



後期高齢者のみなさまへ

歯科医院でお口のチェックや健康指導を受けてみませんか？



お口のチェック

+

健康指導



入れ歯洗浄



- ✓ お口の衛生状態のチェック
- ✓ 噛む力のチェック
- ✓ 唾液量のチェック
- ✓ 舌の機能のチェック
- ✓ 飲み込み機能のチェック



1回目と同様のチェックを行い改善が図られたかどうかの確認

+

歯の状況、歯ぐき(歯周)の状況、入れ歯のチェック



2回目の検査後は適切な治療や定期的なチェックを受けましょう。

受診方法



受診券の申込先

- 長崎県後期高齢者医療広域連合
- お住まいの市役所、町役場の後期高齢者医療担当窓口
- 受診を希望される歯科医院



受診券が届いたら

- 歯科医院へ予約し、受診券と保険証を持って受診

(注) 治療は対象外であり、同日には行えません。



受診できる歯科医院

- 長崎県歯科医師会 協力歯科医院
- 小値賀歯科診療所
- 長崎市高島国民健康保険診療所
- 国民健康保険直営松浦市立鷹島診療所

Q オーラルフレイルをご存じですか？

A

「食べる」「会話をする」のに大切な「お口」の機能も加齢とともに低下していきます。これを「**オーラル(口腔)フレイル(虚弱)**」といい、食べる機能や心や体の機能の低下にまでつながるといわれています。対策としては、お口の機能を維持する、歯科医院でお口のチェックを受けることが大切です。



在宅要介護2以上の方で、歯科医院への通院が困難な方は、ご自宅で事業を受けることができます。是非、受けてみませんか？

訪問が対応できる歯科医院は下記へお問い合わせ下さい

オーラルフレイルは
全身の機能の衰えに
つながる可能性があります！

オーラルフレイルの危険性を
チェックしてみましょう！

オーラルフレイルのリスク判定

オーラルフレイルをどこでも簡単にチェックできる問診票です。
3点以上の「危険性あり」となった人には、専門的な対応が必要です。

質問事項	はい	いいえ
半年前と比べて、かたいものが食べにくくなった	2	0
お茶や汁物でむせることがある	2	0
義歯を使用している※	2	0
口の乾きが気になる	1	0
半年前と比べて、外出の頻度が少なくなった	1	0
さきいか・たくあんくらいのかたさの食べ物が噛める	0	1
1日に2回以上は歯を磨く	0	1
1年に1回以上は歯科医院を受診している	0	1

※歯を失ってしまった場合は義歯等を適切に使ってかたいものをしっかり食べることができるよう治療することが大切です。出典：東京大学高齢社会総合研究機構
田中友規、飯島先生ら Arch Gerontol Geriatr. 2021

危険性

合計点数が

0～2点 低い

3点 あり

4点以上 高い

新規発症



身体的
フレイル
2.4倍
※1

サルコ
ペニア
2.1倍
※2

要介護
認定
2.4倍

総死亡
リスク
2.1倍

オーラルフレイルの人が抱えるリスク

※1 フレイル：加齢により心や身体が弱っている状態 ※2 サルコペニア：加齢により筋肉量が減少し、筋力や身体機能が低下している状態
出典：日本歯科医師会「歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル 2019年版」

定期的に歯科医院で
お口のチェックを受けて

オーラルフレイルを

予防・改善

しましょう！



身体を
動かして……

口から
美味しく
食べて……

健康
長寿
を目指しましょう！

★健康づくりにお口“いきいき”健康支援事業をご活用下さい★

新型コロナウイルス感染症に伴う注意事項

新型コロナウイルス感染症への懸念から受診を控えると、健康上の問題が悪化してしまい治療開始の遅れにつながる可能性があります。お口の健康を維持することは、新型コロナウイルス感染症の重症化を低減するためにも重要です。受診される場合は、ご自身の体調を第一に考えていただいたうえで、時期をご検討下さい。