

第149回簡易アンケート自由意見 (481件)

質問 1 1

歯と口の健康に関する施策の推進に関するご意見などがありましたら、自由にお書きください。

1	フッ素が体に悪いと云っている医師もいる。
2	最近歯の治療も進んで、インプラントを入れる人が増えてきているそうですが、歯医者によっては、虫歯でも治療ができない歯医者が多く、持たないからと言ってすぐに抜きたがる、そういう歯医者は、インプラントを勧め入れたがる。 高齢と共に1本の歯が大事なのですが、お構いなしに抜きたがる歯医者があるので困ります。
3	食事後30分以内での歯磨きは「虫歯予防に効果が薄い」事をもっと啓蒙する必要があると思う。 歯医者さんの対応方法(定期検査)が違うのは困る。 歯健康診断について、方法・内容・・・出来れば費用も「標準」を示してほしい。
4	総入れ歯になってしまいました。後悔のみです。 子育ての頃、核家族の為、歯医者に行くことは、2の次になった。最悪の状態になって歯科医に行く時、当時は簡単に抜歯されました。今は、残す事を重視していますね。 私は虫歯・差し歯・歯周病の繰り返しで、とうとう総入れ歯です。現在、咬み合わせが悪く、体調が悪くなりつつあります。 掛かり付けの医院は、様子見とか我慢とか、親身じゃなくなったので、転院を考え中です。
5	老人の誤嚥性肺炎など、歯が悪いことは寿命にも影響する。県は8020(ハチマルニイマル)運動をもっと徹底させるため県歯科医師会と連携して、80歳以上の男女の実態調査をし、80歳以上で自分の歯が20本以上ある老人を表彰するなどすべきだ。 地元の歯科医に定期的に診てもらっているが、年齢別の自歯本数のデータすらないのが実態で、何のための8020かわからない。この問題をアンケートの設問にする以上、県はもっと真剣に取り組んでもらいたい。歯科医師を除く医師の数が全国最低など、前知事は16年もの間、何をしたのだろうか。毎回のアンケートを分析し、医療向上のため取り組んでもらいたい。
6	”フッ素”効果に疑問を持っていますが。
7	「埼玉県口腔保健推進計画(第3次)(2019年度～2023年度)」という具体的な分析と計画があることを初めて認識しました。計画の進捗状況を含め、現状をもっとアピールしてもよいのではないですか。
8	「歯」の治療は「高い」というイメージがあります。なので、どうしても「治療時の痛み」を加味すると、歯が痛くなってから歯医者さんに行くようになってしまいました。 でも、未然に予防することで、治療時の痛みも少なく、またお財布のダメージも少ないのであれば、他の病気とは違って、症状がなくても診てもらうことが重要だと思います。この習慣ができるといいのかな?と思います。
9	「歯科衛生に関する施策」は、「生活習慣病に関する施策」に比べ、どちらかという重視されていない印象なので、今後は積極的に推進してほしい。
10	・1989年ごろから耳にした8020運動、30年も経過している。 ・現在は8020も大切ですが、8050が問題
11	月1回は歯周pocketの清掃はどうでしょうか。15年ほど続けてお世話になってます。
12	若い時からの生活習慣が大切であることから、小さい時から歯磨習慣を指導してはいかかがですか。
13	10年近く、歯の痛みも何らかの症状もまるでなく、歯医者に行かずにいます。歯の健康診断を受けた方が良いかなと、少々反省しました。
14	20代30代の歯の健康についてのサポートがあるとよいと思う。例えば企業ごとの歯科検診などが健康診断のように義務化されると良い。
15	2ヶ月ごとにクリーニングに通って虫歯にならないように努力しています。子供の時から歯の大切さを植え付け食後の歯磨きを生活の一部として徹底して行くといいですね。

16	2月と8月に定期検診に行き、ついでに歯垢を取ってもらう。
17	3~4か月に一度のペースで歯科に通って定期クリーニングをしている。頻繁に行くことによって、クリーニングは痛いものではなく気持ちいいマッサージを受けるようなものになるので、歯が悪い人ほど頻繁に行けばいいのにといつも思う。
18	3か月に一度の定期健診の促進
19	3食を、しっかり噛んで、食べることをこころがけている。
20	3年前に歯科受診するまでは、10年以上にわたり歯磨きをするたびに血だらけでした。ドクターからは放置しておく1年以内に数本は抜け落ちると言われ治療を受けました。相当の削り込みを行い詰め物処置を。金属物は冷水に接すると衝撃は走りますが、歯磨き時の出血も殆どなくなり、3年間歯は持ちこたえています。今は数か月ごとにメンテに通うという優等生ですが、幼少時から歯並び悪く咬み合わせが悪いという症状は改善できません。成年前にしっかりと矯正する文化をもっと育てるべきと思料します。そのためには矯正も保険適用等、経費を1/10程度に抑制できると良いでしょう。
21	40歳過ぎてから定期的に歯科に通ってます。口臭や歯周病が気になりますのでこのまま通いたいと思います。
22	6/4 虫歯の日以外も、歯の未病を促すキャンペーンを推進すべき
23	60歳を超えたら少なくとも、年2回は歯の定期健診を受けるべきだと思います。きちんと食べられないと体力、気力が出ません。
24	6ヶ月ごとに通っていて その間にも なにか違和感があったりすると すぐ行きます。8020 頑張りたいです
25	72歳ですが虫歯がありません。口臭が気になりますが何もしていない
26	8020を達成している方の食生活の紹介や、80歳になるまでに心がけていたことなどを紹介があると、施策の推進になると思います。
27	8020運動の施策が具体的にどういったものなのか全く分からなかったです。学校の指導だけではなく、会社や飲食店でも指導して欲しいです。
28	8020運動を知ったころから、歯磨きを1日に3回以上続けてきた。おかげで治療した歯はあるが全部のこっている。現在も1年に3~4回は歯科医にてクリーニングや検査を受けている。歯は磨いた回数(歯茎も含めて)によって丈夫になると信じて続けている。
29	8020運動活動がもっと世の中に知れ渡ってほしいです。
30	NHKが最近放映したノルウェーかスウェーデンの歯磨きを普及させるべきかと思っています
31	いい歯医者をややく見つけたのですが、いつも混んでいて予約が取るのが大変です。いい歯医者は混んでいて、悪い歯医者は予約が簡単に取れます。悪い歯医者は長く治療をさせ、いい歯医者は早く終わるようにしてくれます。
32	いつまでも自分の歯で生活が出来る様にしたいと思います。
33	インプラント 保険適用にしてほしい！ 入れ歯に保険かかって なぜインプラントはダメ？ あれこそ 歯を保てるにいいと思う！ 入れ歯では 噛めない。
34	インプラントは異常に高価なので、必要でも手が出せなく、入れ歯で済ませる必要がある。
35	オーラルフレイルという言葉は初めて聞きました。これからは、歯や口などの機能保持にも関心を向けたいと思います。まずはどういうことから取り組めばいいのか、具体的に示してもらえるとわかりやすいかと思っています。

36	お陰様で、歯だけは丈夫で、健康です。 祖先に感謝です。 遺伝が一番でしょう！
37	かかりたいと思える歯科医院がない。歯科医院には嫌な思い出しかない為、できれば行かないで済ませたい。
38	かかりつけの歯科医がないため、そのことが気になっています。 歯医者には怖いものという体験が忘れられず、ついつい敬遠する傾向にあるので、歯科医の情報をもっとほしいと思っています。
39	かかりつけの歯科医院があつたらいいと思いますが、どこがいいのか(自分に合っているのか)わかりません。市の歯科検診で行った近所の歯科医院は、痛くない歯に対して「薄くなっているから削ったほうがいい」と言われて不信感を持ちました。各歯科医院の方針があると思いますので、そういったことを紹介してくれるサイトがあるといいです。(私は予防に力を入れて、なるべく削らない方針の歯科医院が知りたいです。)
40	かかりつけ医の指導が基本なので、行政として何かやっているとは知りませんでしたし、全く聞こえてきませんでした。 やるならポスターや8020などのスローガンだけでなく具体的な指導をしてほしいし、それができないなら税金の無駄なのでやめた方がいいと思います。
41	ガツテンの放映で、歯磨き後のうがい止めた。 効果について、告知を
42	がんばれ俺の歯
43	こどもの頃から虫歯に悩み(親が歯磨き等躱けなかった)、結局半分以上の歯が差し歯、部分入れ歯になってしまいました。歯磨きは幼児の頃より躱けるのが医療費の軽減と本人の健康につながります。
44	こどもの歯磨き指導(市主催)があり、とても助かります。
45	この15年間歯科検診を受けておらず時々歯が痛むので市より案内のあったワンコイン歯科検診を受けようと毎年思うのですがたまたま痛みが無かったり時間が取れないで受診しないでいる状況なので次回は是非受診したいと思います。
46	この間、金属の詰め物がとれました。ちょうど祝日なので、休日診療所に行きました。 祝日でもやっている歯医者の一覧表を作ってください。
47	しっかりと噛んで、口から栄養を摂取するということが、高齢者にとって本当に重要なことと考えます。介護予防事業とコラボしてもっとアナウンスを強化する必要があると思います。
48	ずっと街の歯科医に定期的に通院していた。忙しくて？ヒビを見落とされてひどくなり、今は大病院に通院するようになった。県内ではあるが違う街の歯科医で同じ目にあった友人がいる。どうしてなんだろうといつも会うたびに話す。私は歯を失い、その友人は神経を抜くことをなってしまった。
49	すでに 歯が 少なくて 対応できない 歯石取りを 年に 一度実施している
50	すでに私は上の歯が総入れ歯ですので過去の歯磨きの悪い習慣を大変後悔しています。
51	それぞれの市町村の広報誌でPRしてほしい。
52	たばこは歯を汚します。たばこは歯によくないことをもっとPRすべきと思う。
53	とくにないです。マメに歯を磨くようにします。
54	なかなか口腔の健康を維持することは難しいです
55	なかなか歯科医院に行く時間(自分の)が取れないのが現状です。 もっと健診に行きやすい時間・予約が取りやすくなるといいと思います。
56	はぐきがさがってくる対策や予防法などを啓もうしてほしいです。

