

兵庫ヤクルトオリジナル調査「ヤクルトレディ100人に聞きました！」

『全身の健康は“歯”の健康から！～ヤクルトレディの歯と口の健康意識調査～』

調査方法：社内アンケート

調査機関：自社調査

調査人数：151名

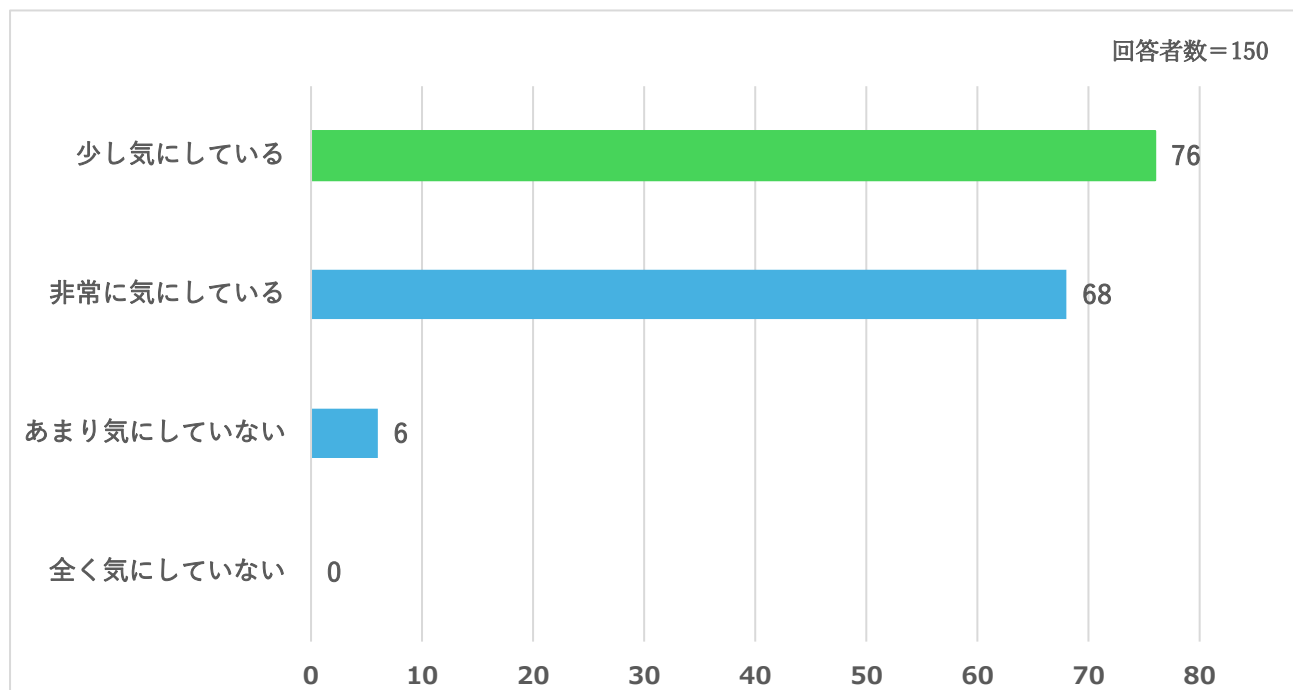
対象者：ヤクルトレディ

調査時期：2025年5月7日～5月21日

【調査理由】

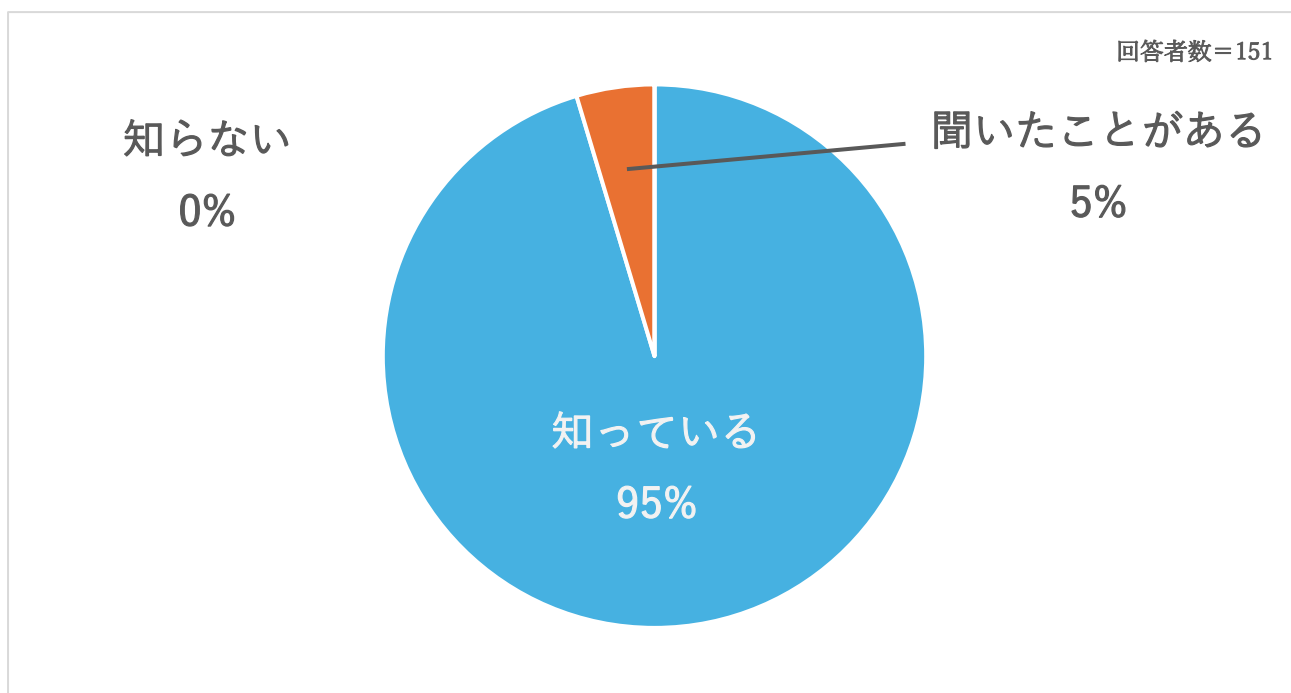
6月4日の「むし歯予防デー」や「歯と口の健康週間（6月4日～10日）」など、歯に関する関心が高まるこの時期に、ヤクルトレディ151人を対象として、「歯と口の健康」に対する意識についてアンケート調査を実施しました。

