



令和8年3月4日 防災講演会

在宅介護講習会 ～災害時の口腔ケア

医療法人社団高輪会 桜樹会

本部歯科医師

成平 恭一



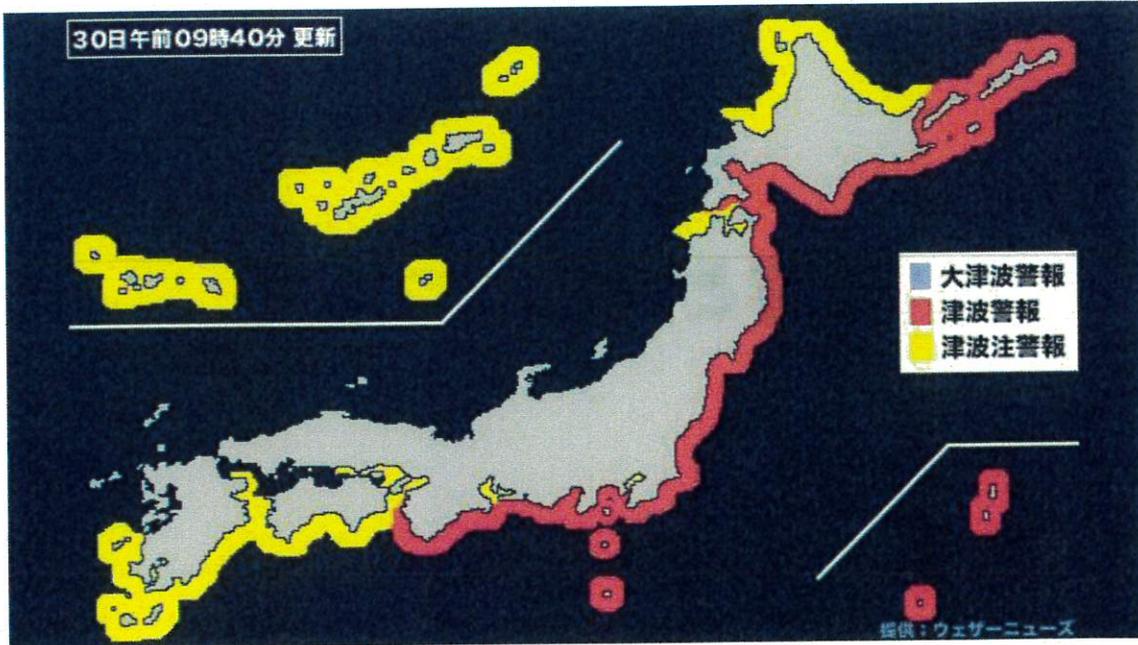
災害と歯科について

災害といえば、、、

7月30日 午前8時24分 発生
マグニチュード：8.7
深さ：18.198 km



災害といえば、、、



災害といえば、、、

津波警報 TSUNAMI

午後1時6分現在

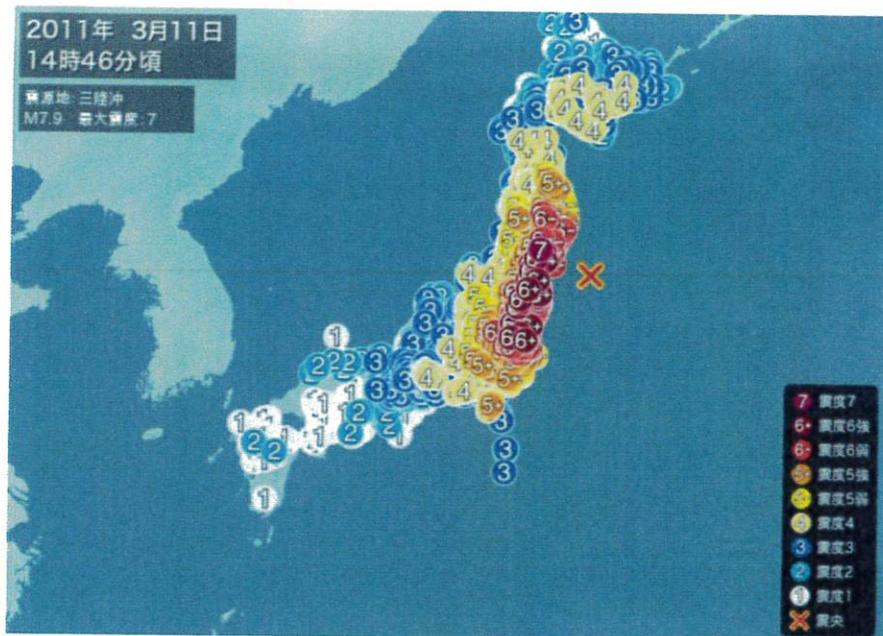
観測	津波の高さ・時刻	午後1時6分現在
北海道 苫小牧東港	0.4m	30日 午前 11:32
福島県 いわき市小名浜	0.4m	30日 午前 11:32
青森県 八戸港	0.4m	30日 午前 11:16
北海道 十勝港	0.4m	30日 午前 10:51
茨城県 神栖市鹿島港	0.3m	30日 午前 11:43

