア対策	<ul style="list-style-type: none"> 支援物資の手配・確保 健康福祉事務所の巡回歯科保健相談・口腔ケア指導等に必要な備品の要請（P17 図、P20 2-2(1)参照） 保健活動報告の集約 	<ul style="list-style-type: none"> 活動に必要な備品・支援物資の確保、本庁への要請（口腔ケア用品等） 保健活動時に歯科保健ニーズの収集 支援物資、備蓄物資の振り分け・配布 咀嚼・嚥下困難者への嚥下食等の配食調整 肺炎等感染予防対策啓発ポスター貼付・チラシ配布 	<ul style="list-style-type: none"> 活動に必要な備品・支援物資の確保、健康福祉事務所への要請（口腔ケア用品等） 保健活動時に歯科保健ニーズの収集 支援物資、備蓄物資の振り分け・配布 咀嚼・嚥下困難者への嚥下食等の配食調整 肺炎等感染予防対策啓発ポスター貼付・チラシ配布

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
歯科医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> ・医療救護班・災害拠点病院等の活動状況把握、関係機関への情報提供 ・歯科診療所・歯科医療機関等の稼働体制の確認、医療情報の収集・提供 ・健康対策に必要な医薬品や備品等が不足する場合の手配 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科応急処置が必要な住民の医療確保に向け、主治医・救護班等と連絡調整（義歯の調整含む） ・医療救護班・災害拠点病院等の活動状況の把握・情報提供 ・歯科診療所・歯科医療機関等の稼働体制の確認、情報提供 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科応急処置が必要な住民の医療確保に向け、主治医・救護班等と連絡調整（義歯の調整含む） ・医療救護班・災害拠点病院等の活動状況の把握・情報提供 ・歯科診療所・歯科医療機関等の稼働体制の確認、情報提供

（２）関係機関等

歯科保健・医療活動に関する活動計画をもとに稼働する（歯科に関するニーズを把握する）。

- ・各団体構成員の安否確認、被災状況の把握
- ・活動計画の担当者（及びその補佐） 応援職員の連絡体制の決定及び活動地区の調整
- ・関連団体（中央団体、行政等）に連絡を取り、状況と準備体制等について情報交換
- ・今後の歯科保健活動方針の検討、出勤スケジュールの決定（巡回歯科診療班等）
- ・病院歯科・口腔外科、拠点避難所を中心とした緊急歯科医療の実施
- ・医薬品及び保健衛生用資器材、その他活動に必要な物品の確保
- ・歯科医療(救護)班の活動支援（応急処置の実施場所、移動車両・水・電源等の確保、歯科診療機器、薬品の運搬、患者の整理）

フェーズ2（概ね4日目から2週間まで）

避難所対策中心の時期

（1）県(本庁)・県(健康福祉事務所)・市町

保健師以外の職種の派遣・応援が開始され、引き続き統括保健師等と連携しながら歯科保健活動体制を強化していく時期となる。必要に応じて他の職種や専門チームと連携しながら、歯科衛生士等を中心としたチームによる活動や、人的支援及び物資等の要請について検討する。また、歯科健康調査等を行い、課題を明らかにした上で、活動計画を策定する。

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
歯科保健体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ・被災状況の把握と情報整理 ・県災害対策本部へ報告及び要望等必要事項についての調整 ・保健師等の応援体制の調整 ・歯科保健活動計画の策定（P16(2)参照） ・歯科保健活動強化のための歯科衛生士等の派遣調整 ・健康福祉事務所等からの各種調査結果の進捗状況を支援者等へ情報提供 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報の集約、本庁へ報告（被災状況、救護所・避難所の数、避難者数等） ・保健師等の派遣情報を本庁から把握し、市町に連絡、受入体制の整備を行う ・本庁への歯科衛生士等の応援・支援物資の要請 ・避難所の環境整備（感染症予防、洗面所の整備支援等） ・福祉避難所の実態調査 ・健康調査の一環として歯科保健医療等のニーズ調査 ・歯科保健活動の拠点に統括を担当する歯科衛生士等を配置（P16(3)参照） 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報の集約、健康福祉事務所へ報告（被災状況、救護所・避難所の数、避難者数等） ・保健師等の派遣情報を健康福祉事務所から把握し、受入体制の整備を行う ・健康福祉事務所を通じ、歯科衛生士等の応援・支援物資の要請 ・避難所の環境整備（感染症予防、洗面所の整備支援等） ・福祉避難所の実態調査
口腔ケア対策	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健活動報告の集約 ・歯科保健活動状況の分析や指導助言 ・支援物資・歯科保健活動に必要な物品の調整 ・後方支援の調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健ニーズの聞き取り、相談窓口の設置・周知 ・支援物資の偏在の調整 ・被災者へ口腔ケア用品の支給及び口腔衛生指導 ・避難所ごとに栄養指導等、他の専門チームと連携した歯科保健活動の実施（健口体操を取り入れた健康教育、義歯の管理に関する個別指導、誤嚥性肺炎の予防啓発、摂食・嚥下がしやすい食べ方の支援等） 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健ニーズの聞き取り、相談窓口の設置・周知 ・支援物資の偏在の調整 ・被災者へ口腔ケア用品の支給及び口腔衛生指導 ・避難所ごとに栄養指導等、他の専門チームと連携した歯科保健活動の実施（健口体操を取り入れた健康教育、義歯の管理に関する個別指導、誤嚥性肺炎の予防啓発、摂食・嚥下がしやすい食べ方の支援等）

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
口腔ケア対策		<ul style="list-style-type: none"> ・避難所ごとに歯科保健種を実施するための物品の確保 ・災害時要援護者に対する支援 ・肺炎等感染症予防対策啓発ポスターの貼付 	<ul style="list-style-type: none"> ・避難所ごとに歯科保健種を実施するための物品の確保 ・災害時要援護者に対する支援 ・肺炎等感染症予防対策啓発ポスターの貼付
歯科医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療(救護)班・災害拠点病院等の活動状況把握、関係機関への情報提供 ・訪問歯科診療機器、薬品の確保に向けた調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療(救護)班の活動支援、ニーズの把握（救護班の移動、物資の運搬、歯科診療機器、薬品の運搬確保） ・歯科応急処置が必要な住民に周知や広報 ・災害拠点病院等の活動状況の把握・情報提供 ・診療可能な歯科医療機関のリスト整理 ・避難所に居住する方への歯科健診や相談の準備 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療(救護)班の活動支援、ニーズの把握（応急処置の場所、移動車両確保、歯科診療機器、薬品の運搬、患者の整理） ・歯科応急処置が必要な住民に周知や広報 ・災害拠点病院等の活動状況の把握・情報提供 ・診療可能な歯科医療機関のリスト整理 ・避難所に居住する方への歯科健診や相談の準備

（２）関係機関等

- 歯科保健・医療活動に関する活動計画をもとに稼働する（歯科に関するニーズを把握する）
- ・活動計画の担当者（及びその補佐） 応援職員の連絡体制の決定及び活動地区の調整
 - ・歯科医療(救護)班による避難所での健康相談、応急処置等の被災者歯科保健・医療活動を実施
 - ・稼働している歯科医療機関との連携（診療可能な歯科医療機関の紹介、リスト整理）
 - ・関連団体(行政、中央団体等)に連絡を取り、状況と準備体制、診療可能な歯科医療機関等について情報提供
 - ・巡回歯科保健相談・口腔ケア指導活動方針の決定、実施
 - ・応援職員の要請（診療体制の検討等）
 - ・他地域からの応援（支援）を受け入れる体制の整備
 - ・資器材の設置、材料の配備
 - ・歯科医療(救護)班の活動支援（応急処置の場所、移動車両・水・電源等の確保、歯科診療機器、薬品の運搬、患者の整理）

フェーズ3（概ね3週間目から2か月まで）

避難所から概ね仮設住宅入居までの時期

（1）県（本庁）・県（健康福祉事務所）・市町

避難所の集約、仮設住宅への移行に向かう時期であり、避難生活の長期化にともなう二次的な健康課題の発生が予測されるため、各関係機関で情報を共有し、連携した歯科保健対策の強化が求められる。歯科保健対策としては、健康調査を踏まえた活動計画を策定し、引き続き避難所での健康対策、災害時要援護者への支援等を行うが、歯科医療等専門チームや応援・派遣の撤退を視野に入れる必要がある。

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市町
歯科保健体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ・被災状況の把握と情報整理 ・県災害対策本部へ報告及び要望等必要事項についての調整 ・支援活動の継続の必要性に応じた後発支援の要請 ・巡回歯科保健相談、口腔ケア調査結果のまとめと結果の提供 ・歯科保健活動強化のための歯科衛生士等の派遣調整 ・仮設住宅対策に関連のある部課間の情報交換・提供 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報の集約、本庁へ報告（避難所・避難者数、仮設住宅・入所者数等） ・仮設住宅巡回訪問の開始 ・住民への口腔ケア調査の実施 ・定例歯科保健事業の早期再開への支援、啓発 ・通常業務の再開 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報の集約、健康福祉事務所へ報告（避難所・避難者数、仮設住宅・入所者数等） ・仮設住宅巡回訪問の開始 ・仮設住宅を把握後、歯科保健活動（相談、健康教育等）の担当者配置の調整、活動の方向性の整備 ・定例歯科保健事業の実施に向け調整を開始（他職種との調整・協議、業務再開の啓発等） ・通常業務の再開
口腔ケア対策	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健活動報告の集約 ・歯科保健活動状況の分析や指導助言 ・支援物資・歯科保健活動に必要な物品の調整 ・後方支援の調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健ニーズの聞き取り、相談窓口の周知 ・避難所等での歯科健康相談、歯科健康教育等の実施支援 ・避難所等での健康対策として、チラシ配布や健康教育等による普及啓発を実施（誤嚥性肺炎等による関連死の予防、生活不活発病の予防等） ・災害時要援護者の口腔管理（要フォロー者への巡回歯科保健相談・口腔ケア指導の実施） ・保育所・学校における歯科健康教育の実施支援 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健ニーズの聞き取り、相談窓口の周知 ・避難所等での歯科健康相談、歯科健康教育等の実施 ・避難所等での健康対策として、チラシ配布や健康教育等による普及啓発を実施（誤嚥性肺炎等による関連死の予防、生活不活発病の予防等） ・災害時要援護者の口腔管理（要フォロー者への巡回歯科保健相談・口腔ケア指導の実施） ・保育所・学校における歯科健康教育の実施

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
口腔ケア対策		<ul style="list-style-type: none"> ・口腔ケア用品等の支援物資の管理・確保 ・必要時、他職種と連携した歯科保健活動の実施（こころのケア等） 	<ul style="list-style-type: none"> ・口腔ケア用品等の支援物資管理・確保 ・必要時、他職種と連携した歯科保健活動の実施（こころのケア等）
歯科医療（救護）対策	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療（救護）班の活動状況及びニーズの把握、応急歯科診療の終期判断 ・避難所等での活動に必要な機器、薬品の確保等の調整（訪問歯科診療機器等） 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療（救護）班の活動支援、ニーズの把握 ・診療可能な歯科医療機関のリスト作成 ・避難所等の居住者への歯科健診や相談の実施支援 ・元々のかかりつけ歯科医に通院できない方への歯科医療の調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療（救護）班の活動支援、ニーズの把握 ・診療可能な歯科医療機関のリストの周知、広報 ・避難所等の居住者への歯科健診や相談の実施 ・元々のかかりつけ歯科医に通院できない方への歯科医療の調整

（２）関係機関等

歯科保健・医療活動に関する活動計画をもとに稼働する（歯科に関するニーズを把握する）

- ・活動計画の担当者（及びその補佐） 応援職員の連絡体制の決定及び活動地区の調整
- ・避難所等での仮設診療や救護所診療の実施
- ・稼働している歯科医療機関との連携（診療可能な歯科医療機関の紹介、リスト整理）
- ・関連団体（行政、中央団体等）に連絡を取り、状況と準備体制、診療可能な歯科医療機関等について情報提供
- ・巡回歯科保健相談・口腔ケア指導等の活動の実施
- ・ボランティア受け入れ体制の整備・協力（行政、ボランティア団体等との連携による）
- ・応援職員の要請（診療体制の検討等）
- ・他地域からの応援（支援）を受け入れる体制の整備
- ・資器材の設置、材料の配備
- ・歯科医療（救護）班の活動支援（応急処置の実施場所、移動車両・水・電源等の確保、歯科診療機器、薬品の運搬、患者の整理）

フェーズ4（概ね2か月から1年まで）及びフェーズ5（概ね1年以降）

仮設住宅対策や新しいコミュニティづくり、復興住宅に移行するまでの時期

（1）県(本庁)・県(健康福祉事務所)・市町

仮設住宅への入居、復興住宅や自宅再建による転居に伴い、将来への不安や避難生活の長期化によるストレス、閉じこもり、新しいコミュニティづくり等が課題となる時期である。

住民が生活環境の変化に適応し、健康で自立した生活ができるよう支援体制を整備するとともに、発災前に実施していた定例歯科保健事業の再開、これまでの活動評価を進めていく。

	県（本庁）	県（健康福祉事務所）	市 町
歯科保健体制の整備	<ul style="list-style-type: none"> ・広域的、総合的な災害に関する情報収集及び被災地への提供 ・仮設住宅対策に関連のある部課間の情報交換・提供 ・生活再建に重点をおいた活動支援計画の立案 ・調査・研究等への積極的な支援 ・専門人材確保のための調整 ・職員の健康管理 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報の集約（仮設住宅・入所者数等） ・派遣終了時期、避難所閉鎖時期等の計画支援 ・歯科保健活動のまとめと評価 ・職員の健康管理 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報の集約（仮設住宅・入所者数等） ・事業体制の再構築 ・派遣終了時期、避難所閉鎖時期等の計画の策定と、実施評価 ・職員の健康管理
口腔ケア対策	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健活動状況の分析や指導助言 ・歯科保健活動報告のまとめと検証 ・新たな活動のため、施策化・予算措置等を行う ・支援物資・歯科保健活動に必要な物品の調整 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健ニーズの聞き取り、相談窓口の周知 ・地域や仮設住宅の集会所等における歯科保健活動、災害関連死予防対策の実施支援（歯科健康相談、歯科健康教育、仮設住宅巡回歯科訪問、チラシ配布や健康教育等による普及啓発の実施等） ・グループワーク等による、歯科保健活動を通じたコミュニティづくりの推進 ・定例歯科保健事業の実施支援（応援、広報等） ・要フォロー者への支援体制づくり、引き継ぎ 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科保健ニーズの聞き取り、相談窓口の周知 ・地域や仮設住宅の集会所等における歯科保健活動、災害関連死予防対策の実施（歯科健康相談、歯科健康教育、仮設住宅巡回歯科訪問、チラシ配布や健康教育等による普及啓発の実施等） ・グループワーク等による、歯科保健活動を通じたコミュニティづくりの推進 ・定例歯科保健事業の再開・周知 ・要フォロー者への支援体制づくり、地区担当への引き継ぎ
歯科医療救護対策	<ul style="list-style-type: none"> ・診療可能な歯科医療機関のリストの周知、広報 ・通常の歯科医療体制に移行 ・災害時要援護者の医療の継続支援 ・定例歯科保健事業への協力支援 ・かかりつけ歯科医に通院できない方への歯科医療の調整（仮設住宅が被災前の居住地域と異なる場合等） 		

(2) 関係機関等

歯科保健・医療活動に関する活動計画をもとに稼働するとともに、災害時支援活動の終了を検討する（歯科に関するニーズを把握する）。

- ・通常の歯科保健・医療体制に移行（治療継続ケースの引き継ぎ、連携）
- ・関連団体(行政、中央団体等)に連絡を取り、状況等について情報提供
- ・歯科保健・医療活動のまとめと検証
- ・調査・研究等への積極的な支援
- ・定例歯科保健事業への実施支援

2 - 1 歯科保健体制の整備

(1) 被災状況の把握

初動体制や緊急対策を迅速に立ち上げるために、被災状況を地域防災計画に基づき、本庁
 主管課が健康福祉事務所、市町、関係団体を通して把握・収集する。

なお、被災状況は、災害対策実施状況等と併せ災害情報として収集する。

主な調査内容は、次のとおりである。

対 策	被災状況の主な調査内容
歯科医療（救護） 対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ 歯科医療機関（歯科診療所、病院歯科、口腔保健センター等）の被災状況・稼働状況 ・ 避難所の場所・数 ・ 仮設住宅の場所・数 ・ 歯科医療機関の職員の確保状況 ・ 医薬品の確保状況 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p><参考> 兵庫県広域災害・救急医療システム 災害発生時の災害拠点病院等（登録がある医療機関のみ） の稼働状況や救護所の開設状況を掲載し、情報提供を行う こととしている。</p> </div>
健康対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ 避難所ごとの収容人数 ・ 避難所入居者の口腔ケア調査 ・ 避難所ごとの生活環境調査 ・ 仮設住宅入居者の口腔ケア調査 ・ 一般家庭の被災者の口腔ケア調査 ・ 仮設住宅ごとの生活環境調査 ・ 災害時要援護者の把握
生活環境対策	<ul style="list-style-type: none"> ・ 避難所等における洗面所の数 ・ 水道の確保状況

(2) 歯科保健活動計画の策定

被災状況及び災害応急対策実施状況等の災害情報を収集し、市町の災害対策との調整を図り、市町の要請、または県が必要と認める場合は、それぞれの対策を「災害時歯科保健対策の流れ」に準じ、次の留意事項を参考に当面の歯科保健活動計画を策定する。

また、関係機関等との調整の必要性から、災害時歯科保健対策会議等の開催を検討する。

留意事項

健康福祉事務所・保健所設置市 本庁主管課へ報告

被災状況を把握し、市町の担当課及び地域の歯科医師会・歯科衛生士会支部等と協議して、必要な活動内容、活動方法、活動量、動員数等について口腔ケア指導活動計画を策定し、本庁の主管課に報告する。

本庁主管課 健康福祉事務所・保健所設置市

活動計画を策定する。健康対策は、避難所、一般家庭、仮設住宅と活動範囲が広く、長期にわたる対策であるので、市町、地域ごとの健康課題に応じ計画を修正する。

できるだけ早期に、定例歯科保健事業を再開する。

(3) 歯科保健活動の調整機能

歯科保健活動にあたっては、円滑に活動が進むよう、健康福祉事務所や保健所設置市の、歯科保健活動の統括を担当する歯科衛生士等のコーディネーターを確保(決定)し、歯科保健活動の計画、連絡調整及び実施にあたるのが理想である。コーディネーターには、地域の実情に詳しい健康福祉事務所職員が望ましいが、必要に応じて、地域の歯科医師会やボランティアの歯科医師、歯科衛生士等の適任者に対して健康福祉事務所長等が協力を依頼する。

また、被災者から、他職種の保健活動従事者や福祉担当者等が受けた口腔内の問題に関する相談等についても、引き継いで対応できるような連携体制を整える。

巡回歯科保健相談・口腔ケア指導については、歯科医師・歯科衛生士等のチームにより行う。歯科医師の確保が困難な場合は、救護所や巡回歯科診療班に配置された歯科医師の指示のもとに、歯科衛生士は必要に応じて、歯科保健指導及び口腔ケア指導を行うものとする。

巡回歯科保健相談・口腔ケア指導の実施にあたっては、地域の歯科医師会、歯科衛生士会等の協力を十分に求めるものとする。

(4) 歯科保健専門職の派遣調整

県内で災害がおこった場合は、健康福祉事務所と市町等で協議して発災後に策定された活動計画に基づき、本庁が迅速に県職員等の応援体制とともに、県外への派遣体制も整備する。

災害の発生に備え、発災前より本庁職員を含めた歯科保健活動派遣チームを編成しておき、県内・県外への迅速な応援体制を整備しておく。なお、そのために、随時研修訓練を行う。

災害の規模により、関西広域連合等による、県の被災地外の健康福祉事務所職員・市町職員、近隣府県職員、全国の都道府県職員と段階別に派遣要請が考えられるが、行政に勤務する歯科専門職員は非常に少ないことから、歯科医師会、歯科衛生士会や歯科技工士会等への派遣要請も段階別に考える。円滑に応援要請できる体制づくりが必要であり、行政・歯科医師会等関係機関において、近畿府県・全国で相互救援体制を事前に確立させておくことが重要である。

派遣要請を行うべき職種は、歯科保健対策では歯科医師、歯科衛生士等、歯科医療対策では歯科医師、歯科衛生士、歯科技工士等である。

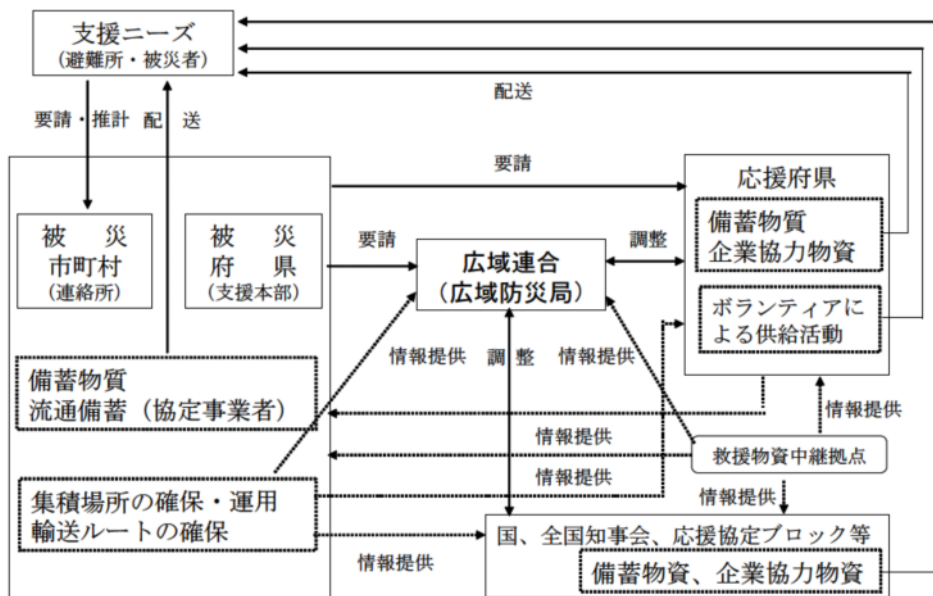
また、歯科保健活動に関わるボランティアは専門職種が多く、それぞれの専門性を有するボランティアが必要である。しかし、災害時のボランティアのコーディネートでは混乱が起こる可能性があることから、関係機関による受け入れ調整等、発災前からの体制づくりが重要視される。

そこで、歯科保健・歯科医療活動に関わるボランティアについては、県歯科医師会・県歯科衛生士会、県歯科技工士会等関係機関が受け入れ窓口として調整を行い、本庁からの派遣要請に基づき、支援健康福祉事務所を紹介することが望ましい。その受け入れと活動計画については各健康福祉事務所や保健所設置市で調整し、本庁は、その活動を支援する。

また、安定した支援を行うために、発災前から県・市町行政や歯科診療所を退職したベテラン歯科衛生士の支援体制についても研修等により確立していくことも必要である。

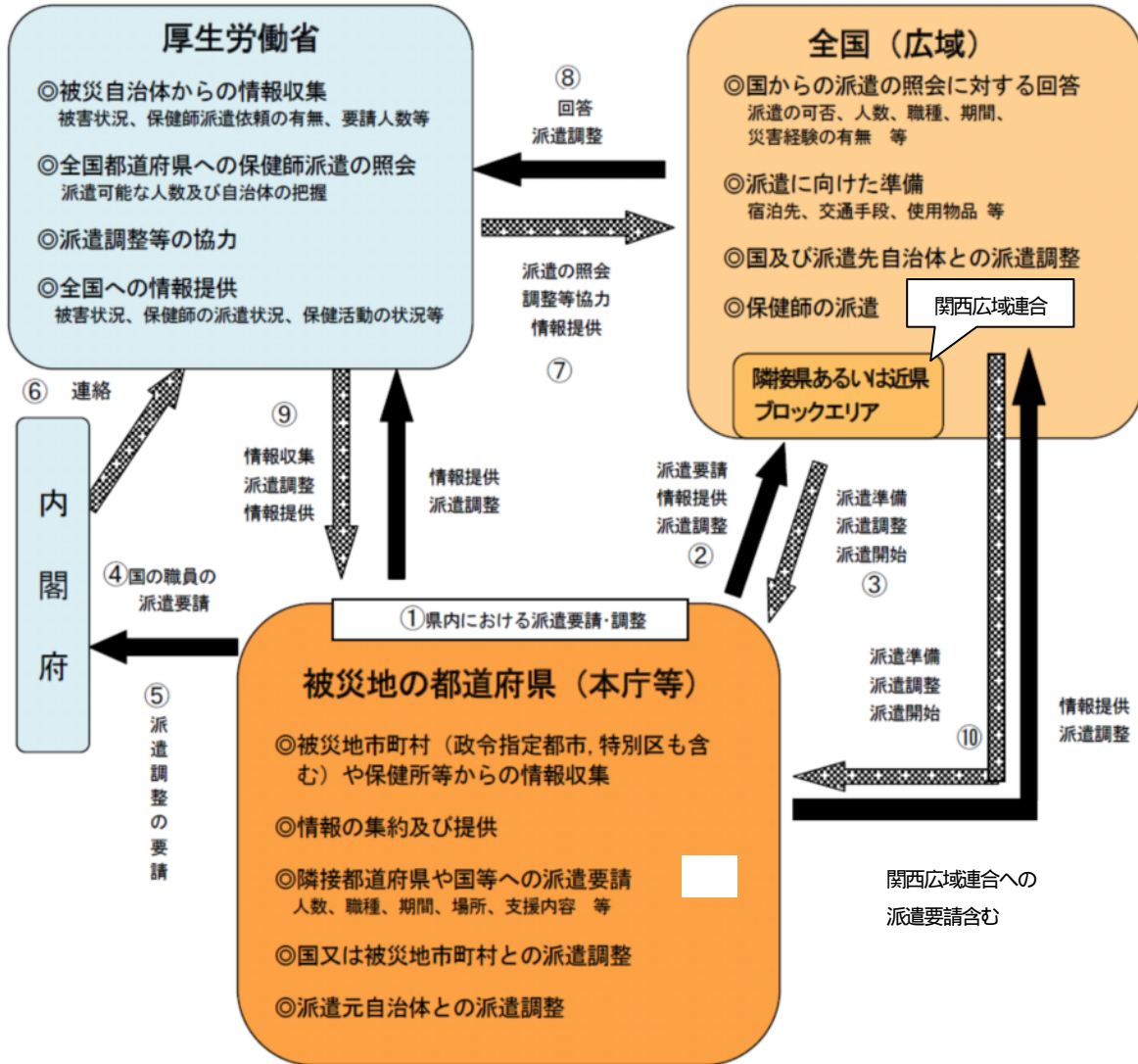
さらに、県外や国外での災害の発生も想定して、派遣体制を事前に協議しておくことが重要である。

図 関西広域連合を通じた救援物資需給調整の流れ



「関西防災・減災プラン」より

図 派遣要請～派遣開始までの手続きの流れ（大規模災害の場合）



「災害時の保健師活動ガイドライン」より

<参考：災害時歯科保健活動時の主な関係団体>

主な歯科関係団体		
<ul style="list-style-type: none"> ・日本歯科医師会 ・日本歯科衛生士会 ・日本歯科技工士会 	<ul style="list-style-type: none"> ・兵庫県歯科医師会 ・兵庫県歯科衛生士会 ・兵庫県歯科技工士会 ・兵庫県病院歯科医会 ・歯科衛生士養成専門学校及び大学 	<ul style="list-style-type: none"> ・郡市区歯科医師会（口腔保健センター等） ・国保歯科診療所 ・地域活動歯科衛生士会
その他関係団体		
医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会等		

(5) 保健・医療・福祉等地域情報システム

健康福祉事務所や保健所設置市が、歯科保健・医療等に関する地域情報の拠点として機能するよう、発災前より、下記の情報を中心にデータベース化しておき、災害時には、被災状況等を迅速に把握するとともに、災害情報を作成し、市町、関係機関、支援職員、住民等に提供する。

特に、住民への情報提供の方法としては、ポスター・保健だより・マップ・チラシ等によりタイムリーに提供することが必要であり、提供場所としては、住民に身近な公民館、地区の自治会集会所、歯科保健・医療・福祉の関係機関等とする。また、発災前に実施していた定例歯科保健事業の早期再開に向けて、地域情報システムを活用する。

各種施設	歯科医療機関（病院・歯科診療所）健康福祉事務所、保健所設置市、市町、郡市区歯科医師会（口腔保健センター等）、歯科材料店等
関係機関	歯科医師会、歯科衛生士会、歯科技工士会、歯科衛生士養成専門学校及び大学、医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会等
ボランティア等	地域活動歯科衛生士会等
行政サービス	1歳6か月児・3歳児健康診査等 各種事業等
専門相談窓口	歯科医療相談、歯科保健相談、訪問歯科保健指導等
災害時要援護者	ひとり暮らし高齢者、ねたきり高齢者、認知症高齢者、難病患者、身体障害者、知的障害者、精神障害者、妊産婦等

【参考資料として関連計画のアドレス、関係機関の連絡先等を記載】

2 - 2 口腔ケア対策

(1) 災害に備えた準備

発災前より、地域で各市町、歯科医師会、歯科衛生士会等関係機関及び団体と災害時の口腔ケア活動について検討や協議を行い、役割等を共通理解しておく必要がある。

併せて、歯科健診や必要な医療を受けること等、歯と口の健康づくりに取り組む必要性を県民に啓発し、意識を向上させるための歯科保健活動も大切である。

また、災害時に増加する高齢者の誤嚥性肺炎等の感染症予防、子どものむし歯予防等の観点から、発災後の早い時期に口腔ケアを実施することが重要である。特に災害時要援護者への取組を強化する必要がある。

そのためにも、口腔清掃・ケア用品を発災前から備蓄管理し、災害時に活用できる体制を整備しておくとともに、その後の支援に繋げる必要がある。

初動時（災害発生時）に必要な口腔ケア用品（表1）

歯科専門職以外が活動に従事する場合も想定

物品名	*1	備 考（避難所を想定）
大人用歯ブラシ	○	口内炎等で痛みがある場合は「軟らかめ」があれば便利
子ども用歯ブラシ	○	乳歯用（5歳頃まで）、永久歯に生え替わる時期（6～11歳頃）の2種類あると便利。口の小さな女性にも応用可能
歯みがき剤	○	水の常備、洗面所がある場合
洗口液	○	水不足だが洗面所がある場合
うがい用薬液*2	○	
紙コップ又はプラスチックコップ	○	紙よりプラスチック製が丈夫
口腔ケア用ウェットティッシュ	○	水が不足、洗面所もない場合
スポンジブラシ	○	歯がない方や粘膜部の清掃に便利
キシリトールガム	○	食後に ^か 噛むことで自浄作用促進
義歯保管ケース		義歯（入れ歯）の保管に便利
義歯洗浄剤		義歯（入れ歯）の清掃
口腔保湿剤、リップクリーム		口内の粘膜、口唇等の乾燥対策
歯ブラシケース		保管に便利
糸ようじ（デンタルフロス）		歯と歯の間の清掃に便利。
歯間ブラシ		水なしでも使用可
啓発用チラシ・ポスター		ごえんせいはいえん 誤嚥性肺炎予防、むし歯・歯周病予防、インフルエンザ予防

*1 ○は必要 〇は可能なら配布

*2 高齢者等口腔乾燥のある人もいるので、アルコール成分を含まないものが望ましい。

専門職（歯科医師、歯科衛生士、看護師等）による指導時に必要な口腔ケア用品

指導用口腔ケア用品（表2）

物品名	備考
大人用歯ブラシ	軟らかめ、普通、硬め
子ども用歯ブラシ	乳幼児用、園児用、学齢期用
フッ化物配合歯みがき剤	
フッ化物配合液体歯みがき剤	うがいができない乳幼児の仕上げ歯みがきに便利
ワンタフトブラシ	歯の周り等、細かい部分の清掃に便利
歯間ブラシ（SS・S・M・L）	SSS等、他のサイズもあれば便利
デンタルフロス（糸ようじ）	
舌ブラシ	無ければ軟らかめの大人用歯ブラシで可
スポンジブラシ	
口腔保湿剤	
義歯用歯ブラシ	無ければ、硬めの大人用歯ブラシでも可
義歯洗浄剤	
義歯用歯みがき剤	無ければ、食器用洗剤でも可（ぬめりがとれる）
義歯保管ケース	プラスチック製のふた付き容器で可
義歯安定剤	
キシリトールガム	
使い捨てエプロン又はタオル	衣服の保護に便利
運搬用カゴ又はボックス	チームで活動する時はひとまとめにし、物品管理表があると不足品の補充に便利

参考 発災前の備えに口腔ケア用品として県民個人が準備しておくことが望ましいもの

歯ブラシ、歯みがき剤、ティッシュペーパー、紙コップ
 洗口液（デンタルリンス）、歯間ブラシ、糸ようじ（デンタルフロス）
 入れ歯保管ケース、入れ歯用歯ブラシ、入れ歯洗浄剤
 口腔ケア用ウェットティッシュ、スポンジブラシ（必要な方）



補助用品（表3）

物品名	備考
手鏡	持つタイプと置くタイプ
ペンライト	
手指消毒液（速乾性）	
使い捨て手袋（S・M・L）	自分に合うもの
使い捨てマスク	
使い捨て健診器具（ミラー、ピンセット）	個包装のもの
使い捨て紙皿（使い捨てトレイ）	
水（ペットボトル）又は洗口液	
紙コップ又はプラスチックコップ	
ガーゼ、ウェットティッシュ	ペーパータオルかティッシュもあると便利
エプロン等予防衣	
ケア用品の使い方指導写真等の媒体	啓発チラシ（表4）でも可
ゴミ袋	
運搬用リュック・運搬用カゴ等	

事務用品（表4）

グループで動く場合はグループに1つでも可。

物品名	備考
筆記用具（フェルトペン含む）、バインダー	簡易なポスターの作成に便利
記録用紙（指導記録票・指導票）	指導内容の記録・対象者の伝達
はさみ又はカッター	
粘着テープ、セロハンテープ	
紙（掲示可能な A4 A3サイズ）	
小ナイロン袋	口腔ケア用品の配布に使用
啓発チラシ	個別指導に使用
運搬用カゴ又は運搬用ボックス	

(2) 一般的指導内容

外傷

災害時、顔面に強い衝撃や打撲を受け、骨折していても自覚症状がない場合がある。放置しておく、口の開閉困難や歯の神経の壊死による炎症等が起こるため、早期の受診を勧奨する。

むし歯や歯周疾患等の発症及び増悪

避難所では、歯みがきや食生活（時間・回数等）等の生活習慣が変化したり、口腔の清掃不良、共同生活や発災後のストレス等により、むし歯や歯周病、智歯（親知らず）周囲炎等が発症、悪化する可能性が高まる。うがい、歯みがき、義歯の清掃や舌の清掃等の口腔ケアを徹底するよう、指導することが大切である。

また、急激な環境の変化により、急速に症状が悪化する場合もあるので、早めに歯科受診を勧奨する。

重篤な口内炎

避難所生活等が長期化する場合には、食事量の不足や栄養面の偏りから、健康な人でもビタミン不足による口内炎等の粘膜疾患の発症や、健康状態の悪化をきたすことがある。さらに、脱水、口腔内の汚れ、ストレス等の要因が加わり、通常見られないような重症の口内炎等を発症する場合があります。放置すると、飲食・歯みがき時に痛みが生じ、病状の悪化を助長する。

十分な栄養、口腔内の清潔保持等に気をつけるとともに、治りにくい場合は受診するよう勧奨する。

応急歯科医療の受診勧奨

早期に、地域の稼働歯科診療所及び歯科救護隊等における診療情報を収集し、被災者に提供する。被災や交通手段の途絶等により、災害前に治療を受けていた診療所への通院が困難になった方に対しては、できるだけ速やかに、受診しやすい歯科診療所での治療継続を勧奨する。矯正、インプラント、外科的処置等一般の診療所では対応が難しい症例に対しては、地域の歯科医師会と相談を行い、適切な診療所を紹介する。

(3) ライフステージ別指導内容

妊産婦期

妊娠中はつわり、間食回数の増加、生活習慣の変化等によりむし歯や歯周病が悪化しやすい傾向にあり、産後も子育て等で多忙なため、歯みがきが不十分になりやすい。妊娠中の歯周疾患が、早産や低体重児の出産につながることで、また産婦の口腔細菌が乳幼児に移りやすいこと等から、妊産婦への歯科保健指導は重要である。

また、妊産婦の栄養状態は、胎児・乳児の両方に影響があることから、十分な栄養量や水分を確保することが必要となる。妊産婦期は、行動機能の低下等、生活に制限を受けやすいため、洗面場の確保や、食べやすい食事への配慮等を行うとともに、相談窓口を伝えておく。

乳幼児期

急激な生活環境の変化により、乳幼児はむし歯が発生、悪化しやすくなるため、できるだけ早く規則正しい生活習慣に戻す必要がある。そのきっかけとして、食後の歯みがき、保護者による仕上げみがきの実施を勧奨し、生活全般のリズムを戻すように指導する。仕上げみがきにより、子どもが泣く場合は工夫をする必要がある。

また、避難所での果汁飲料やスポーツドリンク等の配布があれば、甘味食品や飲料のむし歯誘発性についての指導を加える必要がある。

乳歯のむし歯は進行が早く、乳幼児は症状を訴えにくいので、重症化しないと気がつかない場合が多い。仕上げみがきの際には、歯への着色や変化がないかを確認し、気になる場合は早めに受診するよう指導する。

併せて食事についても、育児用調整粉乳や離乳食等、咀嚼・嚥下機能や発育・発達に応じ、食べやすく飲み込みやすい内容が必要となるため、栄養士等との連携を視野に入れる。



学齢期

避難所では菓子や甘味飲料等が豊富に保管、配布されることがあり、外で遊ぶ場所も限られることから、だらだらお菓子を食べ続けてしまうことがある。

学齢期は乳歯から永久歯への生え替わる時期であり、生えて間もない永久歯は非常にむし歯にかかりやすいため、歯みがきを徹底するとともに、食生活にも十分気をつけるよう指導する。特に、甘い菓子や飲料(スポーツ飲料を含む)をだらだら飲食しないようにし、食べる時間や食べる量を決め、お菓子はお茶や牛乳等の飲み物と一緒に食べるように指導する。また、この年齢でも口腔内の清掃不足により歯肉炎が発症し、その痛みのため歯みがきを嫌がることもある。その場合は、少し軟らかめの歯ブラシを歯と歯肉(歯ぐき)の境目に当て、ていねいにみがくよう指導する。



成人期

災害時は、急激な生活環境の変化やストレス等により、歯周病が発症、悪化しやすくなる。歯周病は自覚症状に乏しいため、歯周疾患チェックを行い、歯周疾患の罹患が疑われる方に対しては、効果的なブラッシング方法を指導する。

また、以前治療した歯が再びむし歯になる、詰めた物やかぶせた物が取れることもあるので、気になることがある場合は受診を促す。併せて、口腔内に問題を有するが、多忙のために受診しない方に対しても受診勧奨を行う。

高齢期

高齢者は急激な生活環境の変化やストレス等により、全身状態に影響を受けやすく、歯周病の悪化、重症な口内炎が発症しやすくなる。その結果、十分な食事をとることができなくなり、全身状態の悪化や誤嚥性肺炎に罹患することがある。そのため、自発的に相談を持ちかけてこない高齢者に対しても積極的に指導を行うほか、災害関連死を予防する必要がある。



また避難所の中では、他人に気を使い義歯を付けたまま就寝している方も多く、食後の義歯清掃や就寝時は義歯を外し、水を入れた容器の中での保管を勧奨する。なお、義歯性口内炎、口臭の予防には、義歯洗浄剤を使用することが効果的な場合もあるほか、併せて舌の清掃方法の説明も加える。義歯を紛失・破損した方、むし歯や歯周疾患を有する方等、治療が必要な被災者には速やかに受診勧奨を行う。

加齢に伴う食べる・飲み込む機能の低下がある場合には、食べにくい食材を刻む等、栄養士等と連携した配食調整や指導を、必要時に実施する。さらに、長時間誰とも会話がないうち、口を動かす機会が少ない方には、お口の体操を行い、口唇・舌・頬等、口の周りの筋肉を動かし、機能の低下を防止する。

災害時要援護者（要介護高齢者や障害者(児)、難病患者等）



一般の高齢者と同様に、口腔内状態の悪化が、食事ができない等、全身状態に大きく影響を及ぼすため、口腔清掃やケアを本人だけでなく、介護者に対しても積極的に指導を行うとともに摂食嚥下障害の有無の確認も行う。

また、生活環境の急激な変化により全身状態が悪化していることが考えられるので、口腔内清掃の実施にあたっては無理のないように行う。

要介護高齢者や障害者等への口腔ケア実施にあたっては、スポンジブラシ等の特別な口腔ケア用品や、口腔が乾燥している等により高い技術が必要な場合が多く、時間も要するので、早期から介護者等にきめ細やかな指導を行い、支援する。

歯や歯ぐき、義歯に痛みや不都合があり困っているが、出かけられない状態で、訪問による歯科治療や指導を希望する方については、訪問可能な歯科診療所の情報等を提供する。併せて、災害関連死予防対策も必要となる。

(4) 在宅・仮設住宅での指導内容

在宅被災者への対策

被災したが自宅での生活が可能な方は、口腔ケア用品や歯科医療機関の情報等が入りにくい。そのため、保健師等による個別訪問指導の際には、口腔状況の把握も依頼し、災害時の口腔衛生の重要性、各ライフステージ別の課題や口腔ケア用品の使用方法を周知しておくことが必要である。

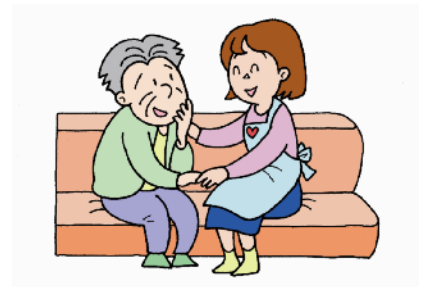
また、可能であれば、歯科衛生士も訪問指導を行い、要介護高齢者や障害者(児)、難病患者の状況等も把握し、誤嚥性肺炎予防等の専門的な口腔ケア方法を指導する必要がある。

仮設住宅での対策

仮設住宅の自治会役員や世話役等との連携を図り、災害関連死予防対策と併せて、定期的に行われる健康相談、料理教室、健康教育等の一環として、集団での口腔清掃やケアの指導を実施する。

仮設住宅入居者は、生活全体の変化により、口腔のケアが不十分になることがあるため、口腔ケア指導を徹底する。

また、むし歯・歯周病や外傷等によって応急処置を受けた方や、義歯を破損・紛失したため、災害発生直後に修理・作成した方に対しては、再度、本格的な処置を受けた方が良い場合もあるので、一度、歯科健診を受けるよう指導する。



参考 生活不活発病を予防しましょう

避難所や仮設住宅では、住環境や生活リズムの変化から、特に、災害時要援護者(高齢者等)に、外出頻度や運動量の低下が多くみられ、生活不活発病(心身の機能が低下し、動けなくなる)が起こりやすい状況です。

生活不活発病や、免疫力が低下した状況になると、肺炎等の発症リスクが上がります。指導の際には口腔機能だけでなく、全身機能に目を向け、「体全体を動かす」視点が大切です。

2 - 3 歯科医療（救護）対策

(1) 災害に備えた準備

* 情報収集及び提供は、地域の歯科医療機関が概ね回復したと認められるまで継続する。
 (各関係機関、団体等の関連情報との整合性を図っていく必要がある。)

	項目	
	緊急連絡網の整備	<p>行政</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本庁 県内の関係機関及び団体へ連絡 各健康福祉事務所等へ連絡 ・健康福祉事務所 管内の関係機関及び団体へ連絡 ・市町 各保健所、保健センター等へ連絡(自治会、学校、施設等) <p>(緊急時搬送病院や施設リスト、診療所所在地図の整理)</p> <p>病院</p> <ul style="list-style-type: none"> ・災害拠点病院(歯科口腔外科)、救護病院への連絡 (緊急時施設、搬送病院のリスト作成等) 災害拠点病院のうち、11病院にあり(H26年3月時点) <p>・歯科保健医療関係団体</p> <p>県歯科医師会 各郡市区歯科医師会 担当会員</p> <p>県歯科衛生士会 各支部長 会員</p> <p>県技工士会 各支部長 会員</p>
	緊急時連絡先の確認	<ul style="list-style-type: none"> ・情報伝達の窓口、担当者の整理 各関係機関及び団体の緊急対応部署(担当者)の名簿の整理や夜間、休日も含めた電話(携帯)、FAX、メーリングリスト等の作成と掲示
	歯科医療(救護)班の体制整備	<ul style="list-style-type: none"> ・被災状況の把握と状況に応じた、歯科医療(救護)班編成表の作成 ・緊急、応急歯科診療に必要な訪問診療セット(ポータブルユニット及びポータブルチェア)等、機器・薬剤の備蓄と調達手段の整理 ・歯科医療(救護)班のマニュアル作成(緊急時の応急処置) ・歯科医療(救護)班派遣準備(研修の機会や共済制度整備) ・県内外への人的支援(ボランティア派遣等)依頼ルート

(2) 歯科医療(救護)班の活動支援

	項目	
	被災状況の把握と情報整理	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療(救護)に関する情報の確認、救護班派遣の依頼の検討 ・地域で診療可能な歯科医療機関の情報整理 ・救護班の編成(活動する歯科医師、歯科衛生士等の確保) ・活動場所の協議(避難所・福祉避難所・施設等)

活動拠点の整備と診療物品の確保	<ul style="list-style-type: none"> ・緊急時施設、搬送病院のリスト及び周辺の地図、連絡先リストの確認 ・活動のための電源確保（発電機等） ・他府県からの歯科医療(救護)班、歯科医療ボランティア受け入れ（または派遣）コーディネーターの設置 ・訪問診療セット(ポータブルユニット及びポータブルチェア等) 応急歯科診療、指導物資確保 ・活動するための車両等、移動手段の調整 ・活動するための場所、水、排水設備等の調整 ・歯科診療録（活動記録）、物品使用録、報告書の作成 ・情報連絡手段（携帯電話、パソコン等の通信機器） ・救護班等スタッフの食糧と水、寝袋、ライト等
活動の継続支援とニーズ把握	<ul style="list-style-type: none"> ・歯科医療(救護)班、歯科医療ボランティア等のチーム編成と活動地域の割り振り（活動期間、交代要員） ・地域保健医療関係者によるスタッフミーティング等への歯科関係者の参画 ・応急歯科医療器等資材及び医薬品の確保 ・歯科医療(救護)班の活動を住民に周知する等、診療希望窓口を設置し、患者の待合場所や受付場所を確保する ・医療救護マニュアルに沿った応急処置及び指導の実施 ・避難所(福祉避難所)、仮設住宅での歯科医療ニーズの把握 ・応急診療受診者への対応(継続した歯科医療の受診手段等の説明) ・現地で訪問診療の要望があれば、現地の状況により検討
活動状況の周知	<p>情報提供手段の検討 携帯一斉メール、ホームページの活用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難所等の掲示板への掲示 ・保健師等の巡回チームによる仮設住宅へ広報 ・避難所、施設等での緊急医療(救護)班の設置の周知 ・地域で診療可能な歯科医療機関の情報収集及び提供

参考 スタッフミーティング（連絡会議等）について

効果的に保健・福祉活動を展開する際、関係者同士のスタッフミーティングを開催することが望ましいとされています。

災害時のスタッフミーティングは、自然発生的に開催されることも多いですが、歯科保健スタッフも積極的に参加し、災害状況や被災者の健康課題の共有、支援に必要な情報収集に努めていく必要があります。

参 考 資 料

❖災害時に使用する活動様式や、ポスター・チラシについて、媒体例として示します。

❖活動様式例、チラシ・ポスター例は、兵庫県ホームページにも掲載しています。

兵庫県トップページ > 暮らし・環境 > 健康・福祉 > 健康づくり

> 災害時歯科保健活動指針

URL http://web.pref.hyogo.lg.jp/kf17/shikahoken_saigai.html

参考資料 活動様式例

1 歯科保健活動様式

一例を示しています。

他自治体への支援時等は、受援自治体を示す様式を使うのが一般的です。

(1) 兵庫県オリジナル様式

歯科保健活動計画（歯科医療機関等の被災状況含む）

物品支援要請連絡票

人材支援要請連絡票

相談記録票（巡回歯科保健相談等の状況）

歯科保健指導報告（歯科医療(救護)活動にも使用する）

1 歯科保健活動様式(1)

様式

歯科保健活動計画
(歯科医療機関等の被災状況含む)

【送信元】

送信年月日: _____ 年 月 日()

所属(担当者): _____

連絡先: TEL _____

FAX _____

メールアドレス: _____



【受信元】

受信年月日: _____ 年 月 日()

所属(担当者): _____

連絡先: TEL _____

FAX _____

メールアドレス: _____

調査日: _____ 年 月 日()

1 歯科保健活動計画

	活動内容	活動に必要な物品等	必要総量	県内			国 関西広域 連合等
				県民局単位	県(健康福祉事務所)	関係団体等	
感染予防対策	【避難所・仮設住宅・施設】 洗面所・トイレ等へのポスターの掲示及びチラシの配布	物資(物品)					
		人材 ・歯科医師 ・歯科衛生士					
		その他 ()					
歯科保健活動		物資(物品)					
		人材 ・歯科医師 ・歯科衛生士					
		その他 ()					
歯科医療活動		物資(物品)					
		人材 ・歯科医師 ・歯科衛生士					
		その他 ()					

2 歯科医療機関等の被災状況(損壊数・稼働状況等)

	病院	歯科口腔保健センター等	歯科診療所	障害者施設	高齢者施設	その他	備考
全壊 / 全数	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	
半壊 / 全数	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	
一部 / 全数	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	
なし / 全数	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	
稼働状況 / 全数	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	/ カ所	
【関連情報】							

様式

物品支援要請連絡票

<p>【要請元】</p> <p>送信年月日: _____ 年 ____ 月 ____ 日 ()</p> <p>所属(担当者): _____</p> <p>連絡先: TEL _____</p> <p style="padding-left: 40px;">FAX _____</p> <p>メールアドレス: _____</p>	 	<p>【支援元】</p> <p>返信年月日: _____ 年 ____ 月 ____ 日 ()</p> <p>所属(担当者): _____</p> <p>連絡先: TEL _____</p> <p style="padding-left: 40px;">FAX _____</p> <p>メールアドレス: _____</p>
--	------	--

	物品	要請物品数 (送信欄)	支援物品数 (返信欄)	支援要請中(予定)			
				必要物品総数	広域自治体 ()	関係団体等 ()	その他 ()
歯科保健活動・歯科医療救護活動等	大人用歯ブラシ	本	本	本	本	本	本
	子ども用歯ブラシ	本	本	本	本	本	本
	歯みがき剤	本	本	本	本	本	本
	洗口液	本	本	本	本	本	本
	デンタルフロス(糸ようじ)	本	本	本	本	本	本
	歯間ブラシ	本	本	本	本	本	本
	舌ブラシ	本	本	本	本	本	本
	義歯用歯ブラシ	本	本	本	本	本	本
	義歯保管ケース						
関連情報							
物品送付先	〒						
	住所						
	施設名						
	TEL	()					

様式

人材支援要請連絡票

<p>【要請元】</p> <p>送信年月日: _____ 年 月 日()</p> <p>所属(担当者): _____</p> <p>連絡先: TEL _____</p> <p style="padding-left: 40px;">FAX _____</p> <p>メールアドレス: _____</p>	 	<p>【支援元】</p> <p>返信年月日: _____ 年 月 日()</p> <p>所属(担当者): _____</p> <p>連絡先: TEL _____</p> <p style="padding-left: 40px;">FAX _____</p> <p>メールアドレス: _____</p>
---	------	---

	人材	要請人員 (送信欄)	支援人員 (返信欄)	支援要請中(予定)			
				必要総人数	広域自治体 ()	関係団体等 ()	その他 ()
行政関係者	歯科医師	人	人	人	人	人	人
	歯科衛生士	人	人	人	人	人	人
	その他 ()	人	人	人	人	人	人
歯科保健活動・ 歯科医療(救護)活動等		人	人	人	人	人	人
	歯科医師	人	人	人	人	人	人
	歯科衛生士	人	人	人	人	人	人
	その他 ()	人	人	人	人	人	人
		人	人	人	人	人	人
	歯科医師	人	人	人	人	人	人
	歯科衛生士	人	人	人	人	人	人
	その他 ()	人	人	人	人	人	人
その他		人	人	人	人	人	人
		人	人	人	人	人	人
支援内容							
関連情報							

様式

NO -

巡回歯科保健相談等の状況

提出先		申し送り事項	
-----	--	--------	--

実施日 : 年 月 日 ()

報告者	所属	連絡先	TEL
	氏名 (同行者名)		FAX 代表携帯

【巡回相談設置場所等の状況】

指導場所 (名称)	避難所 ・ 仮設住宅 ・ その他 () ()		
避難者数	・ 夜間：総数 (人) ・ 昼間：総数 (人)		
巡回相談場所の整備状況 (必要に応じて記載)	生活状況	・ 水の確保(有・無：代用の確保はできている：) ・ 水道設備の使用(洗面・トイレ・炊事用) ・ 電気(有・無) ・ ガス(有・無) ・ その他 ()	
	周囲の状況	・ 歯科医療機関・歯科口腔保健センター(無・有： カ所) ・ 医療機関(無・有： カ所) ・ その他 ()	
	食事 (必要に応じて記載)	・ 食事制限の必要な方 (有： 人・ 無： 未確認) ・ 食事形態に工夫がいる方 (有： 人・ 無： 未確認)	
口腔ケア用品の備蓄	・ 有 ・ 無 (必要物品)		

【口腔ケアの実施状況】

口腔ケアの実施状況	・ 無 ・ 有(介入機関等)		
	・ 個別 (回) ・ 集団 (回) ・ その他 (回)		
現状 個別相談票等の結果をまとめて記載			
問題点 課題 個別相談票等の結果をまとめて記載			
対応			
継続対応	・ 要 (理由) ・ 不要 (理由)		

様式

NO -

歯科保健指導報告
(歯科医療(救護)活動にも使用する)

提出先	【報告日】 年 月 日 ()	申し送り事項	
報告者	【代表者名】 【連絡先】 携帯TELなど	同行者名	

【個別歯科保健指導の内訳】・・・()内は要フォロー者 (単位:人)

NO	場 所	指導数 合計	妊産婦	乳幼児	児童・生徒	成人	高齢者	障害者(児)	その他
1		()	()	()	()	()	()	()	()
2		()	()	()	()	()	()	()	()
3		()	()	()	()	()	()	()	()
4		()	()	()	()	()	()	()	()
5		()	()	()	()	()	()	()	()
6		()	()	()	()	()	()	()	()
7		()	()	()	()	()	()	()	()
8		()	()	()	()	()	()	()	()
9		()	()	()	()	()	()	()	()
10		()	()	()	()	()	()	()	()
	合計	()	()	()	()	()	()	()	()

【集団指導の内訳】・・・()内は要フォロー者 (単位:人)

NO	場 所	指導数 合計	妊産婦	乳幼児	児童・生徒	成人	高齢者	障害者(児)	その他
1		()	()	()	()	()	()	()	()
2		()	()	()	()	()	()	()	()
3		()	()	()	()	()	()	()	()
4		()	()	()	()	()	()	()	()
5		()	()	()	()	()	()	()	()
6		()	()	()	()	()	()	()	()
7		()	()	()	()	()	()	()	()
8		()	()	()	()	()	()	()	()
9		()	()	()	()	()	()	()	()
10		()	()	()	()	()	()	()	()
	合計	()	()	()	()	()	()	()	()

参考資料 活動様式例

1 歯科保健活動様式

一例を示しています。

他自治体への支援時等は、受援自治体が示す様式を使うのが一般的です。

(2) 公益社団法人日本歯科衛生士会作成様式

- 「災害支援活動歯科衛生士実践マニュアルp11～16[すぐに活用できる各種様式]」
(平成25年3月発行)より引用

URL http://www.jdha.or.jp/pdf/saigai_manual.pdf

歯科衛生士調査様式

支援者調査様式（個別用）

支援者調査様式（集団用）

歯科衛生士様式（個別用）

歯科衛生士様式（集団用） 歯科保健相談・口腔ケア・指導実施連名簿

歯科衛生士様式（集団用） 歯科健康教育等

① 歯科衛生士調査様式

歯科衛生士が避難所等でニーズ調査を行う時に使用する様式です。

歯科医療・口腔ケアニーズ調査票

調査日： / /

調査場所：

ふりがな 氏名	男 ・ 女	年齢	<input type="checkbox"/> 0~5歳 <input type="checkbox"/> 6~18歳 <input type="checkbox"/> 19-64歳 <input type="checkbox"/> 65歳以上	介護認定	<input type="checkbox"/> 非該当 <input type="checkbox"/> 要支援1・2 <input type="checkbox"/> 要介護
住居場所	<input type="checkbox"/> 避難所 <input type="checkbox"/> 仮設住宅 <input type="checkbox"/> 施設 <input type="checkbox"/> 在宅 <input type="checkbox"/> その他 ()				
アセスメント項目	洗口の問題	ある……・歯ブラシ等ケア用品 () ・水 (洗口液等) ない	ない・ある ない・ある		
	口腔内の問題	ある……・歯がしみる・痛む ・歯肉の腫脹・出血している ・口内炎等粘膜の問題がある ・口が開かない・開けると痛い ・口の中が汚れている (全体・一部) ・舌苔がついている (全体・一部) ・口臭がある ・その他 () ない	はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ		
	食事の摂取と誤嚥の問題	ある……・硬いものが食べにくい (お弁当など) ・食事中むせる・咳き込む・痰がからむ ・その他 () ない	はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ		
	お口の環境の問題	ある……・唇や口の中が渴いている ・口臭が気になる ・歯みがきができない・不十分である ない	はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ		
	義歯の問題	ある……・義歯がない・壊れている ・義歯が合わない・噛みにくい ・義歯を持っているがはずしている ・義歯の清掃が十分にできない ない	はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ		
	全身	ある ・喉が痛い・不快である ・咳がよく出る ・熱がよく出る ・薬を飲んでいる (病名) ない	はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ		
	特記事項 (バ イオリイ・現症等)				
歯科保健指導	不要・要 ()				
歯科医師への連絡	不要・要 ()				
口腔ケア	不要・要 ()				
その他 (支援物資等も含む)	不要・要 ()				
担当者 所属・氏名			連絡先		

公益社団法人日本歯科衛生士会作成

② 支援者調査様式（個別用）

他の支援者が避難所等において、個別にニーズ調査を行う時に使用する様式です。（個人情報）

歯科医療・口腔ケアニーズ調査票

～支援者のみなさまへ～

災害後の避難所において、お口の清掃や機能を保つことは、肺炎やインフルエンザなどの感染症の予防や免疫力を保つことに効果的です。下記項目について聞き取りをしていただき、より必要な人に必要な時期により良い支援を届けることができるように口腔ケア班にお渡し願います。歯科医師・歯科衛生士が対応できるようにいたします。



なお、この票は、個人情報のために取り扱いの注意をお願いします。

調査日： / / 調査場所：

ありがな氏名	男・女	年齢	<input type="checkbox"/> 0～5歳 <input type="checkbox"/> 6～18歳 <input type="checkbox"/> 19～64歳 <input type="checkbox"/> 65歳以上	介護認定	<input type="checkbox"/> 非該当 <input type="checkbox"/> 要支援1・2 <input type="checkbox"/> 要介護
住居場所	<input type="checkbox"/> 避難所 <input type="checkbox"/> 仮設住宅 <input type="checkbox"/> 施設 <input type="checkbox"/> 在宅 <input type="checkbox"/> その他（ ）				
聞き取り項目	歯みがきをする時の問題	ある……・歯ブラシ等ケア用品（ ） ・水（洗口液等） ない			ない・ある ない・ある
	口の中の問題	ある……・歯が痛む・しみる ・歯ぐきの痛み・腫れ・血がでている ・舌が汚れている ・唇や口の中が渴いている ・口臭が気になる ・口の中が汚れている ない			はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ
	食事の時の問題	ある……・硬いものが食べにくい（お弁当など） ・食事中むせる・咳き込む・痰がからむ ・その他（ ） ない			はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ
	入れ歯の問題	ある……・入れ歯がない ・入れ歯が壊れている ・入れ歯が合わない・噛みにくい ・入れ歯の保管ケースがない ない			はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ はい・いいえ
	上記以外に、何かありましたらご記入ください。				

担当者 所属・氏名	連絡先
--------------	-----

公益社団法人日本歯科衛生士会作成

③ 支援者調査様式 (集団用)

他の支援者が避難所・施設等で、集団でニーズ調査を行う時に使用する様式です。自由記載などの活用方法は注意が必要です。(個人情報)

歯科医療・口腔ケアニーズ調査票

調査年月日 / / 調査場所: No()

申し送り事項等がありましたらご記入ください。

No	名前	年齢	性別	聞き取り項目				追加 対応	特記事項
				歯みがきをする時の 問題 (歯ブラシ・ケア用品 ・水がない)	口の中の問題 (歯の痛み等・歯ぐきの痛み 等・舌の汚れ・口が強く・口 臭・口の中の汚れ)	食事の時の問題 (硬いものが食べにくい・食 事中むせるなど)	入れ歯の問題 (入れ歯がない・壊れてい る・合わない・噛みにくい・ 保管ケースがない)		
				所属・氏名	連絡先				
				対応場所: 避難所・施設・在宅・仮設住宅・その他 () 当日の避難所・施設・在宅・仮設住宅等の登録人数 ()					
1		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
2		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
3		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
4		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
5		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
6		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
7		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
8		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
9		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	
10		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6~18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女	ある・ない	ある・ない	ある・ない	ある・ない	要 不要	

④ 歯科衛生士様式（個別用）

歯科衛生士が避難所等において、個別に口腔ケアや相談を行う時に使用する様式です。

歯科保健相談・口腔ケア・指導票

相談・指導日： / /

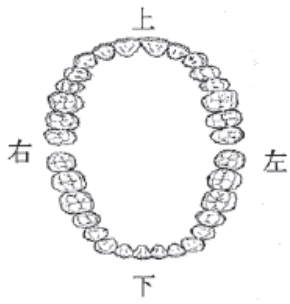
実施場所：

ふりがな 氏名	男 ・ 女	年齢	<input type="checkbox"/> 0~5歳 <input type="checkbox"/> 6~18歳 <input type="checkbox"/> 19~64歳 <input type="checkbox"/> 65歳以上	介護認定	<input type="checkbox"/> 非該当 <input type="checkbox"/> 要支援1・2 <input type="checkbox"/> 要介護
住居場所	<input type="checkbox"/> 避難所 <input type="checkbox"/> 仮設住宅 <input type="checkbox"/> 施設 <input type="checkbox"/> 在宅 <input type="checkbox"/> その他（ ）				
主訴					
口腔内の状態	1 きれい 2 ふつう 3 汚れている 4 非常に汚れている 5 食渣が多い				
相談・口腔ケア・指導内容	1 歯面清掃 2 歯間部清掃 3 舌清掃 4 粘膜清掃 5 義歯の清掃 6 うがい 7 口腔機能訓練 8 唾液腺マッサージ 9 その他（ ）				
配付物	1 歯ブラシ 2 歯間ブラシ 3 コップ 4 義歯ブラシ 5 義歯洗浄剤 6 義歯ケース 7 義歯安定剤 8 洗口剤 9 歯磨剤 10 保湿剤 11 フロス 12 パンフレット 13 その他（ ）				
申し送り事項					
継続指導	要・否	担当者 所属・氏名	連絡先		

公益社団法人日本歯科衛生士会作成

ご本人控え

相談・指導日： / /

ふりがな 氏名		
お口の状態		
歯みがきの状態		
気を付けていただくこと		
配付物品の注意点		
担当者 所属・氏名	連絡先	

公益社団法人日本歯科衛生士会作成

⑤ 歯科衛生士様式 (集団用)

歯科衛生士が、避難所・施設等において、集団を対象に行う歯科保健相談・口腔ケア・指導をする時の様式です。

歯科保健相談・口腔ケア・指導実施連名簿

実施年月日 / / 実施場所: No()

No	名前	年齢	性	相談内容	指導内容							継続指導	特記事項	
					1 歯面清掃	2 歯間部清掃	3 舌・粘膜の清掃	4 義歯の清掃	5 5うがい	6 口腔機能訓練	7 その他			
1		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
2		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
3		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
4		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
5		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
6		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
7		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
8		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
9		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	
10		<input type="checkbox"/> 0~5 <input type="checkbox"/> 6-18 <input type="checkbox"/> 19-64 <input type="checkbox"/> 65~	男 女										要 不要	

所属・氏名 連絡先
 対応場所：避難所・施設・在宅・仮設住宅・その他（
 当日の避難所・施設・在宅・仮設住宅等の登録者人数（
 ）
 ）

⑥ 歯科衛生士様式（集団用）

歯科衛生士が、施設・保育所・学校等において健康教育を行った時に報告する様式です。

歯科健康教育等

実施日： / / : 実施場所：

避難所等名	住居場所 <input type="checkbox"/> 避難所 <input type="checkbox"/> 仮設住宅 <input type="checkbox"/> 施設 <input type="checkbox"/> 在宅 <input type="checkbox"/> その他 () 当日の避難所・仮設住宅・施設・保育所・幼稚園・学校等の総人数 ()		
対 象	1 妊産婦 2 幼児 3 児童・生徒 4 成人 5 高齢者 6 障害児 (者) 参加人数 ()		
実施内容 (簡単に)			
支援物資の補 充の必要性			
申し送り事項			
担当者氏名 連 絡 先 (参加した歯科衛生 士名を全て記入)	所属歯科衛 生士会及び 従事者名		
	代表者 氏 名	連絡先	

公益社団法人日本歯科衛生士会作成

参考資料 活動様式例

2 保健活動様式

～ は厚生労働省と国立保健医療科学院で共同開発中のクラウドを活用した災害時における情報共有システムとの共通様式です。保健活動全体の報告は、このシステムを活用して、発災直後から国や全国の自治体で情報を共有し、被災地での支援活動やその準備に活用される予定です。

そのため、これらについては項目の追加や削除、変更はせずにそのまま使用します。歯科保健活動時に当様式に記載されている内容を把握した場合、各エリアリーダーや統括保健師へ報告する必要があります。

- 「大規模災害における保健師の活動マニュアル p107～p111
[災害時に活用する各種帳票]」(平成 25 年発行)より引用
URL <http://www.nacphn.jp/saigai-manyuaru.html>

(様式 1)健康相談票【共通様式】

(様式 2)避難所情報(日報)【共通様式】

(様式 3)避難所避難者の状況(日報)【共通様式】

(様式 4)派遣元自治体 活動報告書【共通様式】

(様式 5)健康相談票 経過用紙

健康相談票(共通様式)		方法		対象者		担当者(自治体名)		
初回・()回		・面接 ・訪問		乳児 幼児		相談日 年 月 日		
保管先		・電話		妊婦 産婦 高齢者		時間		
		・その他 ()		障害者 その他()		場所		
基本的な状況	氏名(フリガナ)		性別	生年月日			年齢	
			男・女	M・T・S・H 年 月 日			歳	
	被災前住所		連絡先		避難場所			
	①現住所		連絡先		自宅 自宅外:車・tent・避難所 (避難所名:)			
	②新住所		連絡先		家族状況			
	情報源、把握の契機/相談者がいる場合、本人との関係・連絡先				独居・高齢者独居・高齢者のみ世帯 家族問題あり()			
	被災の状況				制度の利用状況			
家に帰れない理由 自宅倒壊・ライフライン不通・避難勧告・精神的要因(恐怖など) その他()				・介護保険(介護度) ・身体障害者手帳(級) ・療育手帳(級) ・精神保健福祉手帳(級) ・その他()				
身体的・精神的な状況	既往歴		現在治療中の病気		内服薬			
	高血圧、脳血管疾患、高脂血症、糖尿病、心疾患、肝疾患、腎疾患、精神疾患、結核、難病、アレルギー、その他()		高血圧、高脂血症、糖尿病、心疾患、肝疾患、腎疾患、精神疾患、結核、難病、アレルギー、その他()		なし・あり(中断・継続)		内服薬名()	
					医療器材・器具		医療機関名	
					在宅酸素・人工透析 その他()		被災前: 被災後:	
				食事制限		血圧測定値		
				なし		最高血圧:		
				あり 内容() 水分()		最低血圧:		
現在の状態(自覚症状ごとに発症時期・持続・転帰を記載)				具体的自覚症状(参考)				
				①頭痛・頭重②不眠③倦怠感④吐き気⑤めまい⑥動悸・息切れ⑦肩こり⑧目の症状⑨咽頭の症状⑩発熱⑪便秘/下痢⑫食欲⑬体重減少⑭精神運動減退/空虚感/不満足/決断力低下/焦燥感/ゆううつ/精神運動興奮/希望喪失/悲哀感⑮その他				
日常生活の状況	食事		保清	衣類の着脱	排泄	移動	意思疎通 判断力・記憶	
	自立						その他	
	一部介助							
	全介助							
備考 必要器具など								
個別相談活動	相談内容				支援内容			
					今後の支援方針 解決 継続			

避難所情報 日報
(共通様式)

活動日	記載者(所属・職名)
年 月 日	

避難所活動の目的:

- ・公衆衛生的立場から避難所での住民の生活を把握し、予測される問題と当面の解決方法、今後の課題と対策を検討する。
- ・個人や家族が被災による健康レベルの低下をできるだけ防ぐための生活行動が取れるよう援助する。

避難所の概況	避難所名	所在地(都道府県、市町村名)	避難者数	
	電話	FAX	昼: 人 夜: 人	
	スペース密度	過密・適度・余裕	施設の広さ	
	交通機関(避難所と外との交通手段)		施設の概要図(屋内・外の施設、連絡系統などを含む)	
組織や活動	管理統括・代表者の情報		避難者への情報伝達手段(黒板・掲示板・マイク・チラシ配布など)	
	氏名(立場) その他			
	連絡体制 / 指揮・命令系統			
	自主組織	有()・無		
	外部支援	有(チーム数: 、人数: 人)・無 有の場合、職種()		
	ボランティア	有(チーム数: 、人数: 人)・無 有の場合、職種()		
医療の提供状況				
救護所 有・無 巡回診療 有・無				
地域の医師との連携 有・無				
現在の状況			対応	
環境的側面	ライフライン	電気	不通・開通・予定()	
		ガス	不通・開通・予定()	
		水道	不通・開通・予定()	
		飲料水	不通・開通・予定()	
		固定電話	不通・開通・予定()	
		携帯電話	不通・開通・予定()	
	設備状況と衛生面	洗濯機	無・有(使用可・使用不可)	
		冷蔵庫	無・有(使用可・使用不可)	
		冷暖房	無・有(使用可・使用不可)	
		照明	無・有(使用可・使用不可)	
		調理設備	無・有(使用可・使用不可)	
		トイレ	使用不可・使用可(箇所) 清掃・くみ取り 不良・普・良 手洗い場 無・有 手指消毒 無・有	
		風呂	無・有(清掃状況:	
	喫煙所	無・有(分煙: 無・有)		
	生活環境の衛生面	清掃状況	不良・普・良	床の清掃 無・有
		ゴミ収集場所	無・有	履き替え 無・有
		換気・温度・湿度等	空調管理	不適・適
		粉塵	無・有	生活騒音 不適・適
		寝具乾燥対策	無・有	
		ペット対策	無・有	ペットの収容場所 無・有
食事の供給	1日の食事回数	1回・2回・3回		
	炊き出し	無・有	残品処理 不適・適	

**避難所避難者の状況 日報
(共通様式)**

活動日	記載者(所属・職名)
年 月 日	

避難所活動の目的:

- ・公衆衛生的立場から避難所での住民の生活を把握し、予測される問題と当面の解決方法、今後の課題と対策を検討する。
- ・個人や家族が被災による健康レベルの低下をできるだけ防ぐための生活行動が取れるよう援助する。

		本日の状態			対応・特記事項			
配慮を要する人	高齢者	人	うち65歳以上	人				
			うち要介護認定者数	人				
	妊婦	人	うち妊婦健診受診困難者数	人				
	産婦	人						
	乳児	人						
	幼児・児童		人	うち身体障害児	人			
				うち知的障害児	人			
				うち発達障害児	人			
	障害者		人	うち身体障害者	人			
				うち知的障害者	人			
			うち精神障害者	人				
			うち発達障害者	人				
	難病患者		人					
	在宅酸素療養者		人					
	人工透析者		人					
	アレルギー疾患児・者		人					
服薬者数	服薬者	人	うち高血圧治療薬	人				
			うち糖尿病治療薬	人				
			うち向精神薬	人				
有症状者数	人数の把握		総数	うち乳児・幼児	うち妊婦	うち高齢者		
	感染症症状	下痢	人	人	人	人		
		嘔吐	人	人	人	人		
		発熱	人	人	人	人		
		咳	人	人	人	人		
	その他	便秘	人	人	人	人		
		食欲不振	人	人	人	人		
		頭痛	人	人	人	人		
		不眠	人	人	人	人		
		不安	人	人	人	人		
			人	人	人	人		
防疫的側面	食中毒様症状(下痢、嘔吐など)							
	風邪様症状(咳・発熱など)							
	感染症症状、その他							
まとめ	全体の健康状態							
	活動内容							
	アセスメント							
	課題/申し送り							

様式 4

派遣元自治体 活動報告書(派遣元自治体から厚生労働省へ報告する様式)

活動日	派遣元自治体名(都道府県名)	派遣元自治体名(市区町村名)
年 月 日		

派遣先(都道府県名)	派遣先(市区町村名)
活動場所(該当するもの一つに○)	
避難所	避難所名:
仮設住宅	地域名:
その他	

* 避難所毎、仮設住宅群毎に分けて報告して下さい。

派遣チーム人数		人
うち職種別人数:	保健師	人
	事務職	人
	その他	人

支援活動

○実施した内容毎に実績を計上する。

○各項目には、下の項目一覧から番号を選択し、該当番号を記入する。

活動種別	対象	内容

<項目一覧>

	活動種別(どんなことを)	対象もしくは内容
個別支援	1 訪問 2 健康相談 3 保健指導 4 他職種・他機関への紹介・調整 5 個別支援計画作成 6 ケア会議への出席 7 その他(活動内容を記載すること)	【対象】 1 成人 2 妊婦 3 産婦 4 乳児 5 幼児 6 高齢者 7 知的障害者・児 8 身体障害者・児 9 精神障害者・児 10 発達障害者・児 11 難病患者 12 その他(対象者を記載すること)
集団支援	8 集団への健康教育 9 健康サロンの実施 10 その他(活動内容を記載すること)	【内容】 1 感染症対策 2 母子保健 3 精神保健(心の健康) 4 生活不活発病予防 5 エコノミークラス症候群予防 6 生活習慣病予防 7 閉じこもり予防 8 熱中症予防 9 その他(内容を記載すること)
その他	11 データ入力 12 帳票整理 13 健康サロンの実施準備 14 その他(活動内容を記載すること)	

参考資料 チラシ・ポスター例

一例を示しています。

使う場合は、各自治体等で文言を精査し、自治体名を記載するなど体裁を整えてご活用下さい。

チラシ例

- (1) 発災前の備え
- (2) 一般的指導
- (3) 口内炎について
- (4) 口腔清掃用具について
- (5) 対象別リーフレット

乳幼児期

学齢期

成人期

高齢期

- (6) お口の体操
- (7) 飲み込みについて

ポスター例

- (8) 災害時のお口の手入れ

災害時の備え

防災リュックの中に入れておきたいもの



防災リュック

いつも使っている お口をケアする道具



歯ブラシ 歯みがき剤
ティッシュペーパー 紙コップ
洗口液（デンタルリンス）
歯間ブラシ 糸ようじ（デンタルフロス）
入れ歯保管ケース、入れ歯用ブラシ、入れ歯洗浄剤
スポンジブラシ（必要な方）
口腔ケア用ウェットティッシュ

日頃から行っておきたいもの

かかりつけの歯科医院を持ちましょう。

↳ 定期健診を行い、歯の治療を済ませておきましょう。

災害時のお口のトラブルを知っておきましょう。

↳ 慣れない生活による、口内炎や口腔乾燥からくる
粘膜の炎症。汚れによるむし歯や歯周炎、誤嚥性肺炎。
ごえんせいはいえん

外した入れ歯は、失わないよう身近に置きましょう。

↳ たとえば布団、ベッドの横、枕元

歯科用グッズを入れた防災リュックは、
身近で取りやすいところに。



災害時のお口の手入れ

少量の水での歯のみがき方



コップに約 20 mL の水を入れ、こまめに歯ブラシをゆすぎながらみがきましょう



最後に新しい水でうがいをしましょう

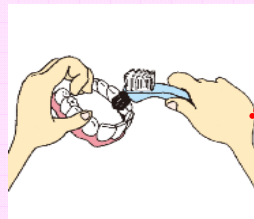
- うがいが可能な量の水がある場合には、歯みがき剤を少量使いましょう。
- こうないえん 口内炎がある場合や歯みがきで出血する場合は、しゅっけつ うがい用薬液等を使うと効果があります。

歯ブラシがない場合はぬらしたハンカチやガーゼなどを手に巻き、歯の表面をふくだけでも清掃効果があります。

少量の水での入れ歯の洗い方



コップ(茶碗)に水を入れ、入れ歯をゆすぎましょう



歯ブラシで、入れ歯の表と裏をていねいにみがきましょう

最後にきれいな水で入れ歯をすすぎ、口にはめましょう

- 特に針金や金属の部分に汚れが残りやすいので注意しましょう。
- 入れ歯は壊れやすいので、洗う時は落として割らないようていねいに扱きましょう。
- 寝ている間は歯ぐきを休めるため、できるだけ入れ歯を外して水につけておきましょう。

歯科医師から寝ている間も入れ歯を入れておくように指示があった場合は歯科医師の指示に従いましょう。

歯ブラシがない場合は食器洗い用のスポンジや使い捨ておしぼりなどで入れ歯をふきましょう。

(3)口内炎について

こうないえん

口内炎ができていませんか!?



口内炎の特徴

- ・ 舌や歯ぐき、^{ほお}頬の内側の^{ねんまく}粘膜にできる
- ・ 米粒から大豆くらいの大きさ
- ・ 表面が白い膜^{まく}に覆われた円形の潰瘍^{かいよう}で、周りが赤く腫れている

口内炎が出来ていると、刺激のある食べ物がしみるだけでなく、
食べ物が当たっただけでも出血や激しい痛みを感じることがあります。

口内炎の原因

- ・ 歯みがき不足による口の汚れ
- ・ ストレス
- ・ 栄養のかたより
- ・ **全身的な健康状態の悪化**

避難生活では
口内炎ができてやすくなります

口内炎を治すためにはどうすればいいの?

口の中をキレイに!



歯は1本ずついねいにみがき、入れ歯もすみずみまできれいに洗いましょう。
また、体の疲れをとることと食生活にも気をつけてください。

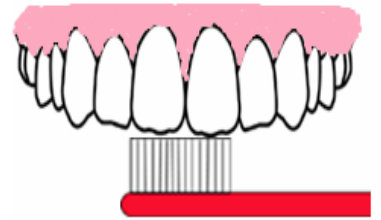


口内炎の痛みがひどいときや治りにくいときには、
医療関係者に必ず相談するようにしましょう!

自分に合った歯ブラシを使いましょう!

歯ブラシの選び方

毛の生えている部分が小さめ（上の前歯2本分程度）の物がおすすめです。

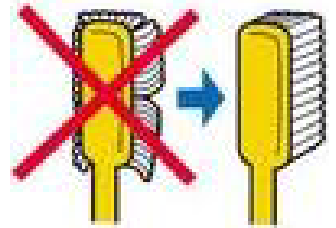


使った後の歯ブラシの管理

よく洗いましょう。
何度か歯ブラシを振って水気を落とします。
風通しのよいところでよく乾燥させましょう。

歯ブラシの交換時期

歯ブラシの毛先が開くと汚れが落ちにくくなり、
歯ぐきを傷つけることがあります。
毛先が開いたら歯ブラシを交換しましょう。
歯ブラシの取り換えは1か月に1本が目安です。

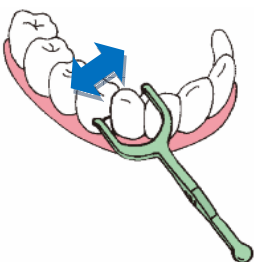


し かん せい そう よう ぐ

歯間清掃用具を使っていますか？

歯ブラシだけでは歯と歯の間の汚れは完全には取り除けません。
歯間清掃用具も使いましょう。

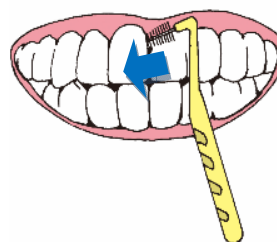
【糸ようじ(デンタルフロス)】



のこぎりを引くようにゆっくりと前後に動かしましょう。

歯と歯の間が狭いところ

【歯間ブラシ】



太さにS・M・Lなどの種類があります。自分の歯に合った物を選びましょう。

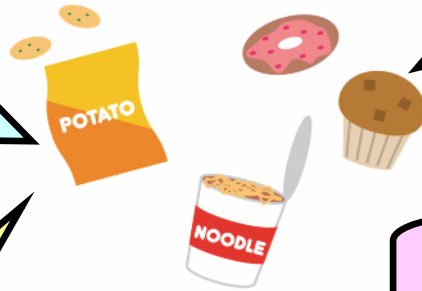
歯と歯の間が広いところ

お子さんの歯はむし歯になっていませんか？

避難生活は ...

支援物資には
おやつやジュースが
たくさん...

食事やおよつの
時間が不規則



洗面所が少ない、
歯みがきに使える
水が少ない

人がたくさんいて、
仕上げみがきがしづらい

「むし歯」になりやすい！

特に乳歯は永久歯に比べると歯の質が弱く、
むし歯になりやすく進行が早いという特徴があります。



永久歯の歯並びに影響！

乳歯がむし歯になってしまうと
次に生えてくる永久歯がむし歯になり
歯並びが悪くなることがあります。



避難生活の中で気をつけられること

おやつやジュースが多い
およつの時間が不規則

食事やおよつの時間と
量を決めてできるだけ
規則正しい食生活を！

洗面所が少ない
歯みがきに使える水が少ない

水が届くまでは、指に
ガーゼやティッシュを
巻いて表面をふくだけ
でも効果があります。

仕上げみがきがしづらい

避難所では周囲に気を
使って仕上げみがきを
行いにくいこともあり
ますが、機嫌のいいと
きに行いましょう。

永久歯をむし歯から守ろう！！

にゅうし

えいきゅうし

子どもの歯(乳歯)から大人の歯(永久歯)へ生えかわり

幼稚園や小学生の間は、乳歯が抜けて永久歯に生えかわる大切な時期です。生えかわったばかりの永久歯は、やわらかく、むし歯になりやすいため、ていねいな歯みがきが大切です。

とくちょう

生えはじめの永久歯の特徴

永久歯



生えはじめは背が低く、歯ブラシが届きにくい
生え終わるのに1～2年ほどかかる
生えはじめは歯の質が弱くむし歯になりやすい

永久歯をむし歯から守る！

転倒による事故防止

自分で歯みがきを行う場合には、転んで歯ブラシをのどに突かないよう注意が必要です。



仕上げみがき

小学校低学年頃までは、仕上げみがきが必要です。



よくかんで食べる

あごの成長と歯並びに大切です。つばがよく出るのでむし歯予防にも効果的です。



しにくえん

子どもの「歯肉炎」にもご注意を！

歯ぐきの病気は大人の病気だと思っている人も多いですが、子どもも歯みがきが不十分だと歯ぐきに炎症が起こります。



歯と歯ぐきの間の汚れをしっかりとみがいて落とすようにしましょう！

お口の中に変わったことはありませんか？

ししゅうびょう

歯周病チェック

チェックポイント



歯ぐきが赤くなったり、腫れたりする
歯みがきの時などに、歯ぐきから血や膿うみが出る
口のおいが気になる
歯と歯の間に食べ物がつまりやすい
歯が浮いた感じがする

チェックした項目が多いほど

歯周病にかかっている危険性があります



歯と歯を支える周りの組織の病気で、歯ぐきの腫れや出血しゅっけつから始まり、放っておくと歯が抜けてしまうこともあります。



避難生活は口腔こうくわうのケアが不十分になりやすく、ストレスがたまりやすいため、歯周病にかかりやすく悪化しやすい

むし歯チェック

チェックポイント



冷たい物がしみることもあり、固い物をかむと痛い
歯に穴があいていて、舌が引っかかる
歯が黒や茶色に着色している

チェックした項目が多いほど

むし歯ができている可能性があります



中高年（成人期）のむし歯は歯の根元や治療済みの歯の詰め物の下にできやすく、進行がゆっくりのため気づきにくい

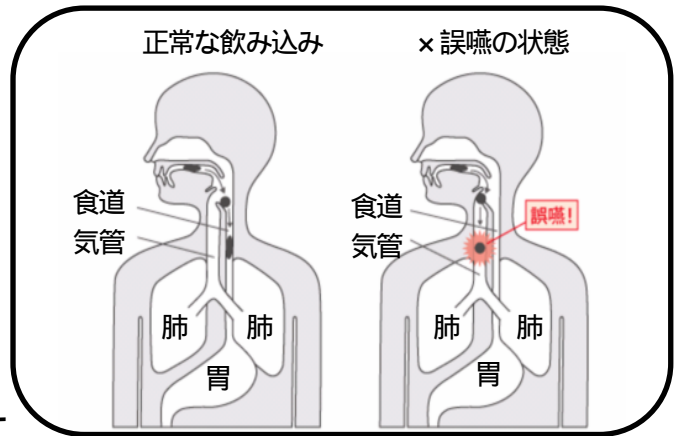


気になることがあれば歯科医師や歯科衛生士に相談しましょう！

災害時におこりやすい誤嚥性肺炎

誤嚥性肺炎ってどんな病気？

食事の時、飲み込んだ食べ物は食道から胃に送られますが、誤って食べ物やつばと一緒に口の細菌が気管を通り、肺に入ってしまうことで起こる肺炎が「ご えん せい はい えん誤嚥性肺炎」です。

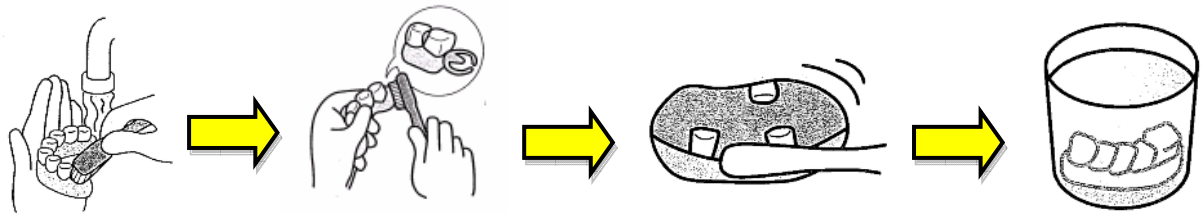


災害時は普段の食事と異なるため、抵抗力が落ちたり、こうくう口腔のケアを十分に行えないことから、誤嚥性肺炎を起こしやすくなります。

誤嚥性肺炎を予防するためには？

入れ歯や残っている歯のお手入れをていねいに！

- 流水下でブラシを使い、入れ歯を洗いましょう
- 特にバネの部分は汚れが残りやすいので、ていねいに洗いましょう
- 残っている歯を歯ブラシでみがきましょう
- 寝ている間は、できるだけ水につけて歯ぐきを休めましょう



舌の清掃をお忘れなく

舌に白い「こけ」のようなものがついていることがあります。

これは「ぜったい舌苔」と呼ばれ、口臭の原因とされています。

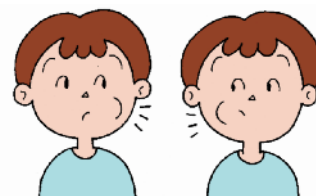
歯みがきのあとは舌もみがきましょう



みがき過ぎには注意！

お口の体操を行う

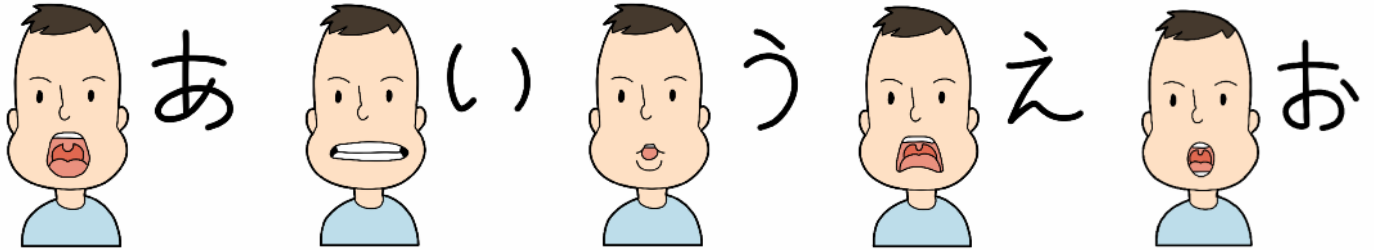
食べる・飲み込む等のお口の機能の低下を防ぐため、食事の前やつばが出にくい時には、別紙「お口の体操」を行きましょう



◇ お口の体操 ◇

お顔の体操

それぞれ3回ずつ行います。(声が出せない場所では、お口を動かすだけでも 効果があります。) 顔と口全体を使って、大きく口を動かすのがポイントです。



舌の体操(口を開けて)

舌は話をするだけでなく、飲み込む時にも大切な役割を果たします。それぞれ5回ずつ行います。



舌の先に力を入れ舌を出したり引っ込めたりする

鼻の頭を舐めるように舌を出す

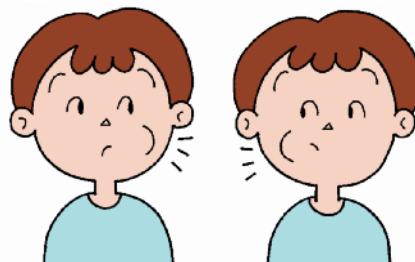
舌を出来るだけ前に出して右に動かす

舌を出来るだけ前に出して左に動かす

舌の体操(口を開けて)

それぞれ5回ずつ行います。

口の中で左右の頬を舌で押しながらクルクルとまわします。



唾液腺マッサージ

人間には3つの大きな唾液腺(耳下腺・顎下腺・舌下腺)があります。唾液腺を刺激することで、つばが出やすくなります。

耳下腺



両頬に手を当ててクルクルと動かす

顎下腺



顎の内側を耳の下から顎先に向かい押す

舌下腺



親指で顎の真下から舌を突き上げるように押しあげる

痛みや腫れがある場合などは無理をせずに医師や歯科医師などにご相談ください

避難生活の中でできる

飲み込みやすい食べ方の工夫

配られる食べ物にちょっとした工夫を加え、食べやすくしましょう。
温める・水分を加える **食べやすい大きさにする**

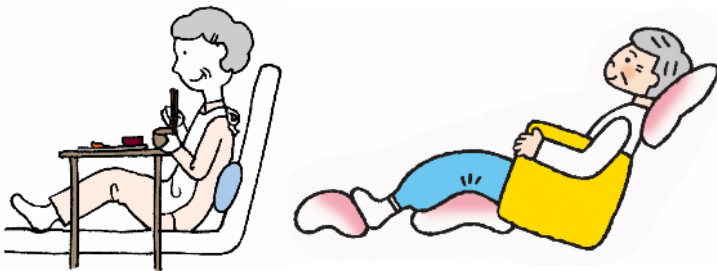


食べ物が冷たくなってしまうと食べにくいです。
お湯をかけたり水分を含ませて柔らかくすると、口の中でまとまりやすくなります。



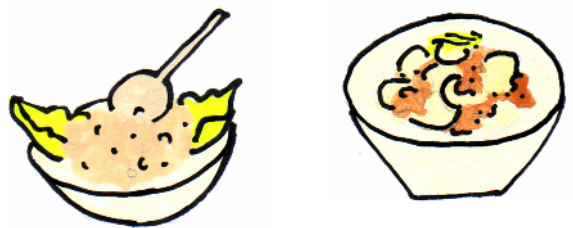
パンなどは袋に入っている時につぶしたり、ちぎったりして食べやすい大きさにしておきましょう。
また、自分の一口量を普段より少なめに設定しましょう。

姿勢をととのえる



出来るだけ座った状態で食事をするように心がけましょう。座った姿勢がとりにくい方は30度ほど体を起こし頭の後ろにタオルなどを置くと、飲み込みやすいです。

やわらかくする・均一にする



冷めたご飯やお弁当などは、固くなって食べにくいので、ばらしてつぶしたり、レトルトのおかゆや汁気の多い缶詰をかけたりして、できるだけ均一にして食べましょう。

避難生活の中で栄養摂取は非常に重要です。
食べにくい、飲み込みにくい時は必ず支援者に相談しましょう

災害時のお口の手入れ

お口の中をきれいにすることは、むし菌や歯周病しゅうびょうの予防になるだけでなく「かぜ」や「肺炎」などの予防にもつながります。

① 2種類のうがいをしましょう

(1)「ぶくぶく」うがい
口の中の汚れをとるうがい

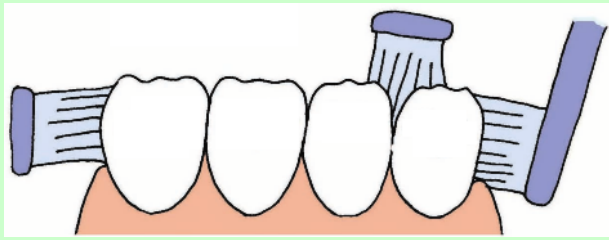


(2)「がらがら」うがい
のどの汚れをとるうがい



② 歯をみがきましょう

歯ブラシの毛先をしっかりと歯に当ててみがきましょう！

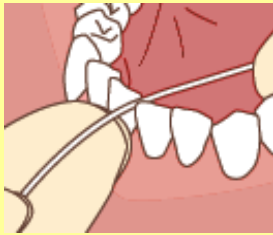


～ポイント～

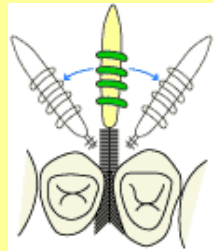
優しく細かく動かす

③ 落としにくい歯と歯の間の汚れ

糸ようじ(デンタルフロス)



のこぎりを引くように
ゆっくり歯と歯の間に通し、
側面に沿わせて
上下に動かします。

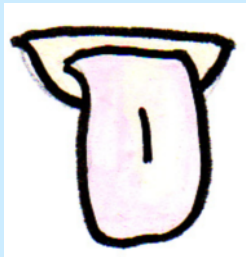


歯間ブラシ

歯間ブラシを歯と歯の間にゆっ
くり入れ、前後に動かします。
歯ぐきを傷つけないよう、サイ
ズの合った物を使いましょう。

④ 舌のお掃除もお忘れなく

舌にも汚れがつきます。
歯みがきの後に、
舌のお掃除も忘れずに！



やわらかめの
歯ブラシで奥から
下へ優しくなでる



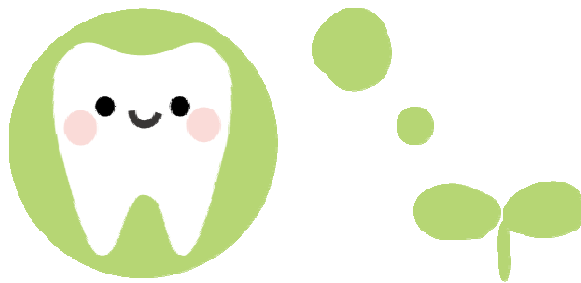
⑤ 入れ歯をきれいにしましょう

食事の後は歯ブラ
シで入れ歯をあら
いましょう！



寝る時は、できるだ
け入れ歯をはずし
て、水の中で保管し
ましょう！

災害時歯科保健医療相談窓口



兵庫県健康福祉部健康局健康増進課

〒650-8567 神戸市中央区下山手通5丁目10番1号

TEL (078)341-7711 (代表) 内線 3246 FAX (078)362-3913

メールアドレス kenkouzoushinka@pref.hyogo.lg.jp