1. 歯（口）の健康に対して普段どのくらい意識していますか？



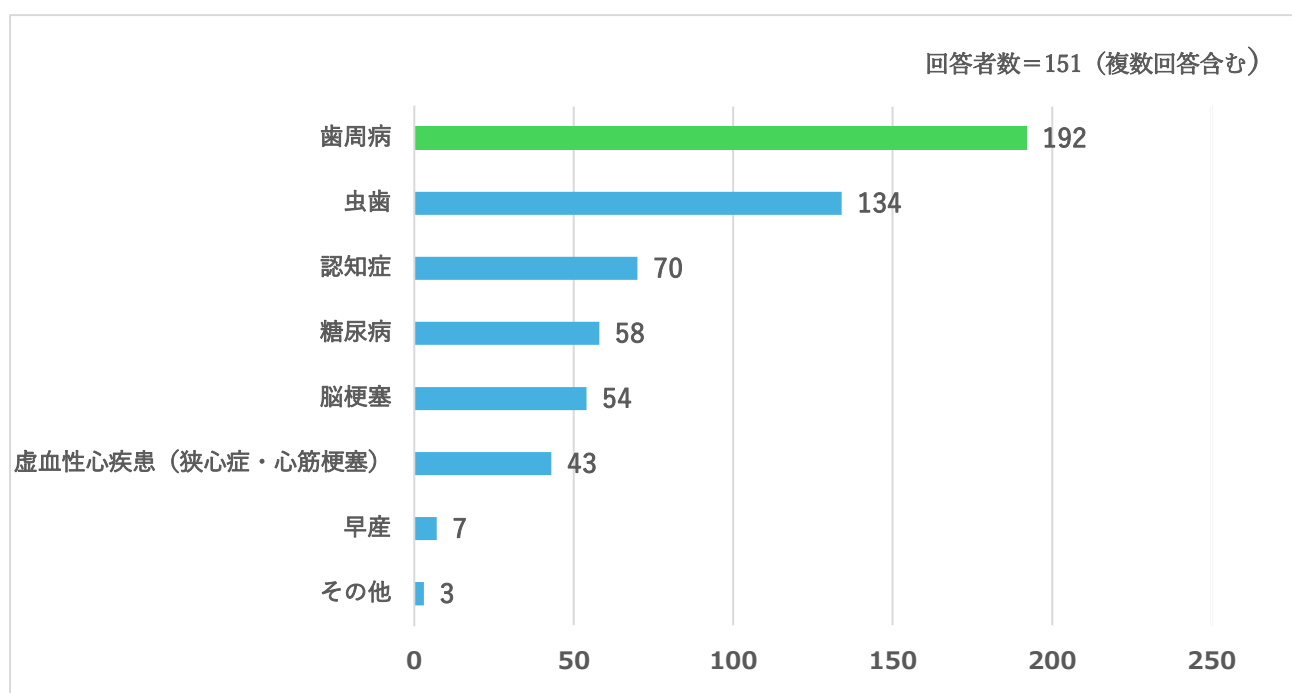
「少し気にしている」、「非常に気にしている」を含めると約9割となり、ほとんどのヤクルトレディが歯（口）の健康に対して意識を持っていることが分かりました。

2. 「歯の健康が全身の健康・生活習慣病に関係する」ことを知っていますか？



「知らない」と回答した方はおらず、全員が「知っている」または「聞いたことがある」と回答しました。これにより、ヤクルトレディが、歯の健康と全身の健康との関係について理解や認識を持っていることが明らかになりました。