日本時間午後2時すぎ

速報 ハワイに最大3mの津波到達予測

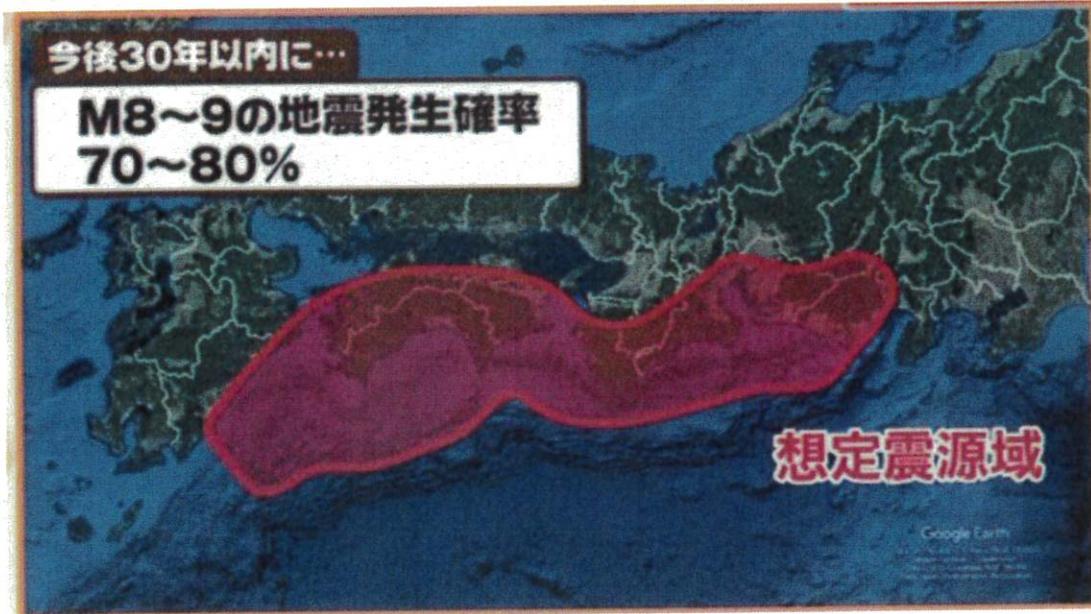
Copyright © Takanaawaka. All rights reserved

災害といえば、、、



Copyright © Takanaawaka. All rights reserved

災害といえば、、、



Copyright © Takanawaka. All rights reserved.

神奈川 e-かなマップ

南海トラフ巨大地震

現在地 横浜市泉区和泉町 付近

表示切替 中心十字切替

震度分布図

- 7
- 6強
- 6弱
- 5強
- 5弱
- 4
- 3以下

液状化想定図

- 可能性が極めて高い
- 可能性が高い

住所一覧から検索

目録欄・施設一覧から検索

2画面表示 リンク 印刷 使い方が이드

案内地図

1/25000

36.39666791, 139.48737936

300 m

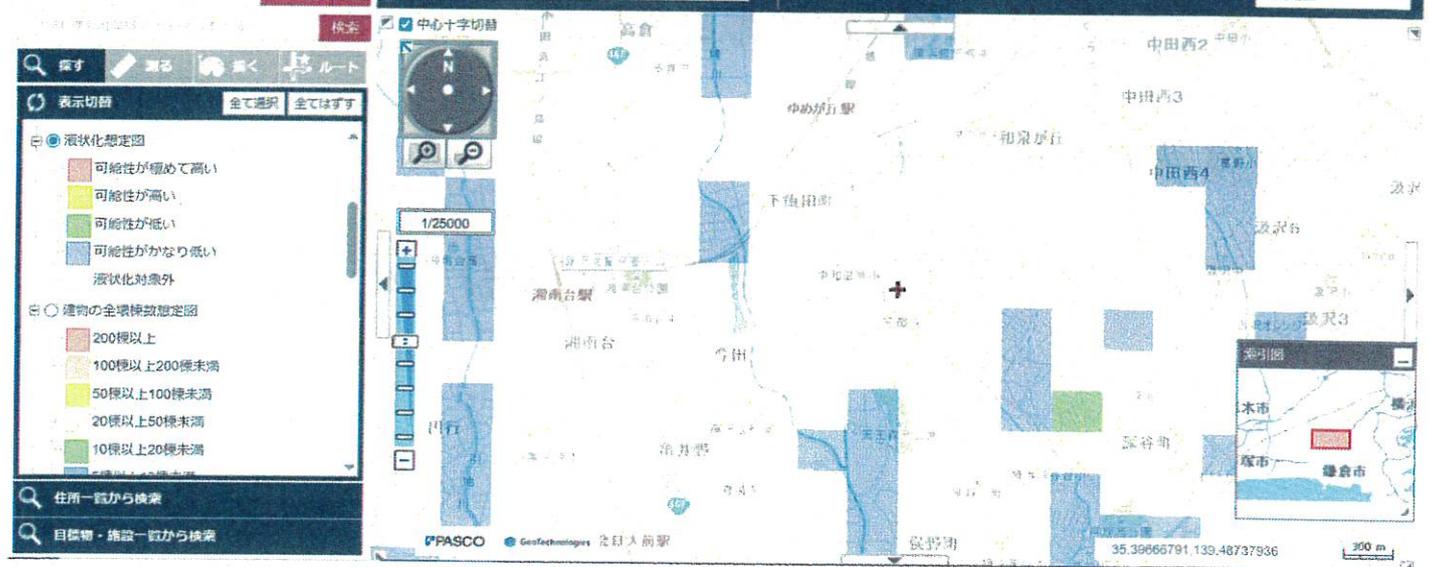
Copyright © Takanawaka. All rights reserved.