57	フィンランド式の歯磨き(磨いた後にすすがない、歯磨き粉は2センチつける)は、日本に浸透していない歯磨き方式ですが、是非啓蒙してほしいです。
58	フッ素がいいと思う人は使えばいいと思うが、そう思わない人は使わなくていいよう「強制」にするのは絶対にやめてほしい。どんなことも、自由選択の範囲で行うのが公のすべきことだと思います。フッ素を歯科検診で子どもたちに無料でするのはいいが、そのお金は国民払った税金から出ています。フッ素よりも食事指導のほうがよっぽど歯の健康に直結します。フッ素を塗っていても虫歯の子どもが減っていないのですから、対策法を変えた方がいいと思います。
59	フッ素だけはやめて下さい。よろしく願いいたします。
60	フッ素については害があると聞いたこともあります。良いものなのか悪いものなのか知識がありません。「ほんとうのこと」を積極的に発信してほしいと思います。行政も企業も儲ける事や関係機関への忖度で動いてるので何が真実なのかよくわかりませんので。
61	フッ素は虫歯予防になっても、歯周病には効果がない。
62	フッ素入りの練り歯磨き粉を使用中です。北欧のある国では、フッ素入りの歯磨き粉を使用する時、口をすすがないそうです。ゆすぐとフッ素が取れてしまうということを知り、私も実践しています。なれると気にならず、むしろ爽快感が残ります。こうすることで、虫歯が減少したそうです。日本でも広めてほしいものです。 歯科医で教わったことは、歯周病予防のために、歯茎の境目を丁寧に、力を入れずにゆっくり磨くということです。以上二つに注意しております。
63	マウスピースの歯磨きがあるようですが、県であっせんしてください。
64	もう少し気軽に診察を受けられる歯科医があればと思う。痛みがないと診察を受けられないようで、困ります。
65	もっとうまくPRした方がいいと思います。
66	もっと駅などにもポスターを貼って、啓蒙活動していいかと思います。
67	もっと歯に関心を持ってもらえるようPRした方がいい。 中高年以上で歯が欠損している人が意外と多いので。
68	もっと自分の歯に興味を持ち、敬意を払うべきだ。でないと、痛いしっぺ返しを受けること肝に銘じよう。
69	もっと若い頃から歯について意識をしていたらよかったと後悔しています。今更ながら遅いと思いつつ歯磨きを頑張っています。
70	もっと積極的に情報を発信してほしい
71	やっぱり、毎日の歯磨きと歯医者による治療ですね。
72	やはり、歯の健康や、口の健康の大切さを知って意識を高めたり広報に力を入れるべきだと思います。
73	よくPRしてると思う
74	よく噛んで食べることを励行し、1日3回歯磨きをしている。
75	わたしは歯科技工士ですが、歯科医や衛生士だけでなく、歯科技工士にももう少し出る場面を与えて下さい。
76	以前は3か月ごとに歯科医院で健診を受けることができたが、それがなくなったのは残念だ。
77	意外に歯の健康についての勉強をする機会がない。 幼児、小学生の頃から徹底してやる必要があるし、シニア層にも必要。
78	遺伝があるので、対応しきれないケースもある。

79	医療制度？報酬？のせいで、患者一人の治療時間が短く、長期の通院を強いられる。歯医者通いのはじめの一步の決心のハードルが高い。が、風邪と違い虫歯は自分で治せず結局行くことになる。仕事の休みの日、仕事終わりの夜間診療は混んでおり予約が取れず、またまた長期になる。もっと気楽に、献血みたいに虫歯や歯周病のチェックだけでもスーパーの駐車場できるとか・・・。
80	一時歯周病になりかけていたが歯科医に早めに診療したおかげで現在は問題なしですが、2か月に1回歯医者での定期検査で問題はないとのことで安心しています。・・・これからも定期検査を継続していきます。
81	一度しっかりした歯磨きを身に着けると、その感覚から離れられなくなる
82	一般の健康診断と同様に、歯科についても低額の公的負担で歯科健康診断を実施できる制度を創設して欲しい。
83	一番根源に関する事なのに、疎かにされている。 自分もその一人なのだが、毎日の歯磨きや手入れは時間がかかる。 つい疎かにしてしまいがち。 もっと楽にできるメンテナンスなどが普及すれば良いと思う。
84	一部の歯科医でタンパク質分解除菌水をしきりに勧められますが効果は他の方法との違いは？ 口腔洗浄液、価格500ML入り¥3000円で購入。
85	永久歯20本以上に挑戦しています。
86	煙草を数年前に止めました。以前は口臭がきつく、妻からも嫌がられました。この頃は何も言わなくなりました。ニコチンで歯の裏が黒くなりますが、やめてから、歯医者でクリーニングしてもらい、今は、きれいです。そのせいも口臭に関わっていたのかな。
87	欧米では、虫歯を防ぐために定期的に歯科にかかるのが当たり前だと聞いたことがあります。でも、日本では治療のためにしか歯科を利用しない人が圧倒的に多いと思います。私はそれで歯の神経を失いかけて、そこから、毎月メンテナンスに通うようになりました。歯医者に通いにくいの、雰囲気や治療器具が怖いのもあるだろうし、何より、歯医者の数が多すぎることと、場所によって治療費がまちまちということも理由だと思います。 歯医者に通いやすい環境が整うといいのかなと思います。 歯医者は治療だけじゃないということが、もっと周知できたらと感じます。
88	何とんでも自覚して、歯の維持に努めることが重要と思います。
89	我々が子供のころは歯の大事なことが教育されていなかったので虫歯はすぐ抜いたりかぶせたりとその後のことは考えずに治療していたと思う。歯科医さんも丁寧に治療してくれる。ただし時間がかかる。 今は、
90	会社の健康診断で歯科検診をしてもらえたらうれしいです。
91	海外で標準的に行われている施策を、日本でも行って欲しい。また、中高年への施策も検討して欲しい。高齢者となったときでは、もう手遅れになりかねないため。近隣の歯科医がどんなジャンルに知見があるのかなども、行政が主導で広報して欲しい。
92	海外に行われているように、飲料水にもフッ素を添加してみてもどうか
93	外国では水道水にフッ素が含まれている国もあるようですが・・・フッ素歯磨きは高いのでつい安いものを買ってしまうのと本当に効くかわからないところがお金をかけにくいと思っています。どれを買ったらいいかわからないし。こういう症状だとこれを買おうと言うのが分かりやすい表のようなものを配ってくれたらありがたいかな？多分街で出会う臭い人は歯周病なんだろうなと思っています。周知されたいいな・・・
94	外国のように飲料水(水道)にフッ素の添加を国で試行して欲しい
95	各自が正しく歯磨きを行うことが重要だと思います。
96	学校の指導医による歯科検診が年一度実施されているが、児童の場合、年2回は必要だと思う。
97	噛むことがボケ防止になるとのことなので、きちっと噛めることは大事だと思って気をつけている

98	簡単に抜歯してしまい、残存歯を増やす努力をしない技術力・知識の低い歯科医が多い。行政が歯科医を再教育して技術力を高めることが重要である。
99	簡単に物理的治療に進むのではなく、歯の磨き方指導から予防、できるだけ物理的治療を避けた治療を進める良心的な歯科医の紹介や推奨体制をお願いしたい。
100	顔の運動を推進すべき
101	企業の健康診断に歯科健診も義務化してほしい。 息が臭い人が職場にいると本当に苦痛。
102	希望者には 定期歯科検診の時期をお知らせする メールやハガキが県や市から 届くといいなと思います。フッ素塗布の 無料券の配布があれば 嬉しいです。
103	既に大部分が入れ歯になっており、手遅れと思うが、若い時からケアしておけばよかったと後悔しています。
104	気をつけていきたいと思う
105	義務教育で今以上の徹底した歯磨きと口内ケア指導を期待したい
106	休日や夜も診療していると、便利で行きやすい
107	近所に親しい歯医者さんをつくる、私の場合は30年以上お願いしている歯医者さんに3ヶ月毎に歯の健康診断をしてもらう大変有難く歯は健康です。
108	健康に過ごすためには歯は大事です。歯のない状態でよく噛まず物を食べることを長く続けると胃を悪くするなど内臓に負担をかけて健康に良くありません。 歳をとって歯が欠けてくるなどした場合は、早めに歯科医師に相談して入れ歯を作るなどの処置をすべきと思います。
109	健康を維持する食生活の維持のためにも歯は大切だと思うが、ストレスにならない程度の提案をお願いしたいです。
110	健康維持のために、歯と口の健康はとても大事に思う。特に幼少期からの意識付けを行ってほしい。
111	健康健康診査にも歯の検診を勧める事も大切だと思います。
112	健康志向で、歯磨きを毎食後にしている人が多いことは、とてもよいと思います。
113	健康寿命、痴呆症と8020運動との関連性を調査し県民に発信したら如何でしょうか。
114	健康診断で歯の検診がありません。会社の健康診断にも必須にしてほしいです。
115	健康診断のように、歯の検診も受けやすくする。
116	健康診断の一つに加えるとか
117	健康診断の項目に、ぜひ入れるべきです。
118	健康診断補助に歯科検診も付加したらどうでしょうか？
119	県で無料の歯科検診を実施して欲しい。 さいたま市等の中心都市だけではなく他の地域でも。
120	県のHPなどで歯の磨き方などの動画を流してみてもいいかでしょうか。また、磨き方などをポスターのような保存版にして広報と一緒に配布しても良いと思います。 テレ玉でテレ玉の体操のようなものを放映していますが、それを歯磨きバージョンにしていだけでも良いと思います。
121	県の施策についてアンケートを通じて初めて知りました。周知方法等検討していただければと思います。具体的な行動計画等についても積極的にアピールしてほしい。歯科医等に掲示し、わかり易くしてほしい。