3. 歯（口）のケアを通じて予防したいことはありますか？



Best 3

1位	歯周病	192票
2位	虫歯	134票
3位	認知症	70票

【その他の意見】

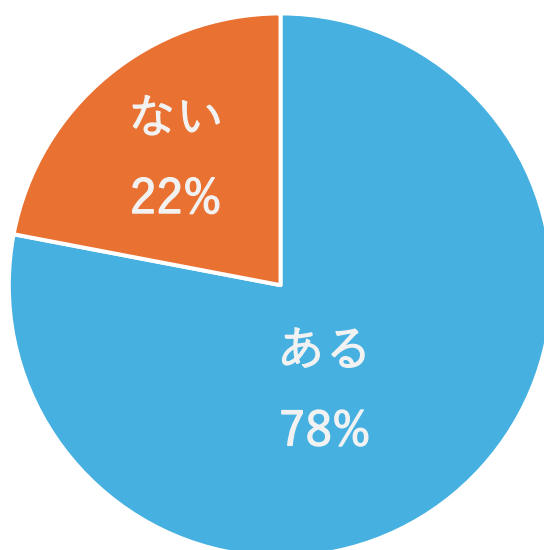
- ・感染症
- ・口臭

最も多かった回答は「歯周病」で、次いで「虫歯」が2位、「認知症」が3位という結果でした。

また、歯の健康が虫歯や歯周病にとどまらず、認知症や糖尿病、脳梗塞、狭心症などにも影響することを認識している方が一定数いることも分かりました。

4－1：歯（口）に関する悩みはありますか？

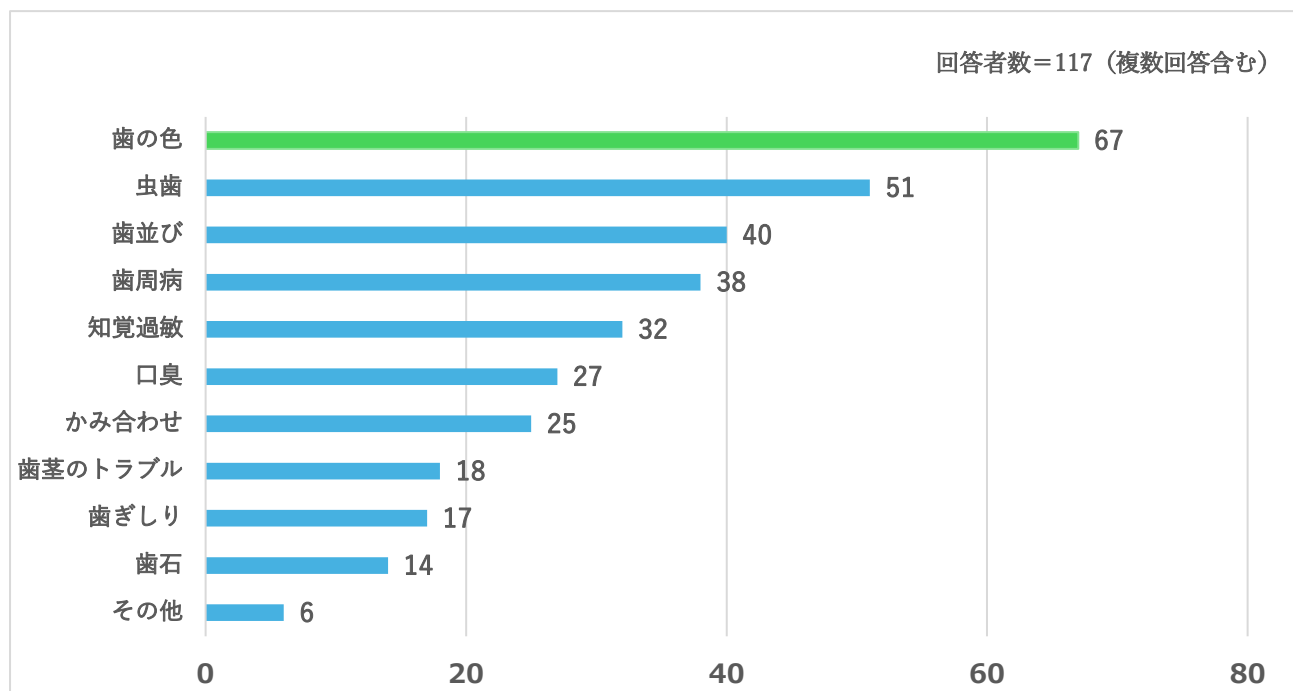
回答者数=150



約8割が、歯（口）に関する悩みが「ある」という結果になりました。

4-2：悩みはなんですか？

※以下の設問には、4-1で「ある」を回答された方のみが回答



歯（口）の悩み Best 3

- | | | |
|----|-----|-----|
| 1位 | 歯の色 | 67票 |
| 2位 | 虫歯 | 51票 |
| 3位 | 歯並び | 40票 |