南海トラフ巨大地震

マップ切替

現在地 横浜市泉区和泉町付近

案内地図



南海トラフ巨大地震

マップ切替

現在地 横浜市泉区和泉町 付近

案内地図

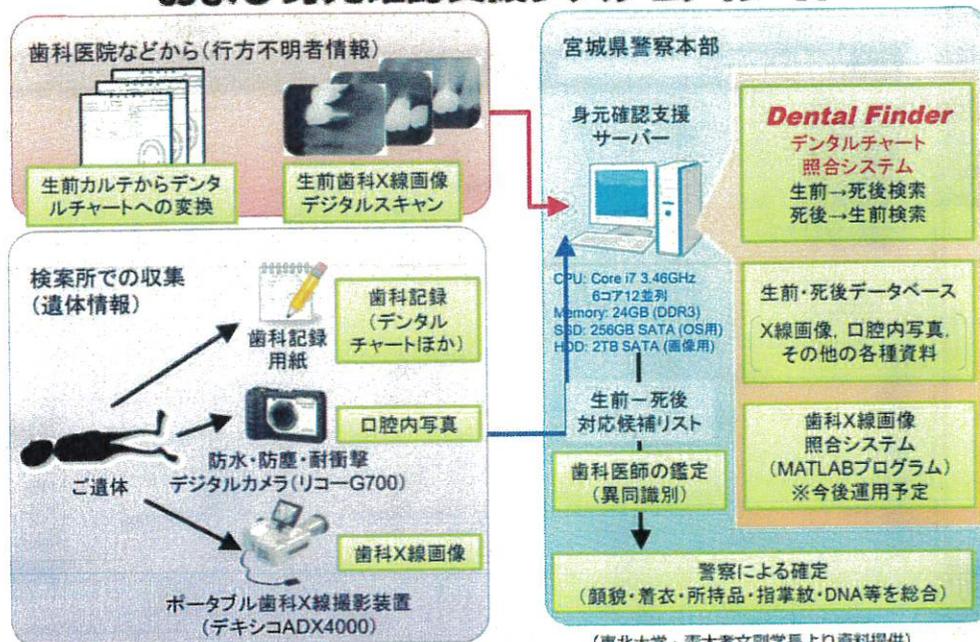


災害時の歯科の役割

- ① 歯科的個人識別（不明遺体の身元確認）
- ② 歯科疾患の予防、治療
- ③ 関連死の予防（口腔ケアによる肺炎予防）

Copyright © Takanawaka. All rights reserved.

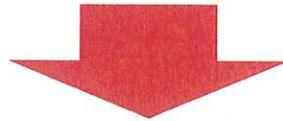
宮城県における大震災身元確認ワークフロー および身元確認支援システム（参考）



Copyright © Takanawaka. All rights reserved.