122	県を挙げてポスターなどを電車 バス 公共機関にこのアンケートの内容でいっぱい推進してください！ 意識が大切ですから。
123	見た目の若さも滑舌も病気の元にもなり、生活全てに関係してくるので、歯がないから歯磨きしなくていいと言った高齢者に注意していくようはたらきかけてほしい。
124	現在、歯は、問題なく、関心がない
125	現在、歯科医に通院中です。保険診療内での治療範囲を拡大してほしいと思います。歯の治療は見た目も良さも必要と考えます。
126	現在3か月ごとに定期検診を受けて、歯石除去等を行っている。 8020を達成したい。歯周病にならない努力をしています。 現在永久歯が28本あります。頑張るぞ。
127	現在はかかりつけ歯科で月に一度の自費検診を受けている。三年程続けているが、その間にも抜歯している。乳歯が残っていたせいでもあるが、若いうちからのケアが大事だと痛感している。もっと自治体で検診を増やしたり推進した方が医療費削減につながると思う。今はインプラントを検討している。高額な治療費なので補助金があると助かる。
128	現在歯科医に通い治療中であるが、1ヶ所歯が痛むだけで、食生活、睡眠等、大きな影響があると痛感している。 今後は定期的に歯科健診を受けるなどして、歯と口の健康に気を付けて行きたい。
129	現実に歯数が少なくなって色々考えた。
130	現役時代には、余り歯については心配していなかったが、定年直後に胃の全摘を受けたので、咀嚼を含めて歯が唯一の破碎段階になり、内臓への負担を減らすためにも最重要であることになった。今は如何にして現在の自分の歯を長持ちさせるかが、長生きの、家族に迷惑を掛けない生活の重要な一つのポイントであると考えている。
131	個人的な話ですが、私は歯の健康というとても良くない部類に入ります。良い歯医者を探したいところですが、どこの歯科医が何が得意か・・・などが分かりにくく、行ってみたいと分からないことが多いです。(歯科医に限らず、これはどのお店でも同じですが・・・) 自分に合った歯科医が探せるような細かい情報があると、歯科医を探している方はとても助かるのではないかと思います。
132	後期高齢者になると歯が弱くなる。近年、歯医者(クリニック)が増えているがインプラントを勧めるところが多いがこの傾向が続くと後で問題(トラブル)が起きると思う。歯医者は歯のトラブルに抜歯を勧める傾向は以前からあったが、一方で8020などというのは矛盾である。学校教育でも行政でも抜歯せずに治療することの大切さをアピールすべきだと思う。高齢者になったときに抜歯の多さに気がつく事例が多いのが現状なのです。
133	口から衰える、と聞いたことがあります。 元気に長生きのためにも口の健康は重要な課題だと自覚しています。
134	口は食物連鎖の入り口でそこにある歯が十分に食物を砕くことができなくなるとそのあとの工程に多大な負荷がかかります。また、顎を動かすことで脳への刺激ともなり歯がなくなることによって今後の生活のQOLが低下することになります。その意味でも歯磨きは重要だと思いますので、その啓蒙活動を県の方でよろしく願いいたします。
135	口や歯の病気、症状を放置するとどんな病気になるのかをもっと詳しく知りたい。 どういう歯みがき粉がいいのか、液洗浄は有効なのかなども知りたい
136	口腔ケアにかんする指導を健診項目にくわえたらいいと思います。
137	口腔ケアについての啓発活動を強化して欲しいですね
138	口腔ケアについて正しい知識を周知することが必要だと思います。

139	<p>口腔に関する施策は行政が係わるものではないと思います。  なぜなら、内臓疾患と一緒にだからです。  体の中で起こる異常、変化は、一人ひとりの心がけ、食生活の工夫、生活環境の自分の置き方・作り方で大きく変わってくるものです。体重管理と一緒に！  心筋梗塞にならない為には塩分を抑えとか、脳卒中にならない為には血液ドロドロにならない野菜を摂取するとか考えるのと一緒に、歯周病にならない為の努力項目は国民すべてが教育され知っていて、理解している。(でもできないのが人間ですが)  それは歯周ポケットの歯垢除去は歯磨きのやり方、回数、歯間ブラシの使い方などです。それは誰しも判っている事です。  従い、行政の力を入れる所ではありません。  脳梗塞・心筋梗塞が増えたから行政が係わるという事をやっていますか？  やっていないのであれば、歯・口の健康も一緒に県が係わる事はなんてナンセンス、今やっている事は「血圧が上がっていますか」というアンケートをやっているのと一緒に。馬鹿げている。  こんな事を聞くのではなく、健康増進のための施策に繋がるアンケートをお願いします。それは全身運動、体操、歩行という事をどう促進させるかです。  また、地域の健康維持施設は十分か、コミュニケーションできる場があるか、健康維持の意識づけに向ける自治体の活動がされているか、自治会、市行政への働きかけや施策、また県の取り組みの振り返りをする様な発信をするのアンケートが良いですね。  口の健康2080は国(歯科医師会)の発信で充分です。余計な歯科行政確立などの検討は止めて下さい。</p>
140	口腔外科が少ない
141	口臭、歯ぐきからの出血が気になり大学病院で検査、治療を受けて継続して検診を受けていた。最近、がんにかかり検診から遠ざかっている。近くの医者にかかりたいが同等の治療が受けられるか不安が有り、受診出来ない。
142	口臭について知りたい
143	口臭は自分では気づかないので、口臭があるなしにかかわらず、マスク着用するように推進してほしいです。
144	口内衛生が大切なことは理解しているつもりですが、実際、歯医者さんを受診するとなると、途端に敷居が高くなります。駅前など、立地がよく、気軽に検診のみ行ってくれるような施設ができると、立ち寄りやすくなるのですが…。
145	広報でも良いので、歯の健康の特集をしてほしい。どうしても、あまり歯は、健康に関係ないと思ってしまうから。
146	広報などでもっとお知らせを載せて欲しいと思います。
147	広報活動をしっかり行っていただきたい。
148	行政がもう少し『歯の大切さ』普及活動にお金をかけるべき
149	行政指導に頼らず、自分の健康管理は自分でやる！
150	高齢化が進む昨今、特に歯周病の知識を改善策を含めて広く伝えて欲しい。
151	高齢になってからでは遅いので、子供のころから歯磨きを習慣づける指導が必要です、学校などで本気で指導することが重要です。通り一遍ではだめです。自らの半生です。(60代後半から注意したので82才で21本残っているが、もっと早く十分な手入れをしておけばもっと良かったと思います)
152	高齢になるに連れて歯の重要さが身に染みて分かってきた。
153	高齢者がもっと歯医者に通いやすくしてもらいたい。89歳の母は歯が痛くて噛めないと言い出してから急激に食欲が落ちて痩せてしまい、認知も進んでしまった様にかんじます。
154	高齢者でも定期的に検査予防がすごく大切だと思うのでそういう機会をつくれるようにしてほしい



155	高齢者の歯や口腔のケアが受けられるとよいともいます。
156	高齢者は、歯がもろくなっている 高齢者は、基本的に定期健診すべき 高齢者の行っていない人は、県で歯医者に通うように、商品券を渡してもいいから、通わせるべき
157	高齢者は8020運動や各自の積極的な受診診断・治療の姿勢が多く感じられるが、現役世代は、受診機会も御用繁多者が多く、受診を見送る傾向がある。企業人などは、会社の定期健康診断の内容に盛り込むなど施策検討が必要と思われる。
158	今 私は定期的に歯科検診を受けていますが 時すでに遅しで上の歯は一本しか残っていません。そこで若い方々に忙しいでしょうけれどぜひ時間を作って若い時から定期検診を受け老後に自分の歯で気持ちよく食べられるよう心掛けて頂きたいです。 市報や公の広報などでもアピールして頂きたいです。
159	今、残っている歯を大切にしたい。
160	今ある歯を大切にしつつ、インプラントなどを検討したいと思っています。いろんな情報が入手できると良いと思います。また歯科通いから遠ざかってしまった人向けの情報もあると良いですね。
161	今では歯は健康維持の基であることは知っているが、若い頃は意識が低くかった。小学校での歯の大切さの教育がよりなされることを希望する。 インスタント食品や外食の多い生活、歯や唾液の大切さが低下するのが心配です。
162	今に思えば年少の時にもっと歯の治療について関心を持つべきだと思う。
163	今の子供は歯が綺麗で羨ましい。私はずっと歯には悩まされているので、子供の頃からきちんと手入れしていれば虫歯にならずに済むことと、3か月に1度は定期歯科検診に行くように推進したい。
164	今の時代 幼い頃から徹底して 歯の健康を植え付けて 歳を重ねてから 辛い思いをさせないようにして欲しい
165	今まで、歯のことは何も気にしていなかったが、最近気をつけるようにしている。
166	今更ですが、若いころ早めに歯科医院に通っていたらと反省しきりです。
167	今度のアンケートはあまり歯が残ってないので解答困った。歯がないという項目がほしかった
168	今年、40歳なので無料の歯科検診を受けさせていただきました。できたら、毎年またはせめて三年に一度は助成制度があるとうれしいです。
169	最近の歯科事情を知りたい。(保険のきく範囲等、歯から来る病気が多いなら、高額なインプラン等も保険がきくようにすれば、健康な人が増えて国保が助かるのでは。)
170	最低、年に1回は歯科医院での定期診断を受けて歯と口の予防を行う。
171	最低でも半年に一回は定期検診を受診しています。また、マウスピースは寝る時必需品です。歯が歯ぎしりで削られてしまうのを防ぎます。
172	災害予防に備蓄にデンタルウオッシュの常備を県で進めるほうが良い。理由は「すすぎの水が少なくて済む」から。テレビでたまに推奨をやりますが、日本は「洗剤メーカー」でマスコミが席卷されているためそのような「認知度が低い」。自分は長年マウスウオッシュで歯磨きをしていますが効果は絶大で歯周病が治り、知人にも勧めて喜ばれています。歯医者に行く回数が激減します。
173	埼玉の健康施策、特に予防、長寿につながる 食育 に関する施策に センタク集中して健康長寿課に強く要望したい。