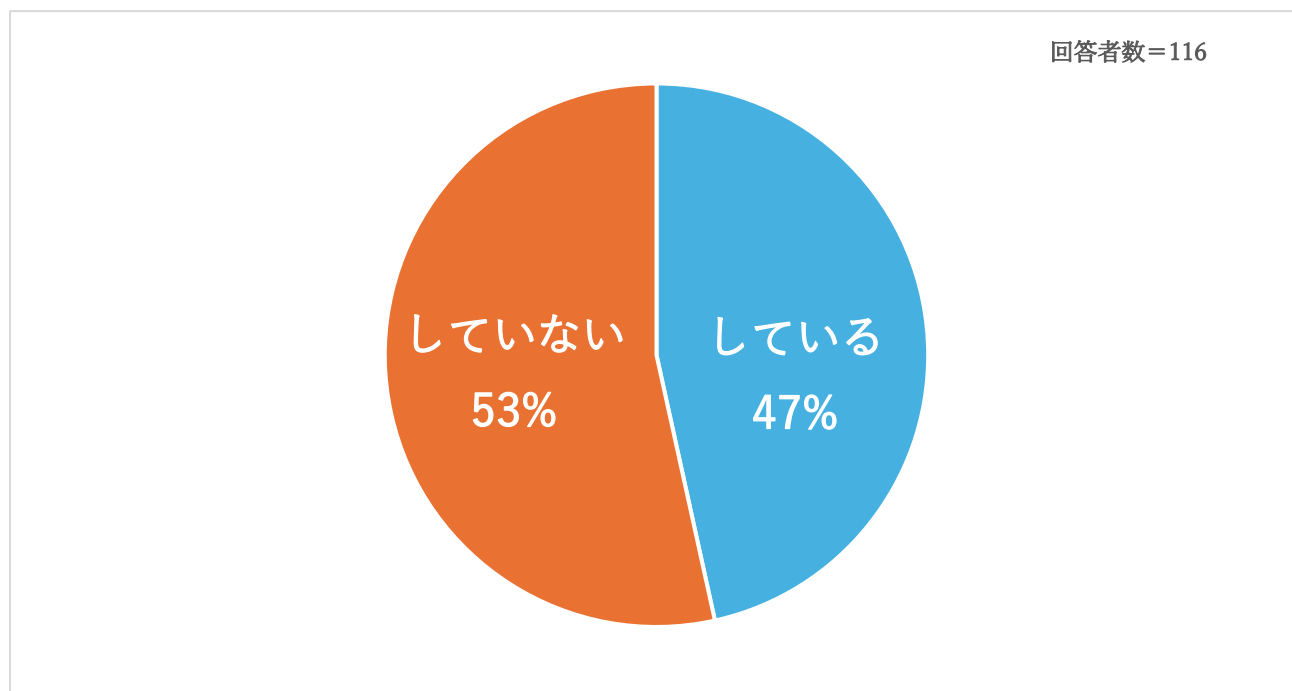
【その他の意見】

- ・噛む力が強くて歯茎がもりあがっている
- ・顎（がく）関節症
- ・歯に隙間ができてきた
- ・口内炎
- ・歯茎のやせ
- ・くいしばり

歯の悩みで、最も多かったのが「歯の色」、続いて「虫歯」が2位、「歯並び」が3位という結果になりました。

4－3：その悩みに対して何か対処をしていますか？

※以下の設問には、4－2を回答された方がのみが回答



歯（口）に関する悩みに対処している人と、対処していない人はほぼ同じ割合という結果になりました。

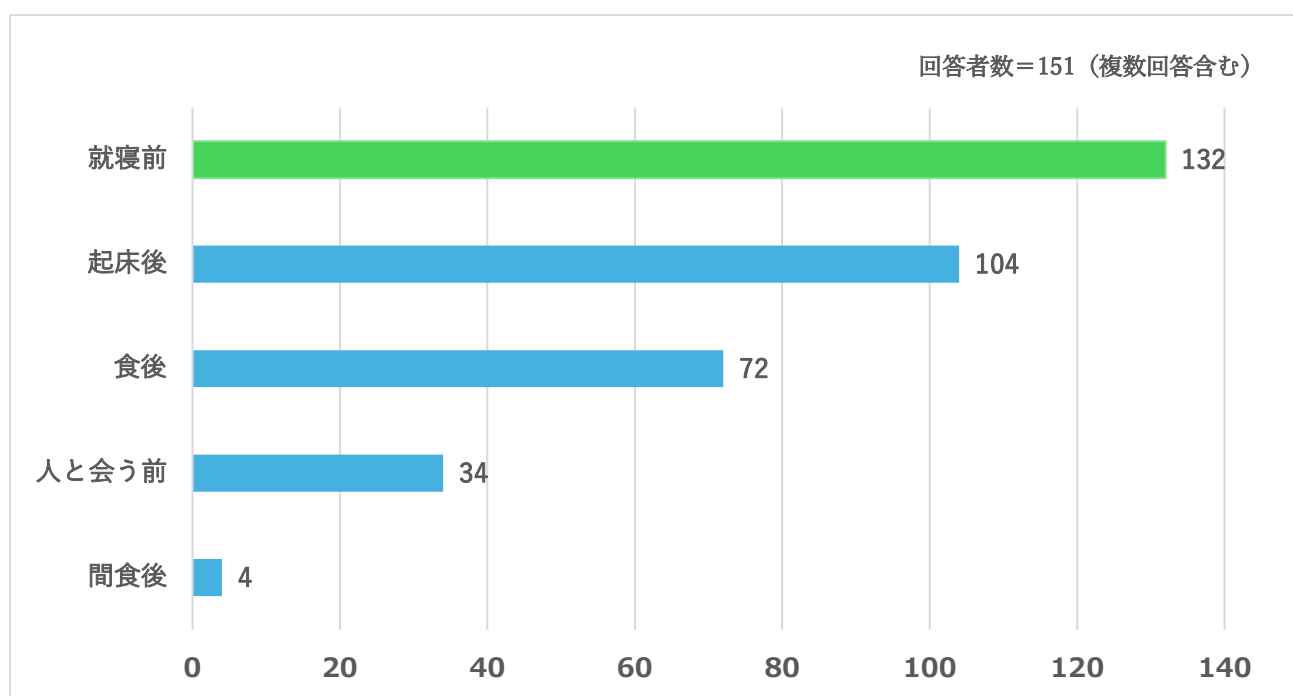
4－4：どのような対処をしていますか？

※以下の設問には、4－3で「している」を回答された方のみが回答

- ・ 定期検診に行っている
- ・ 歯医者に行く
- ・ 月一回歯医者に通院
- ・ 歯間ブラシやデンタルフロスを使う
- ・ 虫歯になりやすいと言われたので歯医者によく行っている
- ・ 虫歯を歯医者で治療
- ・ 「ヤクルト 薬用アパコート S.E.<ナノテクノロジー>」を使う
- ・ 歯磨きを丁寧にする
- ・ マウスピースを使っている
- ・ 歯磨き粉を気にして選ぶ