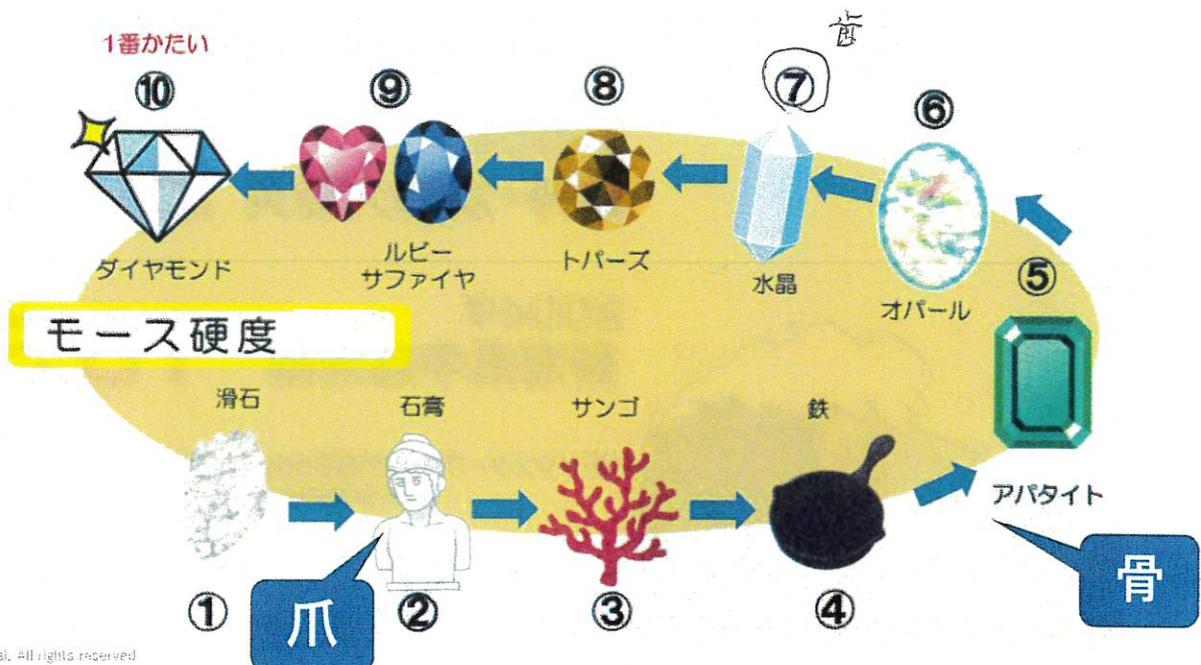
歯科所見による身元確認の意義

歯科所見は死後変化の影響を受けにくいいため、身元不明者への身元確認（個人識別）において、その果たす役割は高い。



東日本大震災では、当初の数か月で約2,600名の歯科医師が出動し、約8,700体の歯科所見を採取し、身元確認に貢献した。

歯の硬さ



意外と知られていない、 災害関連死について

災害からせっかく避難できたにも関わらず、避難生活で亡くなる方（災害関連死）がいらっしゃいます。
これらは、備えることで減らすことができます。

東日本大震災では18%(3,523人)
熊本地震では全体の78%(189人)
が災害関連死で亡くなっています。



Copyright © Takawakai. All rights reserved.

災害関連死における肺炎の割合

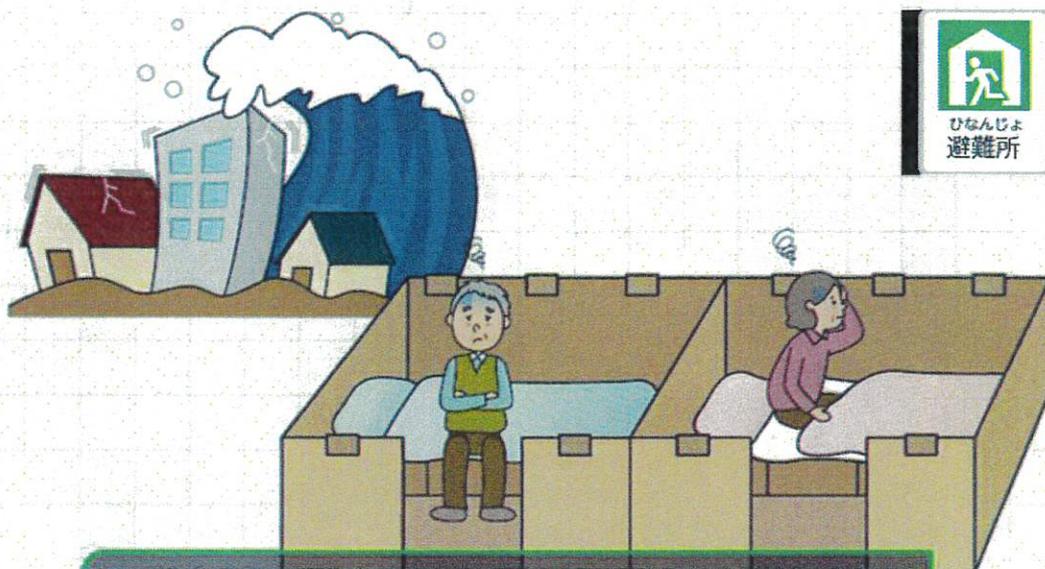
1995年
阪神・淡路大震災 **24.2%**

2004年
新潟県中越地震 **15.3%**

出典:サンスター「Mouth&Body Topics VOL.3」より引用
(日本口腔感染症学会誌, 19(1)2-10, 2012より)



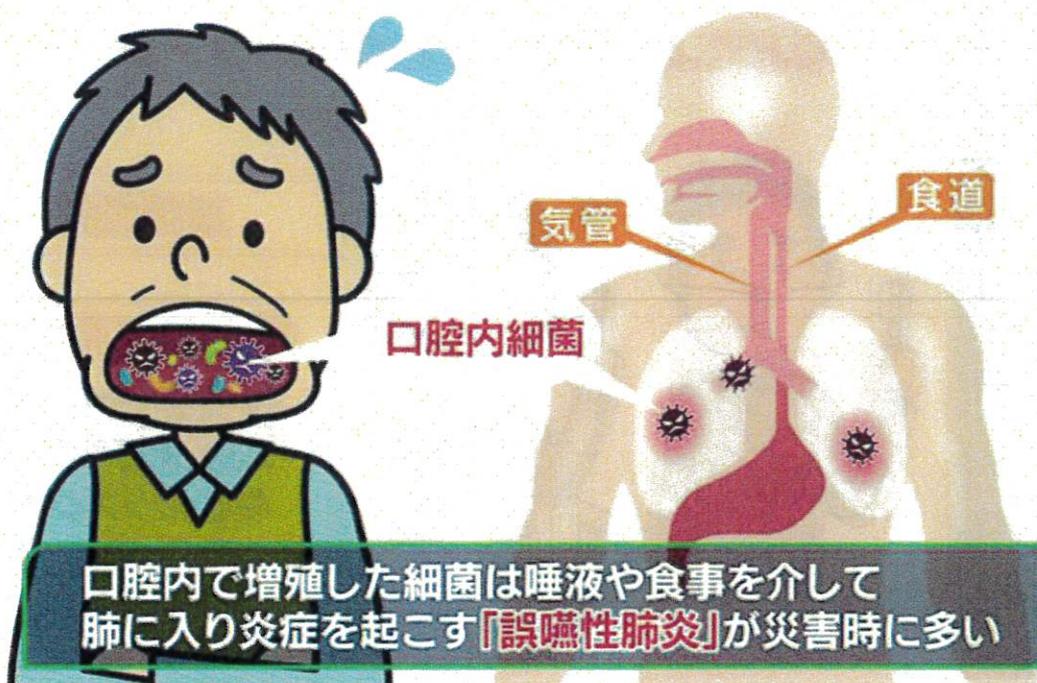
Copyright © Takawakai. All rights reserved.