174	埼玉県の歯科口腔保健推進計画をはじめ、高齢者の歯や口等の健康管理について資料を集めて、読んでいます。歯科医者等に通り情報収集しながら、歯の管理等について、ご指導を受けています。歯や口内運動等のため、何年も前からガムをかむことに力を入れています。県の後期高齢者対策の歯科口腔推進計画には、改めて感謝申し上げます。
175	三ヶ月毎に定期検査とクリーニングを受けているが、最も大切なのは毎日の歯磨きだと指導されている。
176	使用してはいるのですが、フッ素は体に毒である説もあり、やや不安に思う時があります。
177	四か月に一度定期健診には行くようにしています。
178	子どものころからの習慣をきちんと身に付けること。
179	子供のうちの歯科矯正について知りたい
180	子供の頃の永久歯が生えた時から、歯を大事にすべきだった。後悔先に立たずですね。
181	子供の頃の不養生で奥歯を抜歯したものがあり、今になって反省している状態です。歯が揃った人は見た目にも若く、健康的なので気をつけていく必要があると多います。
182	子供の歯科矯正を続けているので、定期的に歯医者には家族で通っています。子供の矯正について、もっと知識を知りたかったです。あとは定期的に歯医者に行くことでリスクを最小限に保てると思うので、定期健診の推進をぜひ進めていただきたいです。
183	子供の時から今の様な歯の手入れを知っておきたかった…
184	子供の時から正しい知識もち、対応と処置を怠らないことが必要とかがえる。
185	子供時代に正しい歯磨き習慣を身に着けさせることが大事、県も積極的にかかわって欲しい。また、全世代向けに歯と口の健康に関する様々なイベントを県内各地(さいたま市中心ではなく)で開催し施策を推進・周知させてほしい。
186	市の8020運動に興味あり。7～8年前から、歯間ブラシで毎日食後3回、歯磨きし、プラス朝夕2回、の通常の歯磨き実施中。 歯の衰えは体力衰えや不健康の元になると考え、歯ブラシも片目で、比較的高価な歯ブラシを使用中。その成果は大と自負。
187	市のイベントがあるのはいいのだが混んでいるのが嫌だ。
188	市の介護予防で口腔教室に参加します。以前参加して歯の磨き方、いろんな用具を知り、歯ケアができるようになり、助かってます、
189	市区町村が主体となって、成人の歯科検診を定期的に開催。
190	市町村でマウスウォッシュとか配布して欲しい。
191	市町村の健康診断の中に、歯科もあれば良いのにと、思います。 割引チケットとか、あったら、行くと思います。歯が元気で、確か、認知症が緩和したと、聞いたことがあります。がん検診も必要ですが、歯科検診もあったら。
192	市町村国保等の特定健診に歯科健診も入るようになるとういと思います。歯がなくしっかり噛めない、術後の回復も悪いことから、がん連携等の取り組みも始まっています。全身の健康はお口の健康を守ることからではないでしょうか。
193	市役所や公民館などに無料&予約なしでフラッと歯科検診をしてほしい。
194	施策とは関係ないけど、歯科医院はいっぱいあるのに、夜間診てくれるところはほぼ無し。動物病院ですら夜間診察してくれるところがあるのに。施策と言うか、子供の頃から歯の健康について認知させなければ無理だと思う。

195	私が通う歯医者さんは、半年に一度予約を自動的に入れてくれます。そしておハガキで予約時間をお知らせしてくれるので、ちゃんと通おうという気持ちになります。定期的な検診が大事だと思いますので、こういう歯医者さんが増えると良いと思います。
196	私は若い頃事故により歯を何本か失い、差し歯を余儀なくされたので、残りの歯を大切にするために定期検診は欠かしません。いつもダラダラと甘いのみものやお菓子を食べている人は歯の問題が有りそうなので、食事指導も同時に必要と思います。
197	私は年に一回は、歯医者で検診を受けるようにしています。
198	私も下の歯が両側3、4本無く義歯を入れるように考えています。歯が少ないと良く話が出来ない事がありますので早く入れるようにしています。
199	私自身は3ヶ月に一度検診を受けているので必要ないですが、一般的には、歯にも自治体の無料検診があると、より多くの人の虫歯予防になると思います。
200	至近の歯科医に年2回(2月、8月)診てもらい、歯科検診&クリーニングをしてもらっています。
201	歯、口は常に衛生管理をする習慣が大切だと思う。
202	歯が悪いと胃にも負担をかけることになる。
203	歯が元気であることは、食べることだけではなく、身体の健康全体に関わることなのだと最近感じるようになった。大切さを感じるようになりました。
204	歯が少なくなったりすると、脳卒中、心臓病、認知症などの、歯と関係がないと思われる恐ろしい病気になったりすることがあるので、歯が無くなることに十分注意して、健康に気をつけていただきたいです。 歯があることが健康の第一歩であると思っています。
205	歯だけは、放っておいたら絶対に悪くなる一方だと子供のころから言って聞かせ、みんなが生涯にわたって定期的に歯医者に行くことが習慣になるといいと思う。
206	歯と口の健康に関心があってもお金をかけずに出来る対策を知りたいです。
207	歯と口の健康のために、未病の診断について保険適用、減額措置等を行い、受診者を増やしていくべきである。
208	歯と口の健康の大切さと年一度は検査を受けることの必要性などを県報や市報などで時々、報じることも必要ではと思う。
209	歯と口の健康状態の診断や、健康指導等を気軽にしてくれる歯科医院が身近にあればいいなと思います。そのような指定医院制度はないのでしょうか。
210	歯と口は、健康の源なので3ヶ月に一回診断をしております。しかし、歯科医のスキルによって3ヶ月に一回診断を訴外する要因となるので歯科医の品質向上をお願いしたいところです。
211	歯と口内に関する情報や施策はあまり目にしたことがないように思える。検診時やイベントなどでも専用のブースなどを設けてもっとひろく知ることができる機会が増えるといいと思います。
212	歯と歯の間の隙間が多く出てきて食物がその隙間に挟まり不快感がいつも残ってしまうため食後不快感が気になってしまう。
213	歯と歯茎の大切さ、そして、健全な歯の有難さを感じています。口からの他の重大な病気への移行も最近知って、尚更の感です。この大切さを広報などで広く知らしめていただきたい。
214	歯については普段は考えることはなかなかないですね。これを機に考えていければと思います。

