



このマークを
提示している歯科医院は
香川県歯科医師会会員です

食べこぼし
してるかも？

食事中
むせてる
かも？

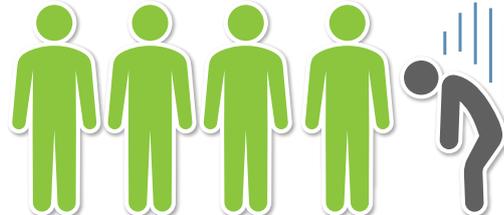
もしかして、私 オーラルフレイルかも!!

5人に1人 (21.4%) はオーラルフレイルの**該当者!**

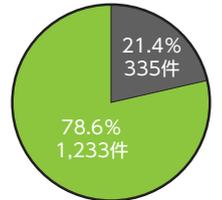
あなたは大丈夫？



オーラルフレイル
啓発動画



■ 該当者 ■ 非該当者



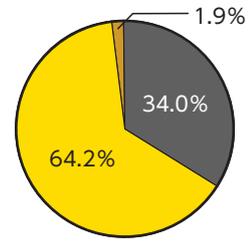
オーラルフレイル判定割合(全体)

8週間の改善プログラム後
(2020年度版)

3人に2人 (66.1%)
が大幅に改善!



オーラルフレイル
訓練動画



スクリーニング(簡便なふるいわけ検査)3回目実施後
オーラルフレイル判定割合(全体)

オーラルフレイルスクリーニング調査 2020年度 (香川県歯科医師会) ● 調査対象: 歯科外来を受診する70歳以上の男女 ● 総調査件数: 1,568件 (男性607件、女性961件)

オーラルフレイル**予防**のために

- 1 かかりつけ歯科医を
持ちましょう!
- 2 お口の“ささいな衰え”に
気をつけましょう!
- 3 バランスのとれた
食事を取りましょう!

参考: 日本歯科医師会リーフレット「オーラルフレイル」



香川県・公益社団法人 香川県歯科医師会

オーラルフレイルの
チェックは裏面へ➡

オーラルフレイル

当てはまるものはないですか？

■ むせる・食べこぼす



■ 食欲がない
少ししか食べられない



■ 柔らかいものばかり
食べる



■ 滑舌が悪い
舌が回らない



■ お口が乾く
ニオイが気になる



■ 自分の歯が少ない
あごの力が弱い



健康・元気

口に関する“ささいな衰え”
が積み重なると…



オーラルフレイル
フレイル
病気