災害関連死で最も多い
肺炎とその原因

災害時の不安により睡眠不足などが続くと
免疫力が低下し口腔内の細菌が増殖

災害関連死で最も多い
肺炎とその原因



口腔内で増殖した細菌は唾液や食事を介して
肺に入り炎症を起こす「誤嚥性肺炎」が災害時に多い

北海道胆振東部地震
(2018年9月6日3時7分発生)

なぜ災害時に
誤嚥性肺炎を起しやすいのか



Copyright © Tukanawakai. All rights reserved.

一ズ
新会

なぜ災害時に
誤嚥性肺炎を起しやすいのか

断水などにより歯磨きなどの口腔ケアができないと



誤嚥性肺炎

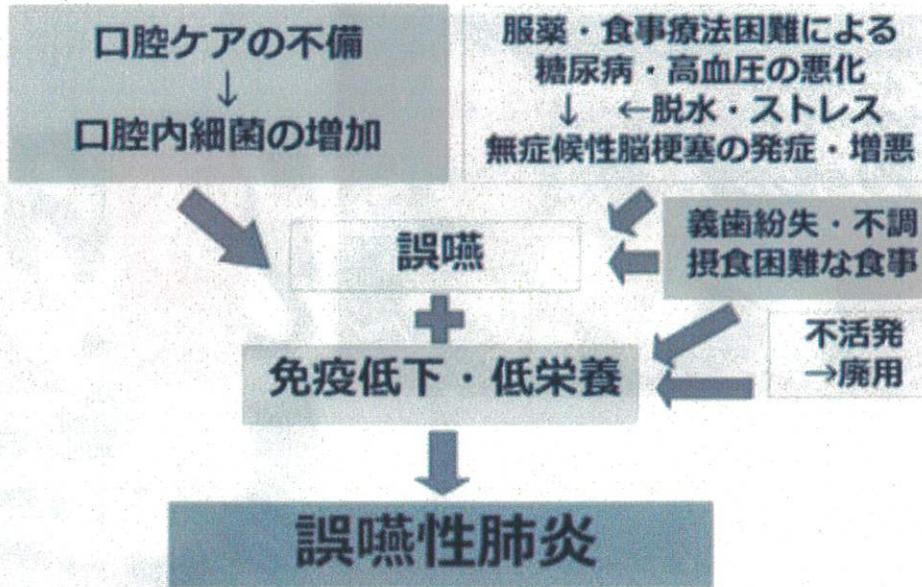
歯周病に関連する

- 生活習慣病の悪化
- 心筋梗塞や認知症などのリスクが増加

Copyright © Tukanawakai. All rights reserved.

避難所肺炎の成因

図1



出典：日本プライマリ・ケア連合学会誌 2011. vol. 34 no. 3

Copyright © Takanawakai. All rights reserved

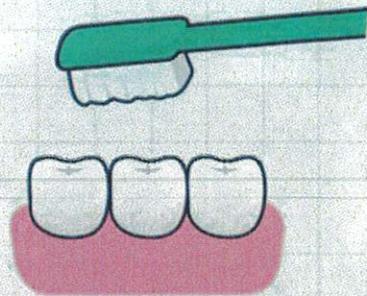
災害時の誤嚥性肺炎を
予防するためには



①消毒成分が含まれた
洗口剤や液体ハミガキで
「クチュクチュうがい」

+

②うがい後に歯磨き

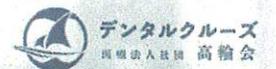


Copyright © Takanawakai. All rights reserved

ところで、、、防災バッグは備えていますか？



Copyright © Takanawakai. All rights reserved



2011年の東日本大震災では、
ライフラインの寸断が続きました。

停電
466万戸
復旧まで約3か月

断水
257万戸
復旧まで約6か月半

ガス停止
200万戸
復旧まで約2か月

Copyright © Takanawakai. All rights reserved

Yahoo! Japan 天気・災害 防災手帳より抜粋

災害時の誤嚥性肺炎を
予防するためには

非常時の持ち出し袋



口腔ケア用品の準備を忘れずに!!