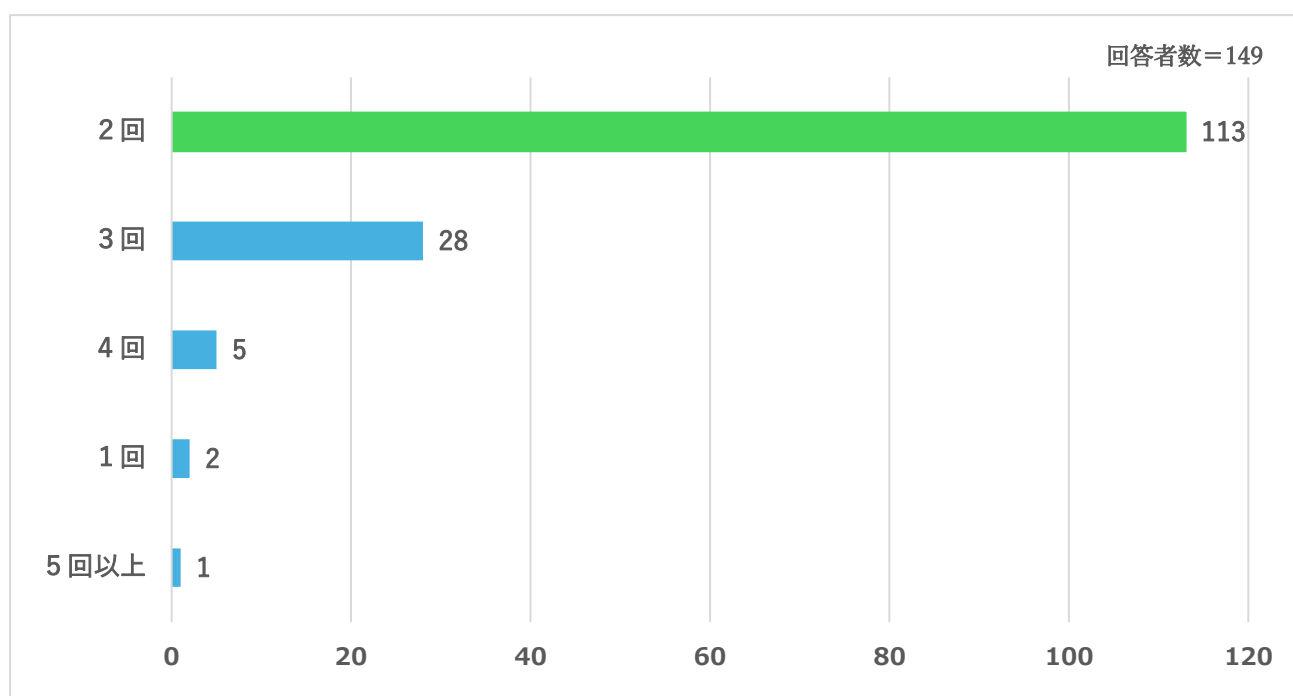
治療や定期検診などで「歯医者に行く」という回答が最も多くみられました。また、日常のケアにおいても、歯磨きや歯間ブラシ、デンタルフロスなどを活用しながら口内の健康維持に努めている方が多く見られました。

5-1：歯を磨くタイミングはいつですか？



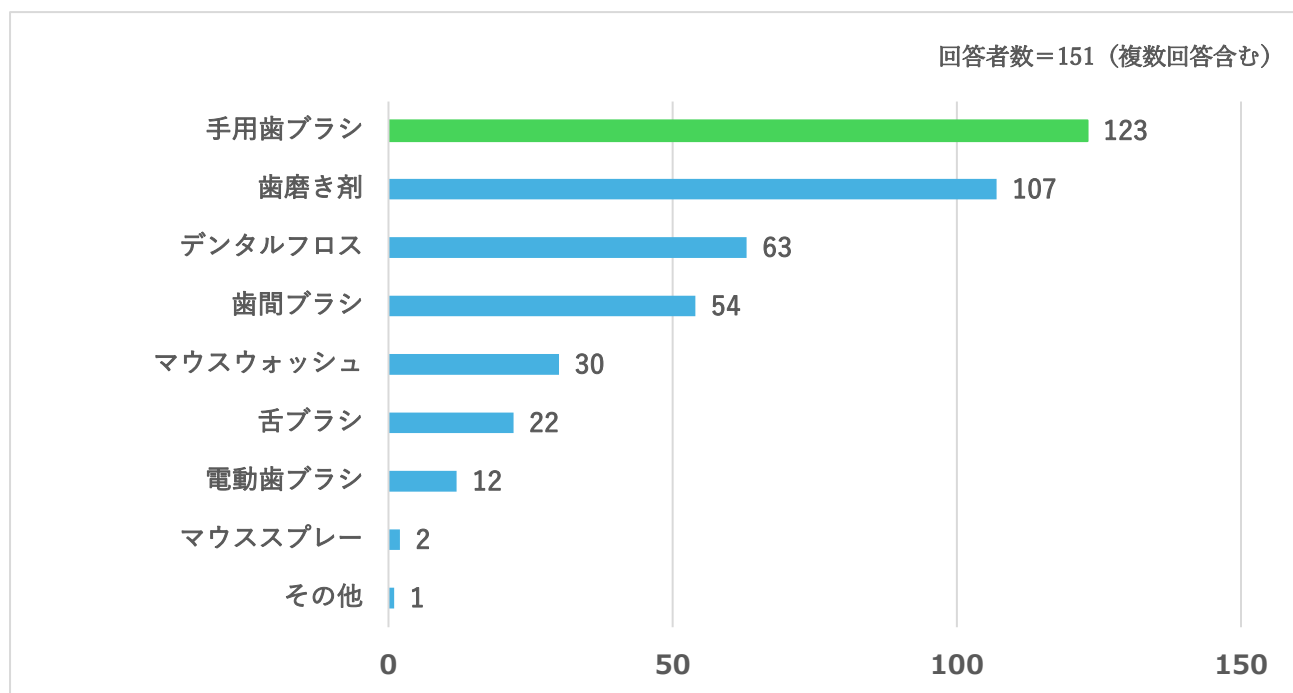
最も多かったのが「就寝前」、続いて「起床後」が2位、「食後」が3位という結果になりました。

