

「オーラルフレイル」を理解して健康長寿を目指しましょう!

「オーラルフレイル」とは、口から食べ物をごぼす、食べ物を上手く飲み込めない、滑舌が悪くなるなどのささいな口腔機能の低下のことを言います。健康を長く維持するのに「オーラルフレイル」の対策が重要になってくるのです。歯科医師会では、「8020運動」に「オーラルフレイル」という新たな考え方を加え、健康長寿をサポートしてまいります。

歯がたご健診

来年3月31日まで 無料健診(76歳対象)

今年度76歳を迎えられる方が対象の無料健診となっています。健康で長生きするためには、かむ力、飲み込む力を維持し、おいしく食事をとることが大切です。期間は令和6年3月31日までです。対象の方には既に受診券を発送済みですので、この機会にぜひ受診ください。

お問い合わせ 佐賀県後期高齢者医療広域連合 ☎0952(64)8476

佐賀県歯科医師会在宅歯科医療推進連携室 ☎0952(25)2291



日本歯科医師会PRキャラクター
よ坊さん(佐賀県)

いい歯の日 11月8日は

お口の健康状態を知ることも必要

お口の健康は体の健康に大きな影響を与えることが分かっています。歯周病が進行すると、糖尿病や動脈硬化のリスクが高まる、誤嚥性肺炎



佐賀県歯科医師会会長
門司達也

の危険性がある、アルツハイマー型認知症の発症に影響する、また歯周組織が炎症を起こすことでウイルスの侵入が容易になってしまうなど様々な影響があります。歯周病は成人の約半数が罹患しているといわれ、この改善のために国も動き出しています。2022年6月に閣議決定された「骨太の方針」の中に盛り込まれた「いわゆる国民皆歯科健診」です。これは、国民が年代を問わずに歯科健診を受けられる制度で、自身の歯とお口の健康状態を知る機会になることでしょう。また、厚生労働省では自治体や企業で活用できる、全世代に対応した歯科保健指導の手引きの作成を進めています。それにより、自身のお口の健康状態を知るとともに必要なセルフケアの知識も得ることができるのです。

おいしく食べて健康長寿

日本歯科医師会
佐賀県歯科医師会

<https://www.jda.or.jp>

<http://www.saga-dental.or.jp>