215	歯にフッ素が良いのは分かるがフッ素が体内に取り込まれる影響については分からないので本当に大丈夫か？と思う 子供に使うのはやや心配になる
216	歯の詰め物、かぶせものに対する保険適用を拡大して欲しい。保険の詰め物だと、将来やり直しが必要になって、返って歯を痛めてしまう。先のことを考えて詰め物かぶせものを選んだら保険が適用されず高額だった。
217	歯の健康が体全体の健康にも関係していることの周知はとても大切です！職場でも昼食後には歯磨きをしていますし、もちろん夕食後もしています。またキシリトール入りのガムは日常的にかんではいます。
218	歯の健康だけでなく 質問の中に 咀嚼が肥満防止に繋がると言う様な問いかけがあったら良かった。
219	歯の健康と体の健康の因果関係は何となく知っているが、具体的にどのように影響するのかは知らなかった。歯間も含めて、歯磨きは丁寧にしている。
220	歯の健康に気を付けている人は、どこも悪くなくても定期的に歯科医院に行っている。歯にトラブルを抱えている人ほど、病院に行っていない。痛みを感じても、人に勧められても病院に行かない。そして、徹底的に悪くなってから初めて医者にかかるということになっている。自治体で無料の定期健診をしてもたぶん来ないだろう。半ば強制的に検診をうけさせるしかないのかもしれない。
221	歯の健康維持の大切さについて、引き続きその意識向上に取り組んでください。
222	歯の健康管理はおろそかになりがちで反省しています。
223	歯の健診のクーポンを1年に1回無料にする
224	歯の検診は必要と理解しながら、なかなか足が向かない。まずいまずいと思いつつ、すぐに死ぬ病気につながらないような気がしている
225	歯の検診を受けないといけないと思ってはいるものの中々受けれておりません。職場の検診に歯の検診もあると良いなあと思います。
226	歯の検診を受けやすい施策があると嬉しい
227	歯の検診を促進するために、検診を受けた人に何か恩恵がある施策があればと思うが。
228	歯の治療・点検を怠ったことを後悔しています。 歯の大事さの啓もうと、気軽に歯医者に行ける社会環境を向上させる必要を感じます。
229	歯の治療には信頼できる医師を選ぶことが大事だ。体験的に強く感じている。現在8024を保っている。
230	歯の状態良し悪しに関わらず、定期健診は必要だと思う。虫歯が無くても歯医者に通うべし。
231	歯の大切さをしみじみ考えるようになり、年1回は歯科医院に行くようにしています。ただ問題もあります。一度歯科医院に行くと先生がなかなか終了を言うてくれません。通院期間がもう少し短くなればといつも思っています。
232	歯の大切さを若い時から認識していれば、と後悔しています。小学生時代に虫歯になり、簡単に歯を抜いてしまったことを悔やんでいます。戦後間もない頃は、歯医者さんの認識も不足していたように思います。幼稚園やこどもに対する教育を徹底すべきと思っています。
233	歯の大切さを必要以上に心かけている。脳梗塞にも関連していると知り、毎月一回歯科に通院して、歯のクリーニング受けている。現在虫歯ゼロ、入れ歯ゼロ自分の歯25本で先生にほめられています。これからも良く手入れして現在の状況を心かけるように指導受けている。
234	歯の定期健康診断を実施して無料にする。
235	歯の定期健診は受けていない。歯が痛くなると歯医者に行く。
236	歯の定期検診も健康診断に付け加えると良い

237	歯の定期検診を3カ月に一度受けているがインプラントが多いせい一回当たり一万円(健康保険適用外)と高い もっと安い方が良い
238	歯の並びが良く、白い歯を維持することは、顔の美容に良く、見た目に良いので、常に歯をきれいにしています。
239	歯の保険治療はグローバルスタンダードに比べて、40年も前の水準とのこと。 まともな治療を行おうとするとほとんどが自己負担となる日本の保険治療レベルでは高齢化社会で健康で長生きする一番大切な歯を維持出来ない。 歯の保険適用の技術を更新することが破綻寸前の保険制度を維持するための最重点政策と考える。
240	歯の保全は、体全体の健康に役立つので、いつまでも健康な歯を保持していきたいと考えています。
241	歯の磨きすぎに注意、現役時代(30歳~60歳)一日3回歯を磨いていた為歯の象牙質が削られ歯の根元がえぐられている。 反省:歯磨きのし過ぎ:過ぎたるは猶及ばざるが如し。
242	歯は、健康にとっても大事だと思いますので、「彩の国だより」などで、啓発活動する事もいいのではないかと考えます。
243	歯は健康にとっても重要だと思うので、その点の広報が必要だと思う
244	歯は元に戻す事ができないので、とても大切だと思う。 死ぬわけじゃないから市の健康診断などにも無いけれど、定期健診の補助とかがあると助かるな一と思いました。
245	歯は治療より予防が大事だから、小学校だけでなく、中学校や高校でも歯の磨き方を繰り返し指導することが、大切である。
246	歯は重要なので、年二回検診を受けてます
247	歯は人間の健康のかなめ 3か月に1回は定期健診やってます。 もっと啓蒙したほうが良いと思います。8020運ふおうと合わせて。
248	歯は大事にしています
249	歯は大事にしています。私には十分歯の重要性を見聞きする機会があったので、それなりに情報は行き渡っているのではと思います。
250	歯は大事にしましょう。
251	歯は大切です
252	歯は大切です。
253	歯は大切です。実感しています。
254	歯は特に大切にしてきた心算でしたが、もうすでに上下ともに入れ歯です。残念ながらそれでもしっかりした噛み合わせを守るために、通院中です。
255	歯は比較的丈夫と思っている。虫歯になると我慢しても痛みは消えないので、必ず医師に診てもらおうとしているが、現在虫歯は無く、医者には通っていない。毎日子供のころから牛乳を飲んでいるのが、いいのかもしれないと密かに信じている。磨き過ぎないのも歯にいいのだと聞いたことがあるが、真偽は不明。 歯は大切。市の健康診断の項目に入れて頂くのがいいと思いますが、いかがでしょうか？
256	歯は磨いて清潔にしていきたい。8020は実行したいです
257	歯は毎日使う部位なので、重要性和虫歯や歯周病などの予防法を、日頃からテレビや新聞などで老若男女に知らせることが、大切だと思う。

258	歯ブラシ・デンタルフロス、以外に水流で汚れ落とすと言われるが商品として市場に余り出回っていない、適切な価格で市場に出れば使用したいと思います。
259	歯も体の一部として健康のために何するかとの思いで大切にしたいと思っている。
260	歯や口腔に問題があると全身に支障を来すことを、もっと知らしめてほしい。 小中学生は歯科検診があるが、高齢者にも自治体や歯科・口腔外科が積極的に関わってほしい。 父は肺炎で亡くなったが、歯周病などももしかしたら影響していたかもしれない。
261	歯や歯周病だけでなく、『噛む』ということにもっと注目してほしい。
262	歯を磨くのはもちろんですが、食事や物をいただく時は物をよく噛むことが、大切である。口をよく動かすこともいいと思います。
263	歯医者さんがいつも混んでいて予約が取れないことで、継続できなくなる
264	歯医者さんって1回の治療は5分10分で終わるし、次の予約まで2週間くらいは開くし、おまけに高額だし、継続が難しいですね。
265	歯医者さんでは口臭に関する助言を聞かない。。もちろん内科等の受診が適切と思われるが、歯磨きと口臭対策も併せて歯医者で、指導しては。 よく歯磨きは、歯磨き粉がのこっている位がいいと言い、一方でマウスウォッシュなどでは、磨いた後これによるクチュクチュが良いという。歯磨き粉が残っていると邪魔をするのではと疑問がでる。
266	歯医者さんにかかると何かとひきのばされてなかなか治療が終わらないので足が遠のきがちです。もう少し歯医者さんの方で続けるべき治療なのか、そうでないのか、よく説明し、患者の立場で選択権があるといきやすいですね。
267	歯医者さんに予約をとるのを思い出しました(^_^)
268	歯医者さんの定期健診費用を年2回くらい安く見てもらえるといいなと思います。 後、痛くない歯石除去もお願いしたいと思います。
269	歯医者さん通院は、収入によって左右されると感じる。 定期的に通えばよいが、収入が安定していないと難しいと感じる。 40歳以上は、通院した方がよいとは思うが。
270	歯医者で、歯を削りすぎると問題があると本で読んだので、削りすぎる歯医者に行っていた事があるので将来が心配。
271	歯医者で薦められ、歯間ブラシを使用すると、歯間がスッキリし、歯槽膿漏予防になる。
272	歯医者のピンキリが大きすぎる。もう少し統一性を持たせられないものだろうか？
273	歯医者の言う通りしてはダメだ！！
274	歯医者 of 資質として、説明力を持ってほしい。何をどうするという説明が口頭で頭越しでは理解しにくい。希望した治療が誤解されてうまくできなかった。保険適用なので再修正できないと言われ、追加の入れ歯を装着した。
275	歯医者 of 質が悪いと健康推進の障害となります 私の場合 説明もなく健康な歯を削られ被せ物をさせられました そういう悪質な歯医者がいれば なかなか行きたいと思わないです そちらも管理して頂きたいと思います。
276	歯医者 of 質の向上が望まれる。 歯医者によって、予防の指導などがないところもあるし、サービスや治療もかなり違うと思う。
277	歯医者 is ちよつとずつしか診察がないので行く人も少なくなっていると思います 1本でも多く自分の歯を維持するためにも少し考えただけるとありがたいです

278	歯医者には嫌いで、我慢出来ない痛みになって行く方です。 歯の健康は大事な事と分かっているんですが。 歯は、昼と寝る前に磨いているだけ。
279	歯医者には個人病院がほとんどなので、歯医者個人の技量に大きな差があるように思う。大規模総合病院の中に歯医者も入れてほしい。
280	歯医者には行きにくい。
281	歯医者高いんですね。
282	歯医者選びが難しい。 歯医者で、どのような方針で治療するかとか、どのような経験があるかわかるようにする仕組みを作りたい。
283	歯科のクリニックってほとんどが予約診療で完治まで時間が掛かる。痛い時や診てほしい時に治療して、すぐに直してほしい。 年に一度、無料検診を自治体で行ってほしい。(40歳以上とか)
284	歯科の受診料を安くして下さい
285	歯科は、かかりつけを決めているが、診療を受ける時には、予約が必要になるため気軽に受診できなくて困る。受診できても、待たされるのも困るが、都度予約が必要では、かかりつけとは言えないので、最近他の歯科に変えようと考えている。
286	歯科は一般の健康診断と比べるとあまり関心が高くなく、検診を受ける人が少ない印象があります。 啓発もですが、検診クーポンなどがあれば(既にあるようならより周知されれば)ありがたいと感じます。
287	歯科も人間ドックに含めてほしい。
288	歯科医での定期検診が最有効です(年3~4回検診、経験上です)
289	歯科医での定期的なクリーニングの促進を提案します。費用は、医療保険あるいは政府による補助の対象にすると良いと思います。
290	歯科医によって技量に差がある。どの医者にかかっても同じような医療が受けられるようにしてもらえれば、かかりつけ医も決められる。
291	歯科医に四月から主人が通っていましたが、(その時は、軽い虫歯みたいでしたが)歯科医から、きちんとした説明もないままに虫歯の治療ではなく、歯周病の治療に取り掛かりました。もちろん歯周病の治療の大切さは、わかっていますが、何だかんだと虫歯の治療をしなかったために5ヶ月たって、やっと虫歯の治療を開始したら、それまでに、虫歯はすっかり悪化して、虫歯でなかった歯まで悪くなり、極端に削る羽目になりました。色々歯科医は、考えがあったのですが、やはり患者には、わかりやすく丁寧に説明してほしいと思います。歯と口の健康推進は、とても大切ですが、まずは歯科医の患者への対応も、行政で指導してほしいと思っています。
292	歯科医に定期的に行きたいのですが、保険診療でも結構何回か行くと高く足が遠のきます。もっと安価で、頻繁に行きたい！と皆が思うような社会になればいいのですが。
293	歯科医の受診は痛みを伴うため尻込みしてしまう。いつも、本当は歯医者に行かないといけないんだけど・・・と思ってもなかなか受診できない。気軽に相談したり、口腔内のチェックが出来るものがあつたら良い。
294	歯科医の紹介ページをつくる(web)
295	歯科医は、歯磨き粉を使わない方がいいと、指導されます。しかし、フッ素入り歯磨き粉は、いいと思うから使い続けてます。どうしたらいいか、迷ってます。
296	歯科医院では、口臭対策指導を、もっと積極的にしてほしいです。
297	歯科医院とコミュニケーションをとる。

298	歯科医院に長く行っておらず、歯と口に関心を持っていなかった。この質問項目で初めて知った知識もあった。歯と口の健康について情報発信を進めてほしい。県内の歯科医院と連携できれば効果は大きくなると思う。
299	歯科医院の定期検診の重要性を実感しています。
300	歯科医院の飽和もあるので、受診機会の拡大の施策を望みます。 夜間や休日に受診できる機会を増やし、働き盛りの世代や、小売・サービス業従事者が受診しやすくすることを期待しています。
301	歯科医院はかなり先まで予約が埋まっていて、短期間で治療を終えたいのに、受診しづらい。街中の歯科医院は増えすぎたように感じるが、なぜ予約でいっぱいになるのか。
302	歯科医院は数多くあるが、「ここ！」といったところが見つかりづらい。良いなと思っても、費用が高かったり。平均的な費用を提示してくれる指針が欲しい。
303	歯科医院は多い割に口コミはあてにならず、ずいぶんいやな思いをしてきた。 やっと見つけた、かかりつけ医が突然閉院して困っている。 治療法が最新のものであるとか、夜や休日にやっているとか、HPが見やすいとか、予約があいているとか(人気があれば取れない)、ネット予約ができるか、そこまで調べないと安心していくことができないのが歯科の特徴だと思う。 もっと気軽に行けるといいのにと感じる。
304	歯科医院は沢山あるが、とにかく治療に時間、日数がかかりすぎる。 途中で通院をやめてしまう事もあり、予約時間に行っても長時間待たされる事もあるなど、とにかく何とかならないものかと思う。 歯の健康については、それなりに重要であることは理解しても、気軽に歯科に行ける環境が整っていない気がする。
305	歯科医院は段差がある所が他の医療機関と比べると多い。 バリアフリー化を県が支援してすすめるべき。
306	歯科医院は通う期間が長すぎる
307	歯科医師の立場をもっと優遇してほしい
308	歯科検診に昨年まではよく行っていたが、忙しくて行けなくなってしまったので、近々再開したいと思っています。
309	歯科検診の義務化を希望。
310	歯科検診の時に、歯磨き指導を義務づけてほしいです
311	歯科検診をもっと周知すると思います。
312	歯科治療にも公的補助を設けて欲しい。
313	歯科治療に対して補助金みたいなものがあれば歯科医院に行きやすくなると思います。
314	歯科治療費が他の治療費と比較して高い。
315	歯間ブラシを、使う事です。
316	歯間ブラシを使うことで、歯の劣化防止と歯周病予防に効果があると実感しています。 行政としては、特に、将来ある子供たちに歯と口の健康の大切さについて啓発してください！
317	歯茎の専門医が少ない。
318	歯周病が色々な病気につながることからもっと、県で徹底して検診や、予防法など推進してほしい。伊奈町の歯周病検査で歯科医に行ったが、結局は他のケアまですると高額になってしまった。特定健診のように、完全無料で受けられる施設やケア、予防法、推奨歯磨きなどおしえてほしい。
319	歯周病などの歯の病気の予防の認知度が低いので、予防に対して講演、講習を自治体で積極的に行ってほしい。



320	歯周病などは余病の原因となることをPRすべきである。
321	歯周病の啓発及び歯磨き指導。
322	歯周病の予防、ケアには注意しています。 いろいろな病を引き起こします。日頃の対策が重要だと思います。
323	歯周病予防を積極的にしたい。
324	歯石除去に力を入れている歯科へ行くようになってから歯周病の状態がかなり改善した。痛くなる前の手入れの重要性が周知されると良いと思う。
325	歯槽膿漏や老化で下がった歯茎を戻す方法があれば、治療したい。
326	歯並びが悪いため、歯や歯ぐきのことは気を配っています。かかりつけの歯医者さんが、歯の神経を抜かずになるべく残しましょう、という方針のため、定期的に歯や歯ぐきのチェックを受けています。フロスや歯間ブラシの使い方も学びますが、時間が経つとどうしてもきちんと出来てない部分があるので、定期的な検診はかかせません。 成人病と歯の健康が密接していることを知り、気をつけています。日々歯磨きを怠らないような注意喚起が必要だと思います。
327	歯磨きに併用して歯茎マッサージも励行している。歯周病予防には効果あります。
328	歯磨きのトレーニングが必要。歯科医ではついで程度の指導である。 歯間ブラシ 歯ブラシ のただしい使い方 汚れが取れているか 徹底的な指導が必要。歯の治療に入る前に汚れおとし技術をマスターさせることが治療効果を促進させると思う。この領域に関し正当な料金を設定すべき。
329	歯磨きの効果や、歯がなくなることによってどうなるかをもっと告知や掲示をしてほしい。またセミナーなどでも教えていただく機会を増やして欲しい
330	歯磨きの仕方とか、健康に良い方法とか知りたいですね。
331	歯磨きの仕方を早いうちに指導する。電動歯ブラシは歯肉に良くないということを明らかにする。
332	歯磨きの大切さを子供の時から、指導することが大切。
333	歯磨きは1日3回以上することを心掛けています。
334	歯磨きはいいい気分転換になります。自分で自分のケアをしているので気持ちも前向きになれるし、もしかしたら鬱にも効果的なのではないのかなと勝手に考えています。できたら、そういった心療ケアとの関連性も調べて報告して欲しい。
335	歯磨きはただ磨くだけでなく磨き方が大事であると歯科医に教えてもらいました。 正しい歯磨きの仕方を周知することが大切だと思います。
336	歯磨きをした後にすすがない方がいいことをもっと周知してほしい。
337	歯磨きをしっかりしなかったことと、歯医者で少しのぐらつきの歯を抜いてしまったことにより入歯になりました。歯は大事にしなければならないと思っています。
338	歯磨き教室的なイベントで歯や口の健康増進をPRする。
339	歯磨き粉、歯ブラシの選択が難しい。電動歯ブラシは、歯周病発症のもとになると思います。
340	歯列矯正を保険適応にするべきだ！
341	治療をしたいが、どこの歯科医が親切で良いか分からず、治療を保留中です。
342	自治体の定期無料検診があるとありがたいです。
343	自身は遅きに失したとの思いです。若い世代には、後悔をさせない様な施策推進を期待いたします。
344	自分がトラブルを抱えているので、健診や治療は早目に行えるよう、多くの人にPRしていただきたいと思っています
345	自分にあった歯磨き材を見つけることが必要。

346	自分の健康の為に時間を費やすゆとりのない世代も、テレビを観ながらの歯磨きでもいいんだよ、などと工夫の仕方を伝えてみるのも良いかと思います。
347	自分の歯で（入れ歯でない）食べ物を噛んで一生を終えたい。
348	自分の歯で高齢になっても生活するためには若い時からのケアが大切である
349	自分自身、糖尿病が原因の歯周病でほとんどの歯が欠けたり抜けたりしてしまいました。しかし、丁寧な歯科医師さんにお世話になっております。残った歯でしっかり噛んで食事出来るように指導頂いてます！感謝です。死ぬまで歯は大事なんだと若い頃は思わなかったです。歯は大事です!!
350	自分自身が一番困るので、日々気をつけています。
351	自由診療が高すぎる
352	失って大切さを実感してます。
353	質問7の歯周病が原因で発症する病気が色々あることをあまり知りませんでした。彩の国日より等でもっとPRしてもらいたい。
354	社会人になると歯科についての健康診断は自分から行く必要があるので年に一度は歯科医に診てもらおうようにしている。テレビ番組、ネット情報、雑誌情報などから関心のある内容や記事は切り取ってファイルに入れている。それだけ歯は生きていくうえで大切という認識でいる。
355	社会人の健康診断の一環で、歯の定期健診を取り入れてほしい。
356	若いころは虫歯もなく歯のこと自体全く気にしたことはなかったのですが、年齢とともに徐々に虫歯が増えてきて、治療することが多くなり、今では歯磨きも時間をかけて丁寧に言うようにしています。その効果か新しい虫歯はありません。
357	若いときからもっと気をつけていれば良かったと思う。
358	若いときは忙しくて、歯のケアしなかった、70歳過ぎて後悔しています。
359	若い頃より 歯や口臭に 健康に 気を付けている。
360	若い時から歯を大切に・・・
361	若い時には歯の健康、病気に無頓着であったため、現在、惨憺たる状況になっており大後悔しています。若いうちから歯の健康に社会、親、友人の意見に耳を傾ける癖をつけておくことが、真に大事です。
362	若い内から会社において昼食後歯磨きの習慣が必要と思います。会社勤務の時昼食後歯磨きをすることになんとか後ろめたさがありました。若いうちから会社（及び会社健保）が率先し歯の大切さの指導も必要と思います。
363	手術で胃を食道再建に使いました。そのため、歯を大事にしてよく噛んで食べ物を吸収しやすくできるよう努めています。質問7で、「歯周病が様々な病気の原因となり得ることが指摘されている。」とのことですがマスキミや周りの人から見たり・聞いたりして知っているものが何もありませんでした。何か知らしめる方法はないでしょうか？私は歯に関してはかなり気を使っているつもりですが、大変不安になりました。病気をしたことの無い方はもっとご存じないのではないのでしょうか？
364	集団検診が必要ではないか。
365	集団検診等はあるのでしょうか？
366	重曹うがいでは十分では
367	徐々に歯の間が広がって食べかすが挟まるようになってきました。歯の定期健診も行きたいと思いますが一度行くと何週間も通う羽目になってしまうため足が遠のいてしまいます。
368	小さいうちからの定期検診を受けれるよう地域で推進する。
369	小さいときから歯のケアの重要性を周知する必要がある
370	小さい頃の嫌な記憶、恥ずかしさなどから、痛みがない限りは受診したくない。

371	小さい頃の歯医者さんの嫌な記憶から、歯医者さん嫌いでしたが、いまはよい歯医者さんが近くにできて、痛みも少なく治療してもらい、助かってます。 技術も機械も進歩しているので、そういう情報が知りたい。 今までは子どもの歯ばかりでしたが、これからは自分も高齢になるまで気をつけていきたい。
372	小学校では昼食後に歯磨きタイムがある学校が多いが、中学校、高校でも導入してみたいか がでしょうか。口臭が気になる年頃かもしれないので、強制でなくて任意で構いませんので県 の政策として実施してみたいかでしょうか。
373	小学校など集団でしてたころはちゃんと歯を磨いていたのですが、一人暮らしになり、自堕落な 生活をしてたので3食後から就寝前へとだんだん減っていき、時々忘れる始末です。年齢を重ね るにつれ、大事になることは頭ではわかっているのですが・・・。
374	小学校の歯科教育は本当に大事だと思う。学校だけでなく家庭に帰ってからも実践されなけれ ば効果は薄いと思うので、保護者に対する啓蒙も必要。これだけ歯周病に対してテレビやマスコ ミ・企業の宣伝が溢れているのに、浸透度は今一に感じる。高齢になってから悩まなくてもいいよ うに、ケアの必要性を有線放送に組み入れたり、自治体の機関紙や回覧で日頃の歯磨きと口中 衛生への意識付けを強めて欲しい。
375	小学生の時に、授業の一環として歯について学びました。これは歳関係なく、学びの時間をもっと 設けるべきだと思いました。なぜなら、歯について認識不足の人も居ると思うからです。しかし、 社会人になるとその時間を取ることも大変になってくるので、例えば健康診断の際に周知できる よう、広告を配布したりするのが良いと思います。
376	小中学生の子どもには虫歯を作らせないように仕上げ磨きをしていたが、虫歯が出来たのが悔し い。フッ素塗布の場合も保険や無料になると良い。 自分が子どものころ、もっと口の健康についての情報や知識があったらと、残念でならない。 歯医者選びを失敗して、無駄な治療を受けた。しかもブリッジのように奥歯は4か所全て、銀歯で つながれた。歯科医トラブルの救済施策もお願いしたい
377	地元では、今年度から小学校でのフッ素うがいが始まった。初年度は、歯科医師会で負担してく れるものの、その後は保護者負担となるのは納得がいかない。必要なものだとわかるものの、 何でも保護者負担にするのであれば子育て世代の負担が増えるばかりである。歯医者さんの販促費 とみなして、パンフの配布と抱き合わせで引き続き歯科医師会で負担してほしい。
378	食べるために生きているので、歯は大切であることを病気も含めてアピールすべき
379	食べ物が噛めなくなると困るので 歯磨きだけはしている。
380	食後の歯磨きの励行、寝る前の歯磨きを習慣化する。できないときは、口腔内のうがいを必ず行 う。
381	食事の後必ず磨がき、口腔液でガラガラする。外出先で食べれば指等でうがい。歯は健康の基 本。
382	食事後は必ず歯を磨き、食べ物のかすを取り去ることが大切である。また歯ぐきを丈夫にするよ うに、歯ブラシで刺激するようにしている。
383	信頼できる歯医者さんを知りたいです
384	親知らずは斜めに生えたので4本とも抜きました。入れ歯でなく差し歯にしています。
385	診療報酬により治療が停滞すること避けたく。 治療が完了するまで歯科医に診療報酬を与え、丁寧に治療するよう指導してほしい。
386	人間ドックの際に歯科部門があると便利だと思います。
387	推進していただきたい
388	水道の水の中に含まれるフッ素の割合とか、公表してほしい。 年一回の歯の無料検診を実施してほしい。
389	水道水へのフッ素添加は検討しないのでしょうか？

390	数年前から上下とも入れ歯となっています。そろそろそれも変えないといけないうです 入れ歯は面倒でも大変助かります。
391	数年前から電動歯ブラシを使うようになって、歯茎の炎症がなりづらくなった気がします。あとは 歯間ブラシは夜はやるようにしています。
392	世界からすると、銀歯は安くて作りやすく、安価だけでも、見た目が良くない。強度があり、見た目 が良いものを、安価にしてもらいたい。歯根を残す治療の確定。歯を抜かない治療法。歯の再 生。
393	正しい口腔ケアについての街頭活動や高齢者施設や小中学校での啓蒙活動など積極的にやっ てほしいです。
394	正しい歯磨きの方法を、周知させる。
395	生きた歯を削ることは絶対にしない歯医者であって欲しい。私はブリッジをするために支柱とな る歯2本を削り、そこが虫歯となって知らない間にダメになってしまいました。その後、歯医者嫌い になりました。歯が痛くならないと歯医者に行かなくなってしまったのです。
396	生まれつきかどうかは分かりませんが、小さい時から綺麗な歯と褒められていました。 が、最近は小さい虫歯が気になります。
397	生まれ変わったら、虫歯ゼロで生活したい。(歯磨き等を徹底して行う)
398	昔は3か月に1回歯科で検診をしていたが法律の改正で半年に一回となりこれから心配です
399	先日、母が梨を食べて前歯が折れたと歯科医院に行きました。そんなに固いものではないのに、 ちょっとしたタイミングだったのでしょね。高齢になると歯茎だけではなく、歯そのものも脆くなると 実感しました。今は入れ歯が入りましたが食べづらいそうです。
400	全国的に歯科医院ばかりが目立って多くなりましたが、歯科医師のレベル低下を強く感じており ます。 私は(転勤族であり虫歯にもなり易かったので)全国のかなりの数の歯科医院で治療を受けまし たが、しっかり説明して治療をしていただいたのは約1割程度の歯科医院ではなかったかと思 います。 特に最近は、最新機器を導入された医院が多く、(納得できない治療のために)病院を変える度 に撮影等をされますし、月に何回も通うのに治療代が本当に高過ぎると思います。 歯の治療に関しては特に、(個人情報とかの関係もあるかと思いますが)全国どこの病院でも過 去の治療履歴がオンライン等で確認できるようにするとかして、医療費の抑制に是非つなげて欲 しいと思います。 (追伸) 職業欄に「アルバイト」も選択できるように宜しく願いいたします。
401	総入れ歯なので、回答に自信がありません。
402	総入れ歯の自分には、回答しづらい間ばかりです。
403	地元市の年一回の歯のイベントには、なるべく家族で出るようにしている。
404	多少歯並びが悪いが、丈夫なので あまり気にしていません。
405	体験談がいちばんかな
406	大学生以上になると、歯科検診の機会がない。 せつかく虫歯zeroだったのに、残念なことになってしまいます。
407	大事な問題なのでしっかり公報してほしい
408	大人になってからの歯科検診が、虫歯予防及び歯周病予防で重要であると思います。
409	地元の8020検査で表彰されて以来、特に歯を大事にしています。歯に異常を感じたときには直 ぐは医者に行きます。
410	中学校のときに、「良い歯の子」に選ばれました。その後特に気を付けていませんでしたが、姪の 婿さんが歯医者さんで、歯石があると指摘され治療を受けました。以来歯の健康に注意していま す。定期検診を受けて8020運動に心掛けています。

411	虫歯がいろいろな病気を引き起こすならば、子供のころから県は手厚くケアすべきだと思います。
412	痛くならないと歯医者に行きませんが、それではいけないと思っています。
413	痛くならないと歯医者へはなかなか行かない質なのですが、いざ痛くなると本当にしんどいので、やっぱり定期検診が大事だなと感じた。
414	定期健康診断のメニューに組み込む
415	定期健診(年2回)でリフレッシュしています。
416	定期健診の実施と効果について、PRを強化してほしい。
417	定期健診補助など
418	定期検診でも高い。 定期検診に行くと必ず2回行かなければいけない。 何とか一回で終わらして欲しい。
419	定期検診の内容や対象者等についてよくわかっていません。皆がわかるように広めていただきたい。少し有料でも健康診断のように皆が受けることを基本としてその時に大人もフッ素を塗っていただくシステムはどうでしょうか？
420	定期検診を無料化にするといいです
421	定期検診無料で出来るようにしてほしい 福祉センターでもいい
422	定期的な検診を行っていますが、自分自身の手入れが肝心なのが分かりました
423	定期的な歯科検診や歯石除去の必要性を感じているものの、どこで幾らで実施してくれるか良く判らず、結局、何らかの症状が出た時に、「他に悪い所はないですか？」「歯石除去もお願いします」という形になってしまっている。 自治体等の広報誌に時々取上げると共に、できれば歯科医院の看板等にも、定期検診に関する事項(費用、所要時間等)を明示してもらえると有難い。
424	定期的に歯科医さんのお世話になっています。
425	定期的に歯科医に通院している。
426	定期的に歯科医を受診する様、心掛ける。 歯科医師会や県、市等で啓発運動を行う。
427	定期的に歯科医院行く。
428	定期的に歯科検診を受けることの大事さを訴求すべき。歯医者に行くことが、虫歯になって初めていくものだという先入観を払拭すべき。
429	電動の超音波歯ブラシを使うようになってから虫歯にならなくなりました。もう10年以上虫歯はありません。 電動歯ブラシはうちではみんな使っています 歯並びが悪い人は効果があると思いますよ。
430	頭部の中にあるので必ず影響があると思う。ちょっと気づくのが遅かったかも????
431	働き盛りの40~50代の方が定期検診に通えるように夜間あるいは休日に開いている歯科医院があるとよいと思う。月1回はそういう時間に開いているように県から指導はできないものか。救急の当番医とは別です。
432	特に、歯周病が、高齢者は気になります。 歯の年1回の検診は、必須です。
433	特定健診でも歯の検診を義務化すべき

434	特定健診は主に体の検査ですが、歯科定期健診(歯のクリーニング)も対象にして、各自治体の補助を受けられるようにすれば、予防に努める意識が高まり、身体的な病気を防いだり、重症化になりにくくなるので、社会保障費(医療費、介護サービス)の抑制、削減につながると思います。
435	日頃からできるケアは行い、定期歯科検診は受診することが必要と考えます。歯周病で後々健康な歯を失うことが健康生活に大きな影響を与えると、つくづく実感しております。
436	日頃から歯磨きなどの口腔ケアに留意し、毎日歯磨きを励行し、年に2回以上歯医者に通うことが大切と思っています。
437	日常生活の中、ちゃんと手入れをすればと思います。
438	日本人には歯が悪い人が多いようです。これは口腔衛生の重要性が一般に周知されていないためだと思われます。学校教育でも子供のころから歯の健康に与える影響について学ぶ必要があると思います。
439	乳児、小児の時期の教育、習慣化が最も重要だと思うので、何か施策を実施する際は、何よりも先に未来ある乳児小児から始めてもらいたい。そして、年一回ではなく、最低でも四半期に一度に実施するようなものがよいと思う
440	乳幼児、幼児、学童などの子供及びその父兄への、指導・管理を徹底してほしい。歯は人の人生にとって本当に大事です。
441	乳幼児から高齢者に至るまでの施策が講じられているようで大きな取り組みをしていると感じました。口腔ケアの関心は個人差が大きく、あまり気にしない人はよほどの必要性を感じない限り何もしないこともあります。毎食後の歯磨きが習慣になっていない場合や、高齢者などで自分で十分な歯磨きができない場合もあります。今は便利な電動歯ブラシや歯磨きグッズもあるので、情報提供を広く行っていただけたらいいと感じました。
442	入れ歯やインプラントの技術が向上したとはいえ、食事をしないと生きていけないので自分の歯を健康に保つことがデメリットもなく一番だと思います。また、歯周病の怖さや正しい歯磨きの方法を意外と知らない人は多いと思います。私も歯間ブラシを使う習慣が親になかったので糸ようじで済ませていましたが併用するようにしてから歯周病が改善されました。そもそも歯医者は苦手だと検診に行かないという知人もいました。口臭は自分で気付きにくく他人からは指摘しにくいのでそういったところも、周知されるようになればいいと思います。
443	妊娠、出産を機に歯のメンテナンスの大切さを聞き、改めて気をつけるようになった。定期的な啓蒙が必要だと思う。
444	年2回歯科医院でクリーニングと定期健診を行なっているので歯と口の健康に関してはできているつもりですが、やはり費用は気になります 少しでも補助があれば多くの方が健診を受ける助けになると思います
445	年に一回でいいので、無料検診してもらいたいです。
446	年を取ると歯と口の病気を予防するために有効な手段を知りたいので、この点について広報活動を活発にしてほしい。
447	年代別の歯の現状などの情報を提供して欲しい
448	年配者の大半は口臭があり、自分では気がついていないので積極的PRが必要。
449	年齢の早いうちに口腔の清潔の必要性について教育をしてほしい。
450	年齢的な衰えには逆えられませんが、ケアは大事です

451	半年に1回かかりつけの歯科医に受診しており、歯石の除去や虫歯のチェックを受けている。風邪は万病のもとと言われているが、質問7にあったとおり歯周病も万病のもとと言われている。歯科医に定期的に受診することを積極的に啓蒙してほしい。
452	半年に一度の歯科検診に行こうと思いますが、つつい時期を逃してしまいます。これを何とか出来ないものか？
453	費用が高く安全性に不安があるインプラントではなく iPS細胞による再生治療の推進を強く要望します。8020運動の推進のためにも必要不可欠だと思います。
454	美味しく食べたい
455	美味しく食べられないと、年をとってから、意欲の低下につながり、認知症にも繋がると思うので、自分の歯を守る様に毎日よくケアしていきたいと思います。
456	必要なことだと思う 悪徳歯医者を取り締まってほしい
457	普段から歯に関心を持って過ごすように啓発し、歯磨きを欠かさないことを進める。
458	保育所・小学校での歯磨きの大切さを指導しているにも関わらず、学童保育の一日保育の中では水道蛇口の少なさからか歯磨き時間は無い。残念だと思う。
459	保険診療で、歯の健康を十分に保てるとよいと思います。。
460	保険適用の間隔が3か月から4か月になったのは、健康な歯の維持には、逆行する政策ではないか。
461	訪問しか診療の周知と推進。
462	本人個々の問題意識が大切なことなので、折に触れて問題意識となるよう、その大切さを啓もうすることが出来たらよい。
463	毎日、食べもの即ち栄養を人間の体に入れるところであり、歯と口の健康は基本的に最も重要であると心得たい。
464	毎日歯磨きは、食後にしていますが、残念ながら年々入れ歯の数が増えつつあるのでこれ以上増えないように日常のケアをしっかりと予防に力を入れて行きたいと思います。
465	毎日食後必ず歯磨きをするように心がけています。口内を清潔にすることが、健康につながると思います。忘れないようにしています。
466	未就学児、もしくは小学校低学年くらいまでは保護者が磨くように周知すべき。
467	無気力で何もする気はない
468	夜中に3～4回トイレに行くがその都度うがい薬を薄めたものでうがいをしている。
469	約80年間その折々に歯の磨き方について諸指導者からの指導を受けてきた。集団で指導を受けるのですが、おおざっぱでどの磨き方が正しいのか判らずで困惑してきた。現在は、主治医として歯科医の指導で歯磨きをしています。
470	薬局などに貼り紙をしてくれたら見ると思う。
471	予防に力を入れれば医療費削減に繋がります。虫歯にならないように正しい歯磨きの仕方を学校やクリニック、公共施設等で幅広く実施。訪問介護では歯科衛生士による指導を...
472	予防歯科が大切だと思うので、学校などでも周知したり給食後に歯磨きの時間を設けてはどうか。

473	予防歯科に力を入れて取り組むと、歯科の収入が増える診療報酬にする。(今は虫歯になったりインプラントにしたほうが儲かる気がします) 定期的に歯科受診し、クリーニングを受けている人が社会的にステータスがあるように、賞賛されるような社会になる。
474	幼児だけでなく小学生・中学生にも無料でフッ素を付けられる機会をつくってもらいたい
475	幼児の時から予防を十分にする教育が必要だと思う
476	幼児用と大人用のフロスはありますが、小学生の子供向けフロスがあるとうれしいです！何を使ってよいかわからない！
477	幼稚園、小中学校で座学および実習を定期的に行って欲しい。国民の活力の源であると思う。
478	良くテレビのインタビュー等で歯のないオジサンが出てくと「何で治療しないの」と思っていたけど、最近その気持ちが理解できるようになってしまった。 「いつ死ぬかわからな分からないのに歯にお金掛けたくない」
479	良心的な治療を行う歯科医が増えるような政策をのぞみます。(金儲けにだけに走ることの排除)
480	力を入れないで歯を磨くのが難しいです。
481	老化と共に歯周病、口臭が気になります。年2回定期検診していますが、変化なしと言われると「ホッ」とします。 入れ歯をするようになり、若い時から身を入れて歯の健康に注意していれば・・と反省しています。 歯は食するためにまず重要な機関です。歯を守るための施策の展開を一層お願いします。