5－2：1日に何回歯を磨きますか？



約8割が、1日に2回歯を磨くと回答しました。

6. 歯（口）のケアにはどんなものを使っていますか？



使用しているオーラルケア用品 Best 5

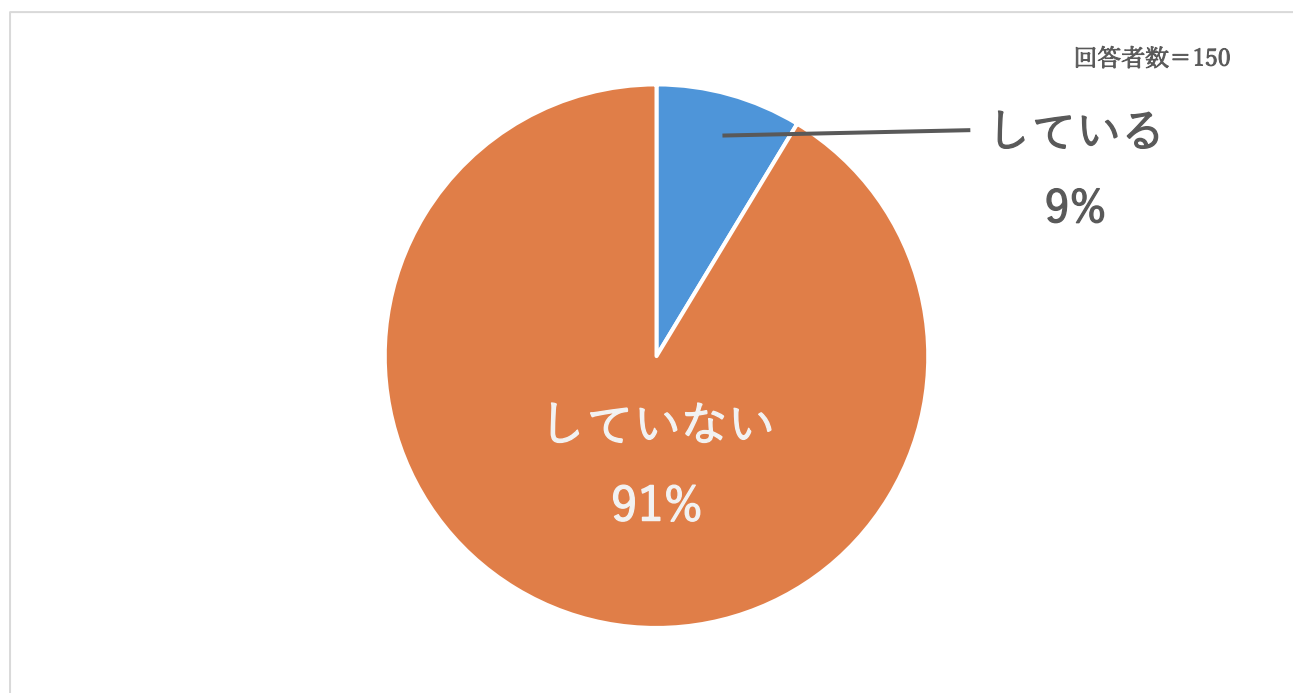
1位	手用歯ブラシ	123票
2位	歯磨き剤	107票
3位	デンタルフロス	63票