入れ歯+ケース



入れ歯洗浄剤



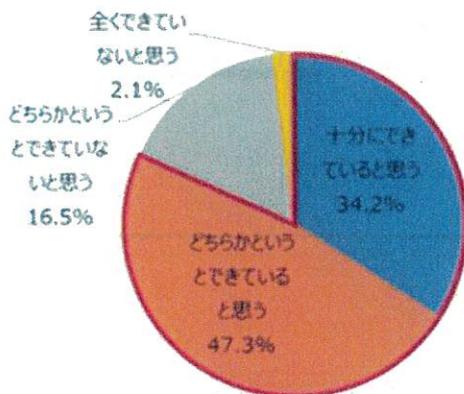
洗口剤・液体歯磨き



歯ブラシ

Copyright © Takanawaki. All rights reserved.

「在宅避難」の判断方法や備蓄品を 知っている人における「備え」



「(在宅避難の)判断方法や必要な備蓄品などを知っている」と回答した人は23.7%(237名)。

「在宅避難」の備えまでできていると回答した人は全体の19.3%

「在宅避難の備えができていない」人は2割弱
-なかでも特に備えが不十分な備蓄品とは?
まいなびニュース 掲載日 2021/08/27 15:08
更新日 2021/08/27 15:16

ミドリ安全「災害避難と防災備蓄に関する実態調査」
2021年8月11日～16日、インターネット調査
全国の20代～60代男女1,000名
(女性502名、男性498名、各年代200名)

Copyright © Takanawaki. All rights reserved.

歯磨き後にうがいの必要性がない歯磨き粉もあります。

(体内で分解・消化される、水と植物原料のみで作られており、ジェルタイプとスプレータイプがあります。)



Copyright © Takanawakai. All rights reserved

国際宇宙ステーション(ISS)搭載可となった新規生活用品

オーラルピース

九州大学の乳酸菌バイオテクノロジーから生まれた、お口のトラブル原因菌を殺菌しながら飲み込んでも安全な歯磨き・口腔ケア製品。

※「オーラルピース」は株式会社トライフの登録商標です。

※製品の説明は製造企業のコメントをもとに記載しています。

製造元 株式会社トライフ オーラルピースプロジェクト

使用方法 歯磨きジェル使用、また口腔保溫にも使用可能。

大きさ 縦2cm×横2.5cm×高さ10cm



Copyright © Takanawakai. All rights reserved

被災者の皆さまへ
避難所生活で健康に過ごすために
～以下の点にご注意ください～

水分・塩分補給	① 水分・塩分補給 をこまめに トイレット紙などで手を乾かすのがおすすめです。こまめに水分・塩分補給を心がけてください。	② 手を清潔に 食事前やトイレの後には手を洗いを、流水で洗い流す際は、アルコールを併用した手洗いを心がけてください。	手の清潔
食中毒注意	③ 食中毒に注意！ おきれた食品はすぐに食べず、下痢、嘔吐、腹痛がある人は、医師や配置医に相談してください。	④ 体の運動 エコノミークラス症候群の予防、足のむくみの予防のためにも積極的に体を動かしましょう。	体の運動
うがい 歯みがき	⑤ うがい・歯磨き うがい、歯磨きをこまめにし、お口の乾燥を防ぎましょう。	⑥ 十分な睡眠・休息 誰もが不安を感じています。休息や睡眠を確保していきましょう。	十分な睡眠・休息
マスク着用	⑦ 必要ときにはマスクを着用 咳をしているときや、アインザーの症状などがあるときは、必要に応じてマスクを着用しましょう。	⑧ 家で困っている場合は相談を 手が汚れたらこまめに洗って、困っているときは、医師、薬剤師、保健師などに相談を。	薬剤 (体調管理)

次の方は避難所の事務所に申し込ませてください
厚生労働省

避難中の方
マスクや消毒液、手洗いのための水筒を持参してください。

避難の方・おまかせ支援の方
病室などで特別な食事が必要の方

妊産婦・乳幼児
特殊食品

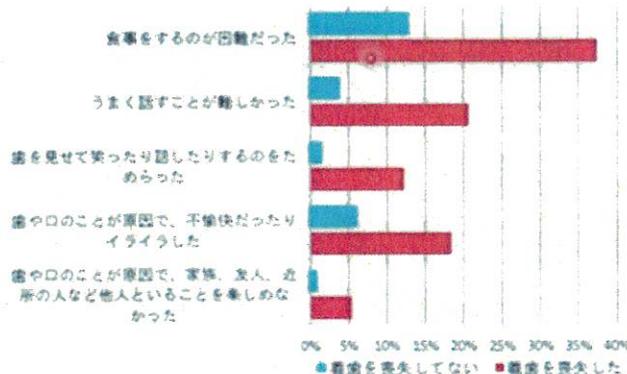
災害時の義歯喪失の食事や会話への影響

東日本大震災後の沿岸被災地域の調査において
震災前から義歯を利用していた人758人

17.3% (131人)

義歯を使用しているが喪失しなかった
82.7% (627人)

