

# 全身の衰えは まず口元に現れます

老化に伴う様々な全身の衰え（フレイル）は、まずお口に現れます。活舌が悪くなったり、食べこぼしが多くなったり、噛めない食べ物が増えたり、むせやすくなったりしていませんか？それがオーラルフレイルです。

# 歯が治ったら 元気になった

定期健診を受けましょう。かかりつけの歯科医院はありますか？通院が困難な方も歯科健診は大切です。歯科訪問診療のお問い合わせはかかりつけの歯科医院や、地域の在宅歯科医療連携室まで。



日本歯科医師会  
PRキャラクター  
よ坊さん  
(新潟県)

# 口腔の健康は 全身の健康に 関係します

- 口腔ケアと誤嚥性肺炎の関係
- 歯数とアルツハイマー型認知症
- 口腔機能管理とがん治療費
- 歯数と寿命の関係、義歯使用の有無と認知症、要介護リスク
- 歯周病と早産、低体重児出産のリスク
- 歯周病菌とインフルエンザウイルス、糖尿病、脳血管疾患、肥満に関連した肝癌、子宮内膜症
- 口腔細菌と大腸癌・歯周病と肥満など

いい歯の日  
11月8日は

食べる力は  
生きる力

おいしく食べて健康長寿

日本歯科医師会  
<https://www.jda.or.jp>



新潟県歯科医師会  
<https://www.ha-niigata.jp>