その他の意見

・ジェットフロス

最も多かったのが「手用歯ブラシ」、続いて「歯磨き剤」が2位、「デンタルフロス」が3位という結果になりました。

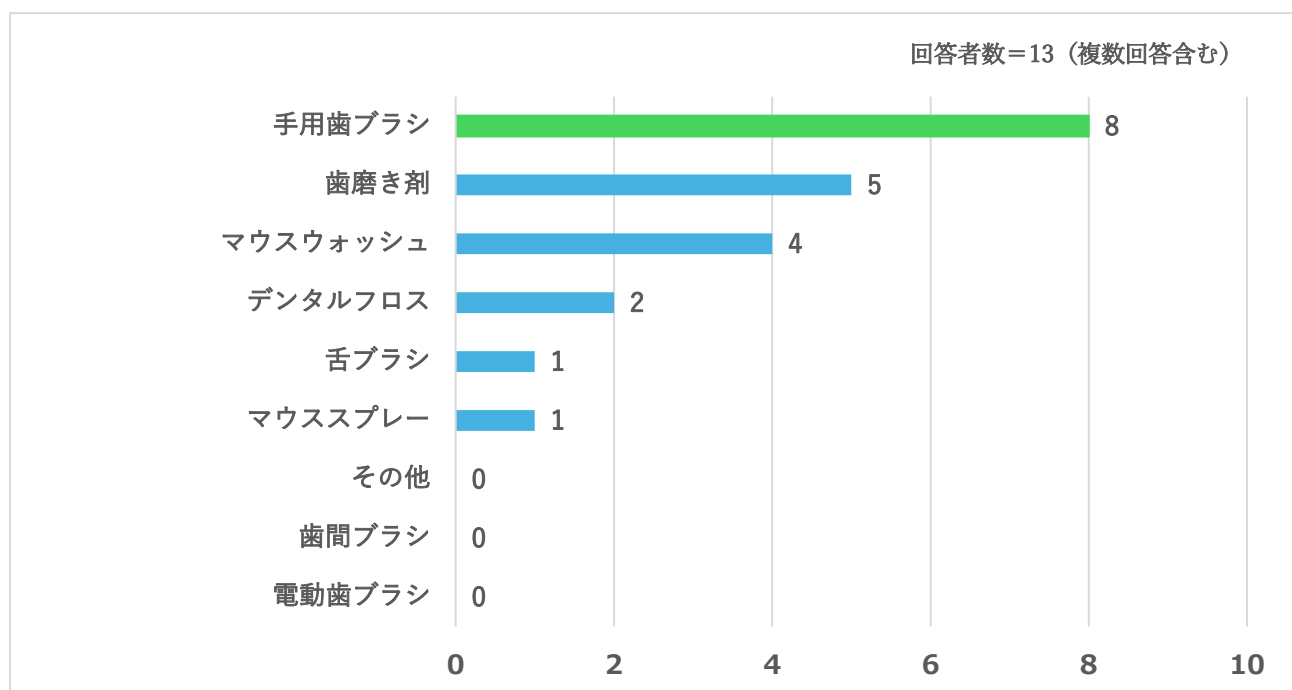
7－1：外出先で歯（口）のケアをしていますか？



約1割が、外出先で歯（口）のケアを「している」、約9割が「していない」という結果になりました。

7-2：外出先で、歯（口）のケアにはどんなものを使っていますか？

※以下の設問には、7-1で「している」を回答された方のみが回答



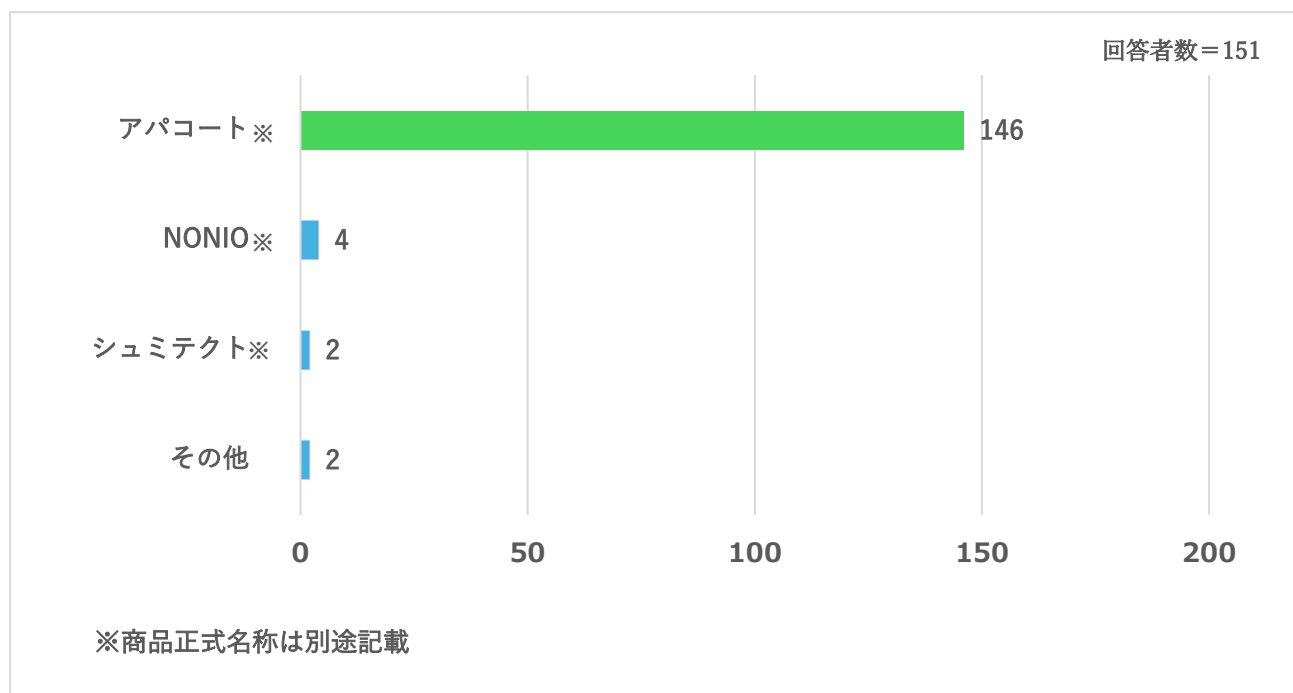
外出先で使用しているオーラルケア用品 Best 3

- | | | |
|----|----------|----|
| 1位 | 手用歯ブラシ | 8票 |
| 2位 | 歯磨き剤 | 5票 |
| 3位 | マウスウォッシュ | 4票 |

最も多かったのが「手用歯ブラシ」、続いて「歯磨き剤」が2位、「マウスウォッシュ」が3位という結果になりました。

家でのケアと比較して、外出先では使用するオーラルケア用品も少ないことが分かりました。

8. 現在主に使用している歯磨き剤を教えてください



9割以上が、現在主に使用している歯磨き剤は「ヤクルト 薬用アパコート S.E.<ナノテクノロジー>」と回答しました。

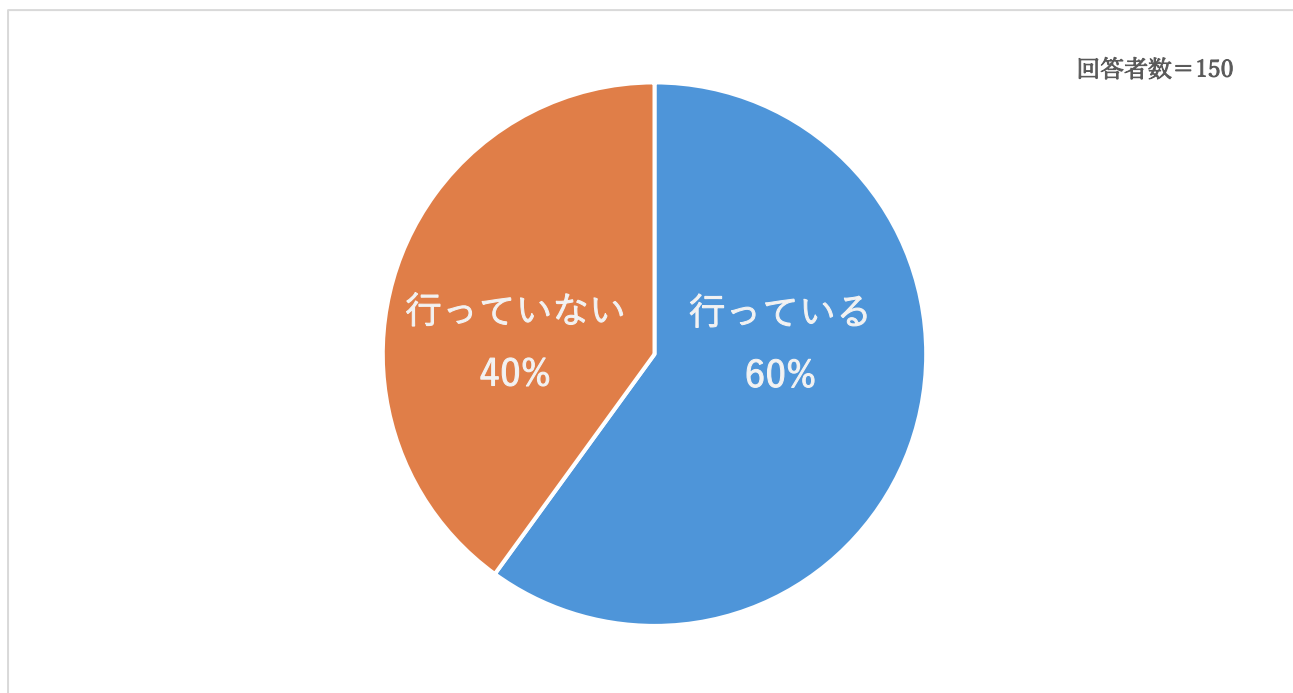
※商品正式名称

「ヤクルト 薬用アパコート S.E.<ナノテクノロジー>」

「NONIO ハミガキ」

「薬用シュミテクト」

9. 歯の定期検診に行っていますか？



6割が定期検診に「行っている」、4割が「行っていない」と回答しました。

番外編. 歯や口の健康について、普段気になっていること・困っていることはありますか？

- ・子ども（小学生）が、コロナが流行してから幼稚園や小学校で、昼食後の歯磨き習慣がなくなり、家でも歯を磨きたがらない
- ・子どもの歯並びについて
- ・職場で歯のケアがしづらい
- ・歯茎が下がっていること
- ・歯医者が怖すぎてなかなか行きづらい
- ・マスクを着用している時間が長いので、口臭が気になる
- ・虫歯の治療をしている箇所（つめもの）下にトラブルが本当はないのかどうか

子どもや職場での歯磨き習慣に関する悩みが多く見られました。また口臭への配慮など、日常生活に根ざした困りごともありました。

10. まとめ

今回の調査により、約9割のヤクルトレディが日頃から歯や口の健康を意識しており、さらに「歯の健康が全身の健康・生活習慣病に関係する」と、アンケートに回答した全員が認識していることが明らかになりました。また、虫歯や歯周病といった一般的な歯科疾患に加え、認知症や脳梗塞などの予防も視野に入れてケアに取り組んでいることが分かりました。

日々のオーラルケアでは、手用歯ブラシや歯磨き剤に加え、デンタルフロスや歯間ブラシなども活用しケアを行っている方が多く、ヤクルトレディの口腔衛生に対する意識の高さがうかがえました。

一方で、約8割の方が歯や口に関して何らかの悩みを抱えており、「歯の色」「虫歯」「歯並び」といった美容・健康面の不安に加え、職場や外出先でのケアの難しさ、マスク着用による口臭への気づきなど、生活に根ざした困りごとも多く寄せられました。

歯の健康は、全身の健康と密接に関わっています。今後もヤクルトレディをはじめ、地域の皆さまが、より健やかでいきいきとした毎日を過ごしていただけることを願っています。