義歯を喪失した



食べられない

話せない

笑えない

イライラする

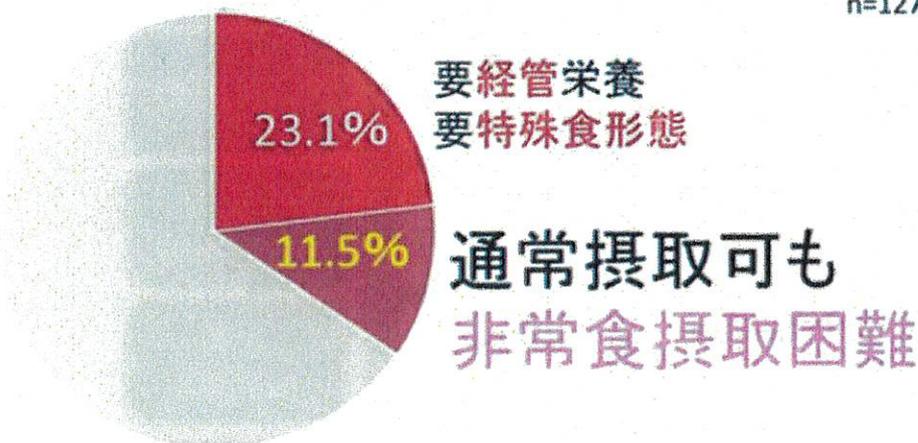
楽しめない

Yukihiko Sato et. al., Impact of Loss of Removable Dentures on Oral Health after the Great East Japan Earthquake: A Retrospective Cohort Study. Journal of Prosthodontics, 2014 Sep 14. doi: 10.1111/jopr.12210.

地域在住の要介護高齢者のうち、 災害時に「食べる」工夫が必要な方々



新宿区の要介護高齢者
n=1271



Estimating nutrition intake status of community-dwelling elderly people requiring care in disaster settings:
A preliminary cross-sectional survey.

Tashiro S, Kawakami M, Oka A, Liu F, Nishimura A, Ogawa C, Hagai F, Yamamoto S, Yazawa M, Liu M. J Rehabil Med. 2019 Mar 6.

Copyright © Takenawakai. All rights reserved.

なぜ防災にオーラルケアが必要？



災害時の口腔保健（オーラルケア）は、口の健康だけではなく、身体の健康にも影響します。

断水時、水が不足すると飲料水が優先され、貴重な水を歯みがきに使うことがためらわれます。

口の中を清潔に保つことが難しくなり、細菌が増殖し健康にさまざまな影響を及ぼすことがあります。特に肺炎になりやすい高齢の方は注意が必要です。

Copyright © Takenawakai. All rights reserved.

その結果、避難生活で何が起るの？

こどもは

- ・避難所の支援物資には菓子パンや甘いものが多く、歯をみがけず、むし歯になりやすい
- ・歯科医院へは行けないため、治療が受けられない

大人は

- ・歯みがきが後回しになり歯周病が進行しやすく、糖尿病など全身の病気も悪化しやすい

高齢者は

- ・口の機能が弱り口で増えた細菌が誤って気管に入り肺炎になりやすい

**肺炎を防ぐために、歯みがきをしましょう。
汚れた入れ歯も、肺炎をおこしやすくなると考えられます。**

口は肺への入り口です。避難所生活や水不足で口の中を清潔に保つことができないと、高齢の方では誤嚥性肺炎がおこりやすくなるので注意が必要です。

口の中を清潔に保つためには、入れ歯の汚れを落とすことも大切です。食後には、できるだけはずして汚れをとりましょう。また、夜、寝る時にははずしましょう。

お口の中を清潔に保つことは、 健康維持・命を守るために重要です

Copyright © Takanawakai. All rights reserved.

日ごろからの対策

大型化する災害
「線状降水帯」と「在宅避難」

- ・地球温暖化で自然災害大型化
- ・豪雨が数日間続く「線状降水帯」多発

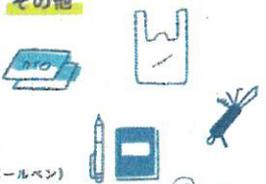


- 災害に遭う機会が増加
- 家で避難生活を送る「在宅避難」の備えも必要に
- 外出時に災害に遭遇する可能性も



Copyright © Takanawakai. All rights reserved.

家の外への避難用

<p>食料・飲料</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 飲料水 (500ml x 2) <input type="checkbox"/> 食料 (非常食) <input type="checkbox"/> 防水袋 	<p>貴重品</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 現金 	<p>身につけるもの</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 下着 <input type="checkbox"/> 手袋 <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 防寒マスク <input type="checkbox"/> フォール <input type="checkbox"/> ゴーグル (粉塵分け) <input type="checkbox"/> ヘッドライト <input type="checkbox"/> 経路水アウトドアウェア <input type="checkbox"/> 感染予防マスク 
<p>衛生用品・薬</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 痛み止め <input type="checkbox"/> 消毒薬 (100ml スプレー) <input type="checkbox"/> 滅菌ガーゼ <input type="checkbox"/> 三角巾 <input type="checkbox"/> 止血 AID (止血シート) <input type="checkbox"/> 包帯 <input type="checkbox"/> 目薬 <input type="checkbox"/> ウェットタオル <input type="checkbox"/> 消毒・抗菌剤 <input type="checkbox"/> ハブラシ <input type="checkbox"/> 液体ハミガキ <input type="checkbox"/> 災害用トイレ <input type="checkbox"/> トイレレットペーパー 	<p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ポリ袋 <input type="checkbox"/> 簡易ブザー <input type="checkbox"/> マルチツール <input type="checkbox"/> カイロ (冬) <input type="checkbox"/> サバイバルブランケット <input type="checkbox"/> 筆記用具 (消水用紙とボールペン) <input type="checkbox"/> ラップフィルム <input type="checkbox"/> レジャーシート 	

危機管理アドバイザー 岡崎信江 先生監修

SUNSTAR



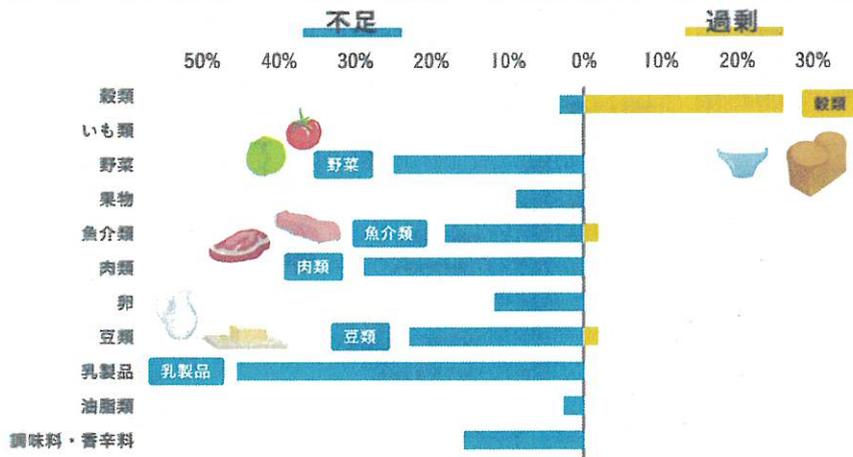
防災備蓄品の期限切れを防ぐには？

防災袋に入れたまま気づけば水も食料も消費期限切れとならないよう、普段から保存のきく食材を多めにストックしておくローリングストックがおすすめです。



災害時の栄養面について

東日本大震災における避難所での食事の過不足



Copyright © Takana-wakai. All rights reserved. 出典：「論文紹介」（国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 国際災害栄養研究室）

ローリングストックの一例



Copyright © Takana-wakai. All rights reserved.

まとめ

- ・災害時には口腔ケアが十分に出来ず、誤嚥性肺炎のリスクが高まります

- ・防災バッグ（非常時の持ち出し袋）を準備し、災害に備える必要があります。そこに、洗口剤や歯ブラシなどの口腔ケアグッズも入れておくようにしましょう

- ・お口の中を清潔に保つことは、健康維持・命を守るために重要です

- ・ローリングストックを行いましょう

Copyright © Takanawakai. All rights reserved.



ご清聴ありがとうございました



デンタルクルーズ

— 医療法人社団 高輪会 —

医療法人社団 高輪会

〒108-0074

東京都港区高輪3-25-33 長田ビル4F

TEL:03-5447-2871

救急活動のDX!! 命をつなぐ救急と医療の情報連携

～「傷病者情報共有システム」の運用を開始します～

近年、横浜市の救急活動にかかる時間(出場指令から医師への引き継ぎまでの時間)は延伸傾向にあります。また、今後の救急需要は高齢化の進展等により高い水準で推移することが見込まれます。

横浜市では、救急活動の円滑化等を目的として「救急活動のDX」を推進しており、このたび、救急隊が医療機関に傷病者の症状やバイタルサインなどの情報をデータ・画像で共有し、正確かつ効果的に伝達できる「傷病者情報共有システム」の構築が完成しましたので、全ての救急隊で運用を開始します。

システム導入によるメリット



傷病者情報の
正確な伝達



受入医療機関決定
までの時間短縮



搬送受入れ後の
速やかな治療開始

傷病者情報共有システムの概要

傷病者の症状、バイタルサイン※や負傷部位の状態等をデータ・画像で医療機関と共有

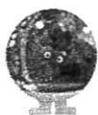


※バイタルサイン…体温、脈拍、呼吸及び血圧など、生命活動の状態を把握するための基本的な指標や測定値

運用開始日時(予定)

令和8年3月18日(水) 8時30分

裏面あり



GREEN × EXPO 2027

YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷

システムの運用にあたり、市民の皆様へのお願い

次の内容について、御理解と御協力をお願いいたします。

- 救急隊員が救急活動中にタブレット端末やスマートフォンを操作します。
 - 氏名等を AI-OCR 機能※を利用してシステムに取り込むため、タブレット端末等のカメラによる本人確認書類の読取りをお願いする場合があります。
 - 医療機関に正確な情報を伝えるため、負傷部位等の撮影をお願いする場合があります。
- ※AI-OCR 機能…AI を活用して紙や画像に含まれる文字情報を認識し、デジタルデータに変換する技術

【参考】救急隊について

- 救急隊 全 90 隊(令和8年2月 13 日現在)

お問合せ先
(救急隊の活動、傷病者情報共有システムに関すること) 消防局救急企画課長 谷津 直樹 Tel 045-334-6771
(医療機関との連携に関すること) 医療局救急・災害医療課担当課長 濱井 俊充 Tel 045-671-4817



GREEN×EXPO 2027